

Неделя 1, день 1-понедельник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепта	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	4,31	3,01	14,13	108,9	93	52
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	360	9,35	12,87	37,22	309,63		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125-а
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ, МОРКОВИ И ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА 40	40	0,72	4,1	2,8	49,6	148	144
СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150	150	4,05	3,15	9,3	81	83	40
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ 180	180	8,03	12,34	14,51	220,8	336	66
КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150	150	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	3,56	0,46	12,96	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	16,8	20,22	68,76	538,98		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	2,8	3,1	23,1	131,2	454	95Б
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,25	7,05	96,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	7,3	8,35	30,15	227,8		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 110	110	6,03	6,71	28,49	209	62 Яр	150
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	20	0,28	1	1,18	14,83	354	115А
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	64,17	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,95	0,24	12,67	60,13	114	123
Итого за прием пищи:	400	10,89	10,3	61,27	383,33		
Всего за день:	1632	45,24	52,6	214,5	1535,64		

М. Бран *Маша* *ММ*

Неделя 1, день 2-вторник,осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Amber Marino MA

Неделя 1, день 3-среда, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	160	2,4	3,82	21,04	128	185	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	64,17	394	6
Итого за прием пищи:	350	7,08	13,32	47,59	328,17		
II ЗАВТРАК							
ПРЯНИК	12	0,39	0,54	7,2	33		125-а
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,69	0,74	16,8	74,1		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,5	2,5	1,9	32	14	21
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150	150	4,46	3,5	10	100	80	33
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	60	7,21	3,24	6,88	93,15	255	73
ОВОЩИ,ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120	120	3,52	4,9	25	156,7	б/н	133
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	3,56	0,46	12,96	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	19,58	14,62	81,57	534,12		
ПОЛДНИК							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	26,15	141	466	149
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,25	7,05	96,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	8,38	7,61	33,2	237,6		
УЖИН							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	110	9,87	13,15	16,07	241,98	240	141
СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	20	0,39	0,9	2,65	20,3	351	116
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,95	0,24	12,67	60,13	114	123
Итого за прием пищи:	400	12,73	14,71	48,59	398,61		
Всего за день:	1622	48,46	51	227,75	1572,6		

М. Фрол Машко МА

Неделя 1, день 4-четверг, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепта	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ 160	160	3,67	4,86	25,83	148	168	89
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30/5/5	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	350	8,73	11,52	51,61	326,47		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125-а
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
ВИНЕГРЕТ	40	0,54	2,47	3,38	37,92	45	25
СУП-ЛАПША КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ 130/20	150	3,87	5,34	7,29	92,85	86	45 А
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	160	8,18	6,25	27,33	206	291	76
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 180	150	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	12,96	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	15,87	15,69	81,32	539,17		
ПОЛДНИК							
ЗАПЕКАНКА КРУПЯНАЯ С ИЗЮМОМ	50	3,2	3,1	19	120	55 Яр	153
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	200	7,4	8,35	35,5	250,5		
УЖИН							
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ С КОЛБАСОЙ	120	15,3	16,1	33,5	296	465	122А
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13а	19
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Итого за прием пищи:	400	16,07	16,55	49,83	370,13		
Всего за день:	1622	48,97	52,9656	235,36	1562,17		

М. Фрол Савин МА

Неделя 1, день 5-пятница, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 160	160	2,12	3,89	26,86	151	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	350	6,95	13,45	53,45	360,85		
II ЗАВТРАК							
Вафли	12	0,33	0,39	7,5	32,3		127-а
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,63	0,59	17,1	73,4		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,3	2,4	0,95	27	14 А	22
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150	150	6,84	4,4	6,41	92,65	67	38
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	180	12,2	14,1	11,7	299	274	80
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	12,96	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	22,23	21,38	56,85	570,92		
ПОЛДНИК							
ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,18	2,13	31,52	158,58	467	99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,25	7,05	96,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	7,68	7,38	38,57	255,18		
УЖИН							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ	60	5,66	2,68	5,84	83	258	63
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,03	3,1	19,34	121,36	205	111
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	64,17	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	460	16,76	10,67	56,95	395,23		
Всего за день:	1682	54,25	53,47	222,92	1655,58		

А. Фрол Иванова

Неделя 2, день 6-понедельник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепта	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ КУКУРУЗНОЙ 150	150	3,7	3,8	12,3	99	94	53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	?
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	360	11,75	16,31	40,24	355,57		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	40	0,43	0,07	3,45	16,16	40	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ 150	150	5,07	3,82	10,51	104,73	81	37
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕННЫЕ	80	8,76	10,87	8,41	170,67	281	140
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,32	3,63	28,47	148,63	165	88
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	590	21,75	19,87	89,84	607,28		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	2,8	3,1	23,1	131,2	454	95Б
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	7,3	8,3	30,1	223,8		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ	110	9,65	12,1	14,74	217,8		
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	20	0,28	1	1,18	14,83	354	115А
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	400	12,36	13,8	55,75	409,54		
Всего за день:	1662	54,06	59,14	233,03	1672,09		

35%

М. В. В. М. В. В. М. В. В.

