МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЕНЕВСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ №1 ИМЕНИ И.И. МУСАТОВА"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ВЕНЕВСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ №1 ИМЕНИ И.И. МУСАТОВА"
DN: C=RU, S=Тульская область, STREET="Бундурина,13", L=г.Венев, T=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""ВЕНЕВСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ №1 ИМЕНИ И.И. МУСАТОВА""", ОГРН=1157154024235, СНИЛС=05350946353, ИНН ЮЛ=7123005957, ИНН=712300423479, E=mouvenev1@tularegion.org, G=Надежда Николаевна, SN=Малазония, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""ВЕНЕВСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ №1 ИМЕНИ И.И. МУСАТОВА"""
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.11.27 16:52:28+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ « Веневский центр образования № 1 имени И.И. Мусатова»

_____Н.Н. Малазония

«31 » августа 2023г.

20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей от 1,5 до 7 лет
МОУ «Веневский центр образование №1имени И.И. Мусатова»

структурное подразделение «Детский сад № 1»

на 2023- 2024 учебный год

1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1.5—3 лет

№ тк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
95/16	Каша молочная геркулесовая жидкая	150	5	5.9	15.4	135
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.84	13.29	103
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**328**	**10.16**	**15.76**	**38.08**	**336.6**
	2 завтрак					
49/ п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11**	**45**
	Обед					
22/11	Салат из припущенной моркови с курагой	30	0.61	2.02	4.97	39.6
156/152	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	5.13	2.97	13.98	89.48
194/173	Голубцы ленивые в томатно -сметанном соусе	160	17.29	3.95	21.25	183.43
127/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**520**	**24.67**	**9.24**	**65.54**	**425.6**
	Полдник					
75\п.п	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90
71/95	Плюшка домашняя	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**210**	**12.34**	**12.69**	**53.97**	**380.6**
	Итого за день	**1158**	**47.17**	**37.69**	**168.6**	**1187.8**

2 день 1 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
135/169	Кулеш молочный пшенный	150	4.77	5.62	15.17	132.0
121/176	Какао с молоком	150	3.84	3.99	12.93	102.8
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**10.11**	**15.63**	**37.49**	**333.4**
	2 завтрак					
50/п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11**	**45**
	Обед					
18/9	Салат из отварной свеклы с черносливом	30	0.58	2.07	6.2	50.7
108/53	Суп рисовый на курином бульоне	150	4.37	3.95	13.9	96.7
167/157	Котлета рыбная	60	12.37	3.84	13.3	137.5
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
204/178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79/ п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**21.21**	**13.3**	**72.78**	**487.6**
	Полдник					
7	банан	100	1.5	0.5	21	96
76\п.п	КМН «Ацидолакт» 2.5%	150	4.2	3.75	18.75	127.5
5/п.п	Кондитерское изделие печенье	25	2	4.5	16.7	115
	Итого за полдник	**275**	**7.7**	**8.75**	**56.45**	**338.5**
	Итого за день	**1243**	**39.04**	**37.68**	**177.7**	**1204.5**

3 день 1 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
117/178	Омлет натуральный запеченный	120	9.44	12.27	3.2	161.4
34/18	Салат из консервированного зеленого горошка с луком и растительным маслом	30	0.81	2	1.84	28.2
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103
171/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/8/10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**338**	**17.76**	**28.5**	**27.82**	**426.7**
	2 завтрак					
51/п.п	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11**	**45**
	Обед					
11/5	Помидор свежий (порционно)	30	0.09	---	0.87	3.8
147/147	Суп картофельный с клецками	150	5.61	3.52	14.1	96.53
161/154	Тефтели из курицы с рисом в томатно-сметанном соусе	60	15.35	5.73	6.3	140.7
91/14	Капуста тушеная в духовом шкафу	120	2.67	3	10.8	80.1
127/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**25.36**	**12.55**	**57.41**	**434.2**
	Полдник					
125/174	Кисель плодово-ягодный	150	---	---	18.2	72
190/171	Творожники запеченные	60	10.58	8.66	17.5	195.3
	Итого за полдник	**210**	**10.58**	**8.66**	**35.7**	**267.3**
	Итого за день	**1098**	**53.7**	**49.71**	**131.9**	**1173.2**