Неделя 2, день 7-вторник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепта	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА 2"	160	2,3	3,8	24,1	136,5	168	90
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	350	6,68	9,81	48,67	299,65		
II ЗАВТРАК							
ВАФЛИ	12	0,33	0,4	7,5	32,1		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,63	0,6	17,1	73,2		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,3	2,4	0,95	27	14 А	22
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	6,93	3,87	9,64	101,25	58	39
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	9,21	3,24	6,88	93,15	255	73
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,92	9,1	10,9	133	137	65
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	21,04	19,19	59,27	495,12		
ПОЛДНИК							
ЗАПЕКАНКА КРУПЯНАЯ СО СВЕЖИМИ ПЛОДАМИ	50	1,3	1,4	10,9	63	55 Яр	142
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	200	5,5	6,65	27,4	193,5		
УЖИН							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13А	19
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,4	13	2,3	165,7	79	106
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	392	4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Итого за прием пищи:	430	10,15	13,74	43,13	348,21		
Всего за день:	1652	44	49,99	195,57	1409,68		

Ambar Clausen MA

Неделя 2, день 8-среда, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

M. Paz Lasso MA

Неделя 2, день 9-четверг, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ И МАСЛОМ 150/5	155	5,7	6,9	23	185	208	138
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	3	18
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	350	10,48	13,79	45,89	357,33		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,48	1,88	4,12	31,2		130
БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150	150	5,94	4,36	8,24	96	62	46
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	60	6,45	6,22	1,65	93,5	278	62
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,26	2,34	23,36	150,71	165	87
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	392	4
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	550	18,82	15,32	70,5	520,54		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖОК С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ	50	3,25	3,9	19,7	127	454	95А
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,2	16,4	130	401	10
Итого за прием пищи:	200	7,45	9,1	36,1	257		
УЖИН							
КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ"	60	5,1	2,54	6,41	81	256	147
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,47	4,17	27,46	160,7	315	68
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	64,17	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	440	12,1	9,3	65,5	401,17		
Всего за день:	1652	49,75	48,37	235,09	1611,94		

Л. Браг

Людмила М

Неделя 2, день 10-пятница, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 160	160	3,46	4,57	24,7	140	165	85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	350	6,03	12,14	49,52	317		
II ЗАВТРАК							
ВАФЛИ	12	0,33	0,4	7,5	32,1		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,63	0,6	17,1	73,2		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,6	2,4	3,3	38	36	139
СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ 150	150	6,96	6,7	9,1	120,5	85	34
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,28	3,48	18,36	113,9	318	71
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 50/30	80	8,1	8,78	2,78	137	255	132
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	580	20,83	21,84	71,37	561,67		
ПОЛДНИК							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	26,15	141	466	142
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	8,38	7,56	33,15	233,6		
УЖИН							
ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	10	24	1,98	276,1	216	107
ТОМАТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	40	-	-	1,6	6,4	Б/Н	29
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	430	12,35	24,65	31,61	411,13		
Всего за день:	1672	48,22	66,79	202,75	1596,6		

М. Брай Мария МА

Неделя 3, день 11-понедельник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ с сахаром и маслом 150/5/5	160	3,07	3,99	26,69	134,29	168	82
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	350	5,64	11,56	51,51	311,29		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	40	0,54	2,5	3,38	37,92	45	25
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150	150	5,84	4,4	6,41	92,65	67	38
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	11,7	6,6	30,2	255,4	304	64
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,15	0,07	22,7	92,2	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0	0	0	0	0	0	123
Итого за прием пищи:	560	20,79	14,03	75,69	545,69		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	3,95	4,06	27,24	161	467	99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	8,45	9,26	34,24	253,6		
УЖИН							
ОВОЩИ ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,35	6,52	17,08	136,4	бн	133
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	7,21	3,24	6,88	93,15	255	73
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	150	2,23	1,95	11,93	74,17	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	450	14,09	12,35	55,59	399,02		
Всего за день:	1672	49,87	48,06	234,13	1585,5		

Ли врач Махмо МА

Неделя 3, день 12-вторник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 160	160	2,12	3,89	26,86	151	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	3	18
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	355	6,9	10,78	49,75	323,33		
II ЗАВТРАК							
ВАФЛИ	12	0,33	0,39	7,5	32,3		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,63	0,59	17,1	73,4		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,3	2,4	0,95	27	14 А	22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	150	6,06	3,82	10,51	104,73	81	37
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	60	6,46	6,15	5,87	109	295	54
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	3,84	16,32	110	321	67
КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150	150	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	18,22	16,84	75,84	538,31		
ПОЛДНИК							
ЗАПЕКАНКА КРУПЯНАЯ С ИЗЮМОМ	50	3,2	3,1	19	120	55 Яр	153
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,2	16,4	130	401	10
Итого за прием пищи:	200	7,4	8,3	35,4	250		
УЖИН							
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ	60	9,22	2,36	9,33	103	305	60
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,03	3,1	19,34	121,36	205	111
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	460	15,95	7,22	67,44	407,68		
Всего за день:	1687	49,1	43,73	245,53	1592,72		

М. врач *Мамко* *МА*

Неделя 3, день 13-среда, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С САХАРОМ И МАСЛОМ 150/5/5	160	2,4	3,82	21,04	128	185	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	350	7,91	14,03	48,84	353,17		
II ЗАВТРАК							
ПРЯНИКИ	12	0,39	0,54	7,2	33		126А
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,69	0,74	16,8	74,1		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,6	2,4	3,3	38	36	139
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И ЯЙЦОМ 130/20	150	6,74	7,3	8,74	131,9	87	50 А
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	60	6,9	5,7	1,63	90,54	277	70
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,32	3,63	28,47	148,63	165	88
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	550	21,45	19,51	79,97	561,34		
ПОЛДНИК							
ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,9	3,06	26,93	157	473	100
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	8,4	8,26	33,93	249,6		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ	110	9,65	12,1	14,74	217,8	82	154
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	20	0,28	1	1,18	14,83	354	115А
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Итого за прием пищи:	400	12,35	13,76	45,82	368,93		
Всего за день:	1612	50,8	56,3	225,36	1607,14		

Ан. Фран Мухомов ИА

Неделя 3, день 14-четверг, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 160	160	3,31	3,95	25,2	150	185	84
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	350	7,69	9,96	49,77	313,15		
II ЗАВТРАК							
ВАФЛИ	12	0,33	0,39	7,5	32,3		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,63	0,59	17,1	73,4		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ 40	40	0,55	2,084	3,43	34,64	22	27
СУП-ЛАПША КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ 130/20	150	4,1	5,8	8,34	101,9	86	45 А
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ 180	180	8,03	12,34	14,51	220,8	336	66
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	560	15,37	20,744	59,41	506,47		
ПОЛДНИК							
ЗАПЕКАНКА КРУПЯНАЯ С ПЛОДАМИ СВЕЖИМИ	50	1,3	1,4	10,9	63	55 Яр	142
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,2	16,4	130	401	10
Итого за прием пищи:	200	5,5	6,6	27,3	193		
УЖИН							
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ С КОЛБАСОЙ	120	15,3	16,1	33,5	296	465	122А
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13А	19
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Итого за прием пищи:	400	16,07	16,55	49,83	370,13		
Всего за день:	1622	45,26	54,444	203,41	1456,15		

М. врач Лапицкая

Неделя 3, день 15-пятница, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,4	13	2,3	165,7	79 Яр	106
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	136	20
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	350	10,41	20,65	28,65	352,35		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,4	2,5	1,49	30	15	23
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	5,93	3,87	9,64	101,25	58	39
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 60/20	80	7,8	8,5	8,1	170	284	145
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,47	4,17	27,46	160,7	315	68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	2,56	0,46	13	67,52	115	124
Итого за прием пищи:	570	19,28	19,62	77,59	602,67		
ПОЛДНИК							
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	3,28	5,63	27,98	175,63	496	97
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	7,78	10,83	34,98	268,23		
УЖИН							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 60	60	5,66	2,68	5,84	83	258	63
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,28	3,48	18,36	113,9	71	318
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	150	0,37	0,14	24,33	100,05	377	13
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	450	10,61	6,94	68,23	392,25		
Всего за день:	1682	48,98	58,9	226,55	1691,4		

М. В. В. М. В. В. М. В. В.

Неделя 4, день 16-понедельник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 160	160	2,12	3,89	26,86	151	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	3	18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	355	6,97	10,79	51,62	331		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,43	0,07	3,45	16,16	14 А	22
СУП С ГРЕЧНЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ С ЯЙЦОМ 150	150	3,54	2,5	15,18	96,5	93	136
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	180	12,2	14,1	11,7	299	274	80
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	4,2	0,8	20,8	108	115	124
Итого за прием пищи:	560	20,49	17,59	69,03	592,86		
ПОЛДНИК							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	26,15	141		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	8,38	7,56	33,15	233,6		
УЖИН							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	110	9,87	13,15	16,07	241,98	240	141
СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	20	0,39	0,9	2,65	20,3	351	116
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	400	12,61	14,7	46,75	390,91		
Всего за день:	1627	49,35	51,5	217,65	1624,27		

Савилов Вадим Владимирович

Неделя 4, день 17-вторник, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 150	150	4,31	3,01	14,13	108,9	93	53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5	15,46	116	1	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	335	8,97	10,02	41,56	298,75		
II ЗАВТРАК							
ПРЯНИКИ	12	0,39	0,54	7,2	33		126А
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,69	0,74	16,8	74,1		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,6	2,4	3,3	38	36	139
СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,05	3,15	9,3	81	83	40
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	6,76	5,7	1,63	90,54	277	70
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,26	2,34	23,36	150,71	165	87
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	4,2	0,8	20,8	108	115	124
Итого за прием пищи:	550	19	14,45	78,52	549,86		
ПОЛДНИК							
БИТОЧКИ МАННЫЕ	50	2	2,4	11,5	79	58 Яр	143
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,2	16,4	130	401	10
Итого за прием пищи:	200	6,2	7,6	27,9	209		
УЖИН							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 60	60	5,66	2,68	5,84	83	258	63
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	3,84	16,32	110	321	67
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	150	2,23	1,95	11,93	74,17	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	450	12,59	9,11	53,79	362,47		
Всего за день:	1647	47,45	41,92	218,57	1494,18		