4 день 1 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
131/171	Каша «Дружба» молочная жидкая	150	5.47	5.7	22.3	164
123/173	Чай с молоком	150	3.6	3.84	12.93	99.3
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**10.57**	**15.56**	**44.62**	**361.9**
	2 завтрак					
52/п.п	Сок яблочно-виноградный	**100**	**---**	**---**	**11**	**45**
	Обед					
12/6	Огурец свежий (порционно)	30	0.18	---	0.84	4.2
87/12	Свекольник на курином бульоне со сметаной	150	5.42	5.4	11.6	115.8
163/155	Биточки куриные	60	16.43	4.9	13.3	165.84
27/13	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	5.24	3.5	28.5	166.4
204/178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**28.8**	**14.11**	**74.17**	**542.8**
	Полдник					
75/п.п	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90
72/96	Булочка домашняя с сахаром	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	Итого за полдник	210	12.34	12.69	53.97	380.6
	Итого за день	**1178**	**51.71**	**42.36**	**183.7**	**1330.3**

5 день 1 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
200/176	Суфле творожное с фруктовой подливой	120/30	19.18	14.33	27.7	307.1
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103
171/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/8/10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**338**	**26.69**	**28.56**	**50.48**	**544.2**
	2 завтрак					
50 п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11**	**45**
	Обед					
14/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком.	30	0.16	2	1.02	22.75
145/146	Суп картофельный с фрикадельками	150	5.11	2.47	10.47	79.83
187/169	Шницель рыбный	60	12.55	3.85	19.96	140.44
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
127/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	----	12.59	51.9
79 п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**21.83**	**11.75**	**86.24**	**468.32**
	Полдник					
75	Молоко	150	4.5	4.8	7.05	90
179/165	Бутерброд с джемом (повидлом)	20/10	1.42	0.22	15.38	69.8
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47
	Итого за полдник	**280**	**6.32**	**5.42**	**32.23**	**206.8**
	Итого за день	**1258**	**54.84**	**45.73**	**179.9**	**1264.3**

6 день 2 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
183/167	Суп молочный рисовый	150	4.32	5.4	15.66	129.2
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**9.48**	**15.28**	**38.34**	**330.8**
	2 завтрак					
49 п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11**	**45**
	Обед					
21/11	Салат из припущенной моркови с изюмом	30	0.45	2.04	6.0	43.0
141/144	Щи из свежей капусты на мясном бульоне с картофелем и сметаной	150	5.42	4.84	12.55	101.1
107/22	Гуляш из говядины	60	14.04	7.53	3.64	138.3
29/14	Каша гречневая рассыпчатая	120	5.08	3.94	27.26	158.0
127/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.9
79 п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**26.63**	**18.65**	**74.79**	**553.5**
	Полдник					
75\п.п	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90
9/п.п	Крендель с сахаром	50	3.35	3.15	27.9	153.5
	Итого за полдник	**200**	**7.85**	**7.95**	**34.95**	**243.5**
	Итого за день	**1178**	**43.96**	**41.88**	**159.0**	**1172.8**

7 день 2 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
181/166	Каша манная молочная жидкая	150	4.65	5.39	15.3	130
121/176	Какао с молоком	150	3.84	3.99	12.93	102.8
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**9.99**	**15.4**	**37.62**	**331.4**
	2 завтрак					
50	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11**	**45**
	Обед					
16/8	Салат из отварной свёклы с консервированным зеленым горошком	30	0.59	2	0.93	30.4
80/103	Суп картофельный на курином бульоне с яйцом	150	5.75	4.05	10.5	86.68
159/153	Тефтели рыбные с рисом в томатно-сметанном соусе	60/10	13.53	4.8	5.39	119.08
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
204/178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**550**	**23.76**	**14.29**	**66.2**	**438.9**
	Полдник					
76	КМН «Ацидолакт»	150	4.2	3.75	18.75	127.5
3	Кондитерское изделие вафли	21	0.9	6.6	12.5	113.8
7	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
	Итого за полдник	**271**	**6.6**	**10.85**	**52.25**	**337.3**
	Итого за день	**1249**	**40.35**	**40.54**	**167.0**	**1152.6**

8 день 2 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
117/178	Омлет натуральный запеченный	120	9.44	12.27	3.2	161.4
32	Икра кабачковая	30	0.36	2.1	2.22	29.1
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103
171/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/8/10	3.85	**1**0.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	338	17.31	28.6	28.2	427.6
	2 завтрак					
51	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11**	**45**
	обед					
11/5	Помидор свежий (порционно)	30	0.09	---	0.87	3.8
143/145	Борщ украинский на мясном бульоне со сметаной	150	5.51	4.84	12.7	106.45
30/15	Плов рассыпчатый с говядиной	180	14.1	6.9	30.3	239.4
127/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	----	12.59	51.92
79	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**21.34**	**12.04**	**69.21**	**462.7**
	Полдник					
75	Молоко	150	4.5	4.8	7.05	90
73/97	Ватрушка с повидлом	60	7.84	7.89	56.07	326.6
	Итого за полдник	**210**	**12.34**	**12.69**	**63.12**	**416.6**
	Итого за день	**1188**	**50.99**	**53.33**	**171.5**	**1352**