М. врач Мамко МВ

Неделя 4, день 18-среда, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 160	160	3,46	4,57	24,7	140	185	85
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	350	8,52	11,23	50,48	318,47		
II ЗАВТРАК							
ВАФЛИ	12	0,33	0,4	7,5	32,1		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,63	0,6	17,1	73,2		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13А	19
БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150	150	6,84	4,4	6,41	92,65	67	38
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 160	160	10,6	7,89	21,88	237,87	294	79
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	4,2	0,8	20,8	108	115	124
Итого за прием пищи:	590	22,68	14,3	80,45	579		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	2,8	3,1	23,1	131,2	454	95Б
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	7,3	8,3	30,1	223,8		
УЖИН							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	110	10,6	12,6	11,3	202,5	231	102
СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	20	1,44	1,7	11,2	64	б/н	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	400	14,39	14,95	50,53	395,13		
Всего за день:	1652	53,52	49,38	228,66	1589,6		

М. врач Махно ВА

Неделя 4, день 19-четверг, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150/5/5	160	2,85	5,01	19,23	123	185	91
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 30/5/10	45	4,73	6,88	14,56	139	3	18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	355	9,96	13,9	45,76	335,85		
II ЗАВТРАК							
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,6	0,66	7,5	34,8		125
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		
Итого за прием пищи:	112	0,9	0,86	17,1	75,9		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ 40	40	0,55	2,084	3,43	34,64	22	27
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И ЯЙЦОМ 130/20	150	7,74	7,3	8,74	131,9	87	50 А
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ	60	8,22	2,36	9,33	103	305	60
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 110	110	4,03	3,1	19,34	121,36	205	111
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	4,2	0,8	20,8	108	115	124
Итого за прием пищи:	570	25,35	16,664	87,64	598,47		
ПОЛДНИК							
ЗАПЕКАНКА КРУПЯНАЯ СО СВЕЖИМИ ПЛОДАМИ	50	1,3	1,4	10,9	63	55 Яр	142
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,2	16,4	130	401	10
Итого за прием пищи:	200	5,5	6,6	27,3	193		
УЖИН							
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	180	12,2	14,1	11,7	299	274	80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	450	14,62	14,76	41,6	435,3		
Всего за день:	1687	50,83	46,184	192,1	1638,52		

М. Буга *Максим* *М.А.*

Неделя 4, день 20-пятница, осенне-зимний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150/5/5	160	3,67	4,86	25,83	148	168	89
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	35	2,28	5	15,46	116	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	345	6	9,87	49,62	297,33		
II ЗАВТРАК							
ПРЯНИКИ	12	0,39	0,54	7,2	33		126А
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	112	0,69	0,74	16,8	74,1		
ОБЕД							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 40	40	0,94	1,84	4,94	40,04	54	28
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150	150	5,56	4,34	11	105,5	76	36
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	60	7,21	3,15	6,77	96,83	255	73
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,47	4,17	27,46	160,7	315	68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	40	4,2	0,8	20,8	108	115	124
Итого за прием пищи:	550	20,5	14,42	88,87	584,27		
ПОЛДНИК							
ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,18	2,13	31,52	158,58	467	99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	5,2	7	92,6	400	9
Итого за прием пищи:	200	7,68	7,33	38,52	251,18		
УЖИН							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,4	13	2,3	165,7	79 Яр	106
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,5	2,5	1,9	32	14	21
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,24	12,7	60,1	114	123
Итого за прием пищи:	430	10,33	16,2	44,03	374,61		
Всего за день:	1637	45,2	48,56	237,84	1581,49		

М. Фадеева

Неделя 1, день 1-понедельник, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецепт уры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с вермишелью	200	5,75	3,21	18,84	145,2	93	52
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
Итого за прием пищи:	420	10,87	13,1	47,77	370,2		
II ЗАВТРАК							
Печенье	20	1	1,1	12,5	58	б/н	125
Сок	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	1,3	1,3	22,1	99,1		
ОБЕД							
Салат из свеклы, моркови и зеленого горошка	50	0,9	5,1	3,5	62	148	144
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	4,86	3,78	11,16	97,2	83	40
Капуста тушеная с говядиной	230	12,5	13,2	16,1	254,1	336	66
Компот из консервированных фруктов	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	21,93	22,74	78,61	625,67		
ПОЛДНИК							
Пирожок с яблоком	50	2,8	3,1	23,1	131,2	454	95Б
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	8,8	10,1	32,5	255,64		
УЖИН							
Запеканка рисовая с творогом	140	10,22	8,54	36,3	266	62Яр	150
Соус сметанный сладкий	30	0,42	1,5	1,77	22,24	354	115А
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	490	14,32	10,94	72,12	449,35		
Всего за день:	1970	57,22	58,18	253,1	1799,96		

Л. В. В. В.

М. В. В. В.

Неделя 1, день 2-вторник, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецепт уры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная жидкая молочная	200	4,37	4,65	29,7	178,1	185	85
Бутерброд с маслом и сыром	50	5,7	7	16,1	149,4	3	18
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	430	10,19	11,67	56	368,5		
II ЗАВТРАК							
Вафли	20	0,55	0,65	12,5	53,75	б/н	127
Сок	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	120	0,95	1,05	20,3	91,34		
ОБЕД							
Огурец свежий	50	0,4	0,05	1,25	7	13А	19
Суп с рыбными консервами и яйцом	180	8,74	8,4	10,44	151,9	87	50 А
Тефтели мясные в сметанном соусе с луком 80/30	110	10,48	8,21	9,26	153	286	75
Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,4	137,3	321	67
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	720	26,09	22,09	81,41	629,53		
ПОЛДНИК							
Биточки манные	50	2	2,4	11,5	79	58	143
Йогурт	200	5,6	7	22	174	401	10
Итого за прием пищи:	250	7,6	9,4	33,5	253		
УЖИН							
Омлет натуральный	130	9,3	14	2,47	179,5	215	106
Томаты натуральные консервированные	100	-	-	4	16	Б/Н	29
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	550	13,09	14,96	56,28	420,93		
Всего за день:	2070	57,92	59,17	247,49	1763,3		

И. Вяз *Мария ИИ*

Неделя 1, день 3-среда, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша манная жидкая молочная с сахаром и маслом 190/5/5	200	3	4,8	26,3	150	185	86
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,28	62,8	213	108
Чай с молоком	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
Итого за прием пищи:	460	10,6	16,96	49,59	382,4		
II ЗАВТРАК							
Пряники	20	0,65	0,9	12	55		126
Сок	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,95	1,1	21,6	96,1		
ОБЕД							
Салат из свежих помидоров с луком	50	0,6	3,1	2,4	40	14	21
Суп крестьянский с мясом и сметаной	180	6,4	4,5	12,14	126	80	33
Биточки рыбные запеченные	80	9,65	3,59	8,91	128,8	255	73
Овощи запеченные в сметанном соусе	150	4,37	6,1	30,8	193,5		133
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	24,65	17,8	97,9	682,31		
ПОЛДНИК							
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141	466	
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,88	9,36	35,55	265,44		
УЖИН							
Пудинг из творога с яблоками 130	130	10,87	16,52	20,19	304,14	240	141
Сладкий молочный соус	30	0,62	1,57	2,13	25,14	351	116
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	480	15,24	19	58,18	497,79		
Всего за день:	2000	61,32	64,22	262,82	1924,04		

Mr. Gar. Maxus *MA*

Неделя 1, день 4-четверг, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

At. Gar Maximo AAA

Неделя 1, день 5-пятница, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша рисовая жидкая молочная	200	2,17	3,89	27,45	154	185	83
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	420	7,47	13,85	56,43	381		
II ЗАВТРАК							
Вафли	20	0,55	0,65	12,5	53,75	б/н	127
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,85	0,85	22,1	94,85		
ОБЕД							
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком	50	0,5	3,1	1,9	37	15	23
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	180	5,23	5,31	7,7	111,5	67	38
Мясо тушеное с овощами	230	14,8	17,4	15,77	310,8	274	80
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	24,16	26,32	69,02	653,31		
ПОЛДНИК							
Ватрушка с джемом	50	3,9	3,06	26,93	157	458	146
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,9	10,06	36,33	281,44		
УЖИН							
Шницель рыбный натуральный	90	8,6	3,92	8,21	116,1	258	63
Макароны отварные с маслом	130	4,77	3,66	22,86	143,42	205	111
Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	540	19,67	10,81	71,04	476,03		
Всего за день:	2020	62,05	61,89	254,92	1886,63		

В. Фраг и Мария М.А.

Неделя 2, день 6-понедельник, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с кукурузной крупой	200	3	5,1	16,5	131,8	94	53
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	?
Какао на молоке	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	440	11,66	18,14	47,08	406,2		
II ЗАВТРАК							
Печенье	20	1	1,1	12,5	58	б/н	125
Сок	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	1,3	1,3	22,1	99,1		
ОБЕД							
Салат из моркови с яблоком	50	0,43	2,61	3,94	40,95	40	?
Суп картофельный с бобовыми с мясом	180	7,52	4,9	13,03	138,42	81	37
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕННЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	110	10,8	14,19	10,97	200,75	281	140
Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
Каша гречневая рассыпчатая	130	5,48	4,29	33,65	180,3	165	88
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	730	28,28	28	107	776,66		
ПОЛДНИК							
Пирожок с яблоком	50	2,8	3,1	23,1	131,2	454	95Б
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	8,8	10,1	32,5	255,64		
УЖИН							
Запеканка морковная с творогом	140	10,16	12,6	18,16	277,2	458	93
Соус сметанный сладкий	30	0,42	1,5	1,77	22,24	354	115А
Компот из свежемороженных ягод	180	0,16	0,07	27,16	97,93	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	490	14,37	15,06	72,75	524,88		
Всего за день:	2030	64,41	72,6	281,43	2062,48		

М. Вран Лавин

Неделя 2, день 7-вторник, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша вязкая из смеси 2-х круп "Дружба" 190/5/5	200	3	5,1	31,1	182	168	90
Бутерброд с джемом 30/5/10	45	2,02	3,99	12,6	89,25	2	17
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	425	7,87	11,5	58,06	362,25		
II ЗАВТРАК							
Вафли	20	0,55	0,65	12,5	53,75	б/н	127
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,85	0,85	22,1	94,85		
ОБЕД							
Салат из свежих огурцов с луком	50	0,4	3,04	1,19	34	14А	22
Свекольник с мясом и сметаной	180	8,31	4,65	11,57	121,5	58	39
Биточки рыбные запеченные	80	9,65	3,59	8,91	128,8	255	73
Рагу из овощей	150	2,4	11,33	13,59	166	137	65
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	24,13	23,24	75,32	630,63		
ПОЛДНИК							
Запеканка крупяная со свежими	50	1,3	1,4	10,9	63	55	142
Йогурт	200	5,6	7	22	174	401	10
Итого за прием пищи:	250	6,9	8,4	32,9	237		
УЖИН							
Омлет натуральный	130	9,3	14	2,47	179,5	93	52
Огурец свежий	50	0,4	0,05	1,25	7	13А	19
Кисель из плодов или ягод свежемороженных	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	500	13,49	15,01	53,53	411,93		
Всего за день:	1985	53,24	59	241,91	1736,66		

Ли. Фран. Мухомов

Неделя 2, день 8-среда, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	3,6	5,2	22,8	152,4	185	91
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
Итого за прием пищи:	420	8,72	15,09	51,73	377,4		
II ЗАВТРАК							
Пряники	20	0,65	0,9	12	55		126
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,95	1,1	21,6	96,1		
ОБЕД							
Салат из свежих помидоров с луком	50	0,6	3,1	2,4	40	14	21
Рассольник ленинградский с мясом	180	6,77	5,22	13,2	126,8	76	36
Голубцы ленивые порционные	210	15,73	11,9	26,32	287	298	
Компот из консервированных плодов	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	670	373,14	409,18	1668,09	666,17		
ПОЛДНИК							
Булочка ванильная	50	3,95	4,06	27,24	161	467	99
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,95	11,06	36,64	285,44		
УЖИН							
Биточки рубленые из птицы	80	8,35	12,13	7,23	183	306	72
Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,4	137,3	321	67
соус сметанный	30	0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	580	15,55	19,33	63,44	503,64		
Всего за день:	2040	408,31	455,76	1841,5	1928,75		

А. Вран *Савина* *ММ*

Неделя 2, день 9-четверг, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Макароны запеченные с яйцом и маслом 180/5	185	7,03	8,53	27,94	225	208	138
Бутерброд с маслом и сыром	50	5,7	7	16,1	149,4	3	18
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
Итого за прием пищи:	415	12,78	15,54	52,43	408		
II ЗАВТРАК							
Печенье	20	1	1,1	12,5	58	б/н	125
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	1,3	1,3	22,1	99,1		
ОБЕД							
Икра кабачковая	50	0,6	2,32	5,15	39	14	130
Борщ с мясом и сметаной	180	7,91	5,82	10,98	128	62	46
Каша перловая рассыпчатая	130	3,86	2,76	27,6	168,1	165	87
Бестроганов из отварного мяса	80	8,34	8,29	2,19	124,5	278	62
Кисель из ягод свежемороженных	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	670	24,38	19,85	93,77	671,97		
ПОЛДНИК							
Пирожок с картошкой с луком	50	3,25	3,9	19,7	127	454	95А
Кисломолочный продукт	200	5,6	7	22	174	401	10
Итого за прием пищи:	250	8,85	10,9	41,7	301		
УЖИН							
Котлета рыбная "Любительская"	80	7,79	3,39	8,55	108	256	147
Рис отварной	130	2,9	5	32,45	190,52	315	68
Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	530	16,99	11,62	80,97	515,03		
Всего за день:	1985	64,3	59,21	290,97	1995,1		

Ан-Ван Лианно МВ

Неделя 2, день 10-пятница, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецепт	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша пшенная жидкая молочная	200	4,37	4,65	29,7	178,1	185	85
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	420	6,94	12,22	54,52	355,1		
II ЗАВТРАК							
Вафли	20	0,55	0,65	12,5	53,75	б/н	127
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,85	0,85	22,1	94,85		
ОБЕД							
Салат из свеклы с солеными огурцами	50	0,72	3,06	3,34	43,7	36	
Суп с клецками с курицей	180	9,7	7	11	137,9	85	34
Печень по строгановски в сметанном	80	11,9	9,9	3,1	153	33	132
Картофель отварной	150	2,85	4,35	23	142,35	318	71
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	28,8	24,82	84,09	670,96		
ПОЛДНИК							
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141	466	
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,88	9,36	35,55	265,44		
УЖИН							
ТОМАТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ	50	0	0	3,2	12,8	б/н	29
ОМЛЕТ С СЫРОМ	130	11	25,7	2,14	245	216	107
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	500	14,68	26,6	39,39	418,91		
Всего за день:	1980	61,15	73,85	235,65	1805,26		

М. врач Лихачев ИА

Неделя 3, день 13-среда, осенне-зимний период от 3 до 7 лет							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша манная жидкая молочная с сахаром и маслом 190/5/5	200	3	4,8	26,3	150	185	86
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Какао на молоке	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	420	9,12	15,54	56,74	393		
II ЗАВТРАК							
Пряники	20	0,65	0,9	12	55		126
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,95	1,1	21,6	96,1		
ОБЕД							
Салат из свеклы с соленым огурцом	50	1,18	2,3	6,17	50,01	54	28
Суп с рыбными консервами и яйцом 160/20	180	8,74	10,7	10,58	151,9	87	50 А
Гуляш из отварного мяса	80	8,53	7,54	2,17	118,1	277	70
Каша гречневая рассыпчатая	130	5,48	4,29	33,65	180,3	165	88
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	670	27,56	25,34	96,22	694,32		
ПОЛДНИК							
Ватрушка с джемом	50	3,9	3,06	26,93	157	458	146
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,9	10,06	36,33	281,44		
УЖИН							
Запеканка морковная с творогом	140	11,16	12,6	18,16	267,2	82	154
Соус сметанный сладкий	30	0,42	1,5	1,77	22,24	354	115А
Чай с лимоном	180	0,14	0,024	12,24	49,2	393	3
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Итого за прием пищи:	490	15,35	15,014	57,83	466,15		
Всего за день:	1950	62,88	67,054	268,72	1931,01		

В. врач Леонов ИА

Неделя 3, день 14-четверг, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная жидкая молочная 190/5/5	200	5,32	5,2	32,66	198,71	185	84
Бутерброд с джемом 30/5/10	45	2	4	15,1	105,3	2	17
Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	425	10,17	11,61	62,12	395,01		
II ЗАВТРАК							
Вафли	20	0,55	0,65	12,5	53,75	б/н	127
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,85	0,85	22,1	94,85		
ОБЕД							
Салат из картофеля с к/с солеными	50	0,68	2,605	4,29	43,3	22	27
Суп лапша куриный С ЯЙЦОМ 160/20	180	4,64	6,41	8,75	111,42	86	45 А
Капуста тушеная с говядиной	230	12,5	13,2	16,1	254,1	336	66
Кисель из плодов или ягод	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	21,21	22,775	71,95	599,05		
ПОЛДНИК							
Запеканка манная с плодами свежими	50	1,3	1,4	10,9	63		142
Кисломолочный продукт	200	5,6	7	22	174	401	10
Итого за прием пищи:	250	6,9	8,4	32,9	237		
УЖИН							
Пицца детская с колбасой	130	16,8	17,4	36,3	384,8	465	122А
Огурец свежий	50	0,4	0,05	1,25	7		
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Итого за прием пищи:	450	17,65	17,86	52,94	460,6		
Всего за день:	1935	56,78	61,495	242,01	1786,51		

М. Бран Выход МВ

Неделя 3, день 15-пятница, осенне-зимний период от 3 до 7 лет							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,			
ЗАВТРАК							
Омлет натуральный	130	9,3	14	2,47	179,5	93	52
Помидор свежий	50	0,55	0,1	1,91	12,07	13 6	20
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Чай с лимоном	180	0,14	0,024	12,24	49,2	393	3
Итого за прием пищи:	400	12,44	21,674	31,24	376,77		
II ЗАВТРАК							
Печенье	20	1	1,1	12,5	58	Б/Н	125
Сок (в ассортименте)	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	1,3	1,3	22,1	99,1		
ОБЕД							
Салат из свежих помидоров и огурцов с	50	0,5	3,1	1,9	37	15	23
Свекольник с мясом и сметаной	180	8,31	4,65	11,57	121,5	58	39
Оладьи из печени в сметанном соусе 80/30	110	11,4	14	10,7	226,4	284	145
Рис отварной	130	2,9	5	32,45	190,52	315	68
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	700	26,48	27,38	96,68	755,75		
ПОЛДНИК							
Коржик молочный	50	3,28	5,63	27,98	175,63	496	97
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,28	12,63	37,38	300,07		
УЖИН							
Шницель рыбный натуральный	80	8,6	3,92	8,21	116,1	258	63
Картофель отварной	150	2,85	4,35	23	142,35	71	318
Компот из плодов консервированных	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ФРУКТОВ							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	550	15,52	9,33	86,06	506,02		
Всего за день:	2020	65,02	72,314	273,46	2037,71		

М. врач *Михаил* *М*

Неделя 4, день 16-понедельник, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная 190/5/5	200	2,17	3,89	27,45	154	185	83
Бутерброд с маслом с сыром 30/5/15	50	6,88	8,45	19,39	180	3	18
Чай с лимоном	180	0,14	0,024	12,24	49,2	393	3
Итого за прием пищи:	430	9,19	12,364	59,08	383,2		
II ЗАВТРАК							
Печенье	20	1	1,1	12,5	58	Б/Н	125
СОК	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	1,3	1,3	22,1	99,1		
ОБЕД							
Салат из моркови и яблок	50	0,54	0,09	5,31	20,2	40	150
Суп гречневый с курицей с яйцом	180	4,25	4	18,21	123,8	93	136
Мясо тушеное с овощами	230	14,8	17,4	15,77	310,8	274	80
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	690	22,96	22,12	79,35	635,13		
ПОЛДНИК							
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141	466	149
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,88	9,36	35,55	265,44		
УЖИН							
Пудинг из творога с яблоками 130	130	10,69	16,52	20,19	304,14	240	141
Со сладким молочным соусом	30	0,58	1,36	3,98	30,45	351	116
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	480	14,95	18,78	58,22	495,7		
Всего за день:	1970	58,28	63,924	254,3	1878,57		

М. врач Лавина М

Неделя 4, день 17-вторник, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Суп молочный с вермишелью	200	5,75	3,21	18,84	145,2	93	52
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	420	11,05	13,17	47,82	372,2		
II ЗАВТРАК							
ПРЯНИКИ	20	0,65	0,9	12	55		126
СОК	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,95	1,1	21,6	96,1		
ОБЕД							
Салат из свеклы с соленым огурцом	50	0,8	3,1	4,2	47	36	139
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	4,86	3,78	11,16	97,2	83	40
Гуляш из отварного мяса	80	8,53	7,54	2,17	118,1	277	70
Каша перловая рассыпчатая	130	3,86	2,76	27,6	168,1	165	87
Компот из свежемороженных ягод	180	0,3	0,1	19,9	81,7	375	15
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	670	21,58	17,77	83,69	604,41		
ПОЛДНИК							
Биточки манные	50	2	2,4	11,5	79	143	58
Кисломолочный продукт	200	5,6	7	22	174	401	10
Итого за прием пищи:	250	7,6	9,4	33,5	253		
УЖИН							
Шницель рыбный натуральный	80	8,6	3,92	8,21	116	258	63
Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,4	137,3	321	67
Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	550	18	11,95	68,58	469,81		
Всего за день:	2010	59,18	53,39	255,19	1795,52		

Л. врач *Л. врач* *Л. врач*

Неделя 4, день 18-среда, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша пшенная жидкая молочная 190/5/5	200	4,37	4,65	29,7	178,1	185	85
Бутерброд с джемом 30/5/10	45	2	4	15,1	105,3	2	17
Какао на молоке	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	425	10,04	11,84	60,62	390,4		
II ЗАВТРАК							
Вафли	20	0,55	0,65	12,5	53,75	б/н	127
СОК	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,85	0,85	22,1	94,85		
ОБЕД							
Огурец свежий	50	0,4	0,05	1,25	7	13А	19
Борщ с мясом и сметаной	180	7,91	5,82	10,98	128	62	46
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	12,7	11,17	30,23	331,22	294	79
Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
Компот из консервированных плодов	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	710	25,1	19,2	92,07	700,82		
ПОЛДНИК							
Пирожок с яблоком	50	2,8	3,1	23,1	131,2	454	95Б
Молоко кипяченое	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	8,8	10,1	32,5	255,64		
УЖИН							
Сырники из творога	130	12,4	16,6	14,9	236,3	231	102
со сгущенным молоком	30	2,4	2,55	16,8	99	б/н	135
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	480	18,48	20,05	65,75	496,41		
Всего за день:	1985	63,27	62,04	273,04	1938,12		

М. Бран Машко МА

Неделя 4, день 19-четверг, осенне-зимний период от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,			
ЗАВТРАК							
Каша овсяная "Геркулес" жидкая с сахаром и маслом 190/5/5	200	3,6	5,2	22,8	152,4	185	91
Бутерброд с маслом и сыром 30/5/10	50	5,7	7	16,1	149,4	3	18
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	430	12,15	14,61	53,26	392,8		
II ЗАВТРАК							
Печенье	20	1	1,1	12,5	58	Б/Н	125
СОК	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	1,3	1,3	22,1	99,1		
ОБЕД							
Салат из картофеля с солеными огурцами	50	0,68	2,605	4,29	43,3	22	27
Суп с консервированной рыбой с яйцом	180	8,74	8,4	10,44	151,9	87	50 А
Котлета рубленая из курицы	80	10,7	3,38	12,6	141	305	60
Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
Макароны отварные с маслом	130	4,77	3,66	22,86	143,42	205	111
Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	700	28,94	20,055	95,6	695,86		
ПОЛДНИК							
ЗАПЕКАНКА КРУПИЯНАЯ СО СВЕЖИМИ ПЛОДАМИ	50	1,3	1,4	10,9	63	55	142
Кисломолочный продукт	200	5,6	7	22	174	401	10
Итого за прием пищи:	250	6,9	8,4	32,9	237		
УЖИН							
Мясо тушеное с овощами	230	14,8	17,4	15,77	310,8	274	80
Чай с лимоном	180	0,14	0,024	12,24	49,2	393	3
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	550	18,57	18,314	53,67	487,51		
Всего за день:	2050	67,86	62,679	257,53	1912,27		

См. файл «Меню» МА

Неделя 4, день 20-пятница, осенне-зимний период от 3 до 7 лет							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Номер рецептур	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	200	4,43	5,28	32,79	195	168	89
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1	16
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
Итого за прием пищи:	420	6,93	12,84	55,8	364,6		
II ЗАВТРАК							
ПРЯНИКИ	20	0,65	0,9	12	55		126
СОК	100	0,3	0,2	9,6	41,1		128
Итого за прием пищи:	120	0,95	1,1	21,6	96,1		
ОБЕД							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 50	50	1,18	2,3	6,17	50,01	54	28
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	180	6,77	5,22	13,2	126,8	76	36
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	80	9,65	3,59	8,91	128,8	255	73
РИС ОТВАРНОЙ 130	130	2,9	5	32,45	190,52	315	68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	670	23,87	16,74	100,79	676,46		
ПОЛДНИК							
ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,18	2,13	31,52	158,58	467	99
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	200	6	7	9,4	124,44	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,18	9,13	40,92	283,02		
УЖИН							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	130	9,3	14	2,47	179,5	79	106
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 50	50	0,6	3,1	2,4	40	14а	22
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	90	0,4	0,4	7	35,2		119
Хлеб ржаной 25	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Хлеб пшеничный 25	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	500	13,69	18,06	54,68	444,93		
Всего за день:	1960	54,62	57,87	273,79	1865,11		

И. Г. Я. С. А. В. А.