9 день 2 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
97/17	Каша гречневая молочная жидкая	150	5.51	5.68	18.7	146.2
123/173	Чай с молоком	150	3.6	3.84	12.93	99.3
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**10.61**	**15.54**	**41.02**	**344.1**
	2 завтрак					
52	Сок яблочно-виноградный	**100**	**-----**	**-----**	**11**	**45**
	Обед					
12/6	Огурец свежий (порционно)	30	0.18	----	0.84	4.2
89/13	Суп картофельный на курином бульоне	150	4.02	3.9	10.35	80.6
196/174	Зразы куриные в томатно-сметанном соусе	60/10	17.14	7.47	3.26	149.5
91/14	Капуста тушеная в духовом шкафу	120	2.67	3	10.8	80.1
204/178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**550**	**25.5**	**14.68**	**45.18**	**404.96**
	Полдник					
125/174	Кисель плодово-ягодный	150	---	---	18.2	72
38/17	Сырники запеченные в духовом шкафу	60	10.58	8.66	17.5	195.3
	Итого за полдник	**210**	**10.58**	**8.66**	**35.7**	**267.3**
	Итого за день	**1188**	**46.69**	**38.88**	**132.9**	**1061.6**

10 день 2 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
139/161	Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/10	20.13	15.17	21.23	304.1
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103
171/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20 /8/ 10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**318**	**27.64**	**29.4**	**44.01**	**541.2**
	2 завтрак					
50	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
14/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком	30	0.16	2	1.02	22.75
153/150	Суп гороховый на курином бульоне	150	6.78	3.06	15.5	103.38
169/158	Биточки рыбные	60	12.37	3.84	13.3	137.5
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
127/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**23.32**	**12.33**	**84.61**	**488.9**
	Полдник					
75 п.п.	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90.0
179/165	Бутерброд с повидлом (джемом)	20/10	1.42	0.22	15.38	69.8
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**280**	**6.32**	**5.42**	**32.23**	**206.8**
	Итого за день	**1238**	**57.28**	**47.15**	**171.9**	**1282.0**

11ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1.5—3 лет

№ тк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
112 /55	Каша молочная пшенная жидкая	150	5.35	5.79	18.52	149.4
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.84	13.29	103.0
173 /160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**328**	**10.51**	**15.65**	**41.2**	**351.0**
	2 завтрак					
49/ п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
22/11	Салат из припущенной моркови с курагой	30	0.61	2.02	4.97	39.6
149 /148	Суп картофельный с сухариками	150/18	5.75	3.09	18.73	113.2
192/172	« Ежики» в томатно -сметанном соусе	160	17.1	5.98	25.1	225.09
127 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**538**	**25.1**	**11.39**	**74.14**	**491.0**
	Полдник					
75\п.п	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90.0
71/95	Плюшка домашняя	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**210**	**12.34**	**12.69**	**53.97**	**380.6**
	Итого за день	**1176**	**47.95**	**39.73**	**180.3**	**1267.6**

12 день 3 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
131 /171	Каша «Дружба» молочная жидкая	150	5.47	5.7	22.3	164.0
121 /176	Какао с молоком	150	3.84	3.99	12.93	102.8
173 /160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**10.81**	**15.71**	**44.62**	**365.4**
	2 завтрак					
50/п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
18/9	Салат из отварной свеклы с черносливом	30	0.58	2.07	6.2	50.7
211 /182	Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем и сметаной	150	5.3	4.4	12.55	97.0
167 /157	Котлета рыбная	60	12.37	3.84	13.3	137.5
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
204 /178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**22.14**	**13.74**	**81.43**	**488.0**
	Полдник					
7	банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
76\п.п	КМН «Ацидолакт» 2.5%	150	4.2	3.75	18.75	127.5
1п.п	Кондитерское изделие пряник	50	2.85	4.01	35.54	178.0
	Итого за полдник	**300**	**8.55**	**8.26**	**75.29**	**401.5**
	Итого за день	**1268**	**41.5**	**37.71**	**212.3**	**1300**

13 день 3 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
117 /178	Омлет натуральный запеченный	120	9.44	12.27	3.2	161.4
34/18	Салат из консервированного зеленого горошка с луком и растительным маслом	30	0.81	2.0	1.84	28.2
119 /177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103.0
171 /159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/8/ 10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**338**	**17.76**	**28.5**	**27.82**	**426.7**
	2 завтрак					
51/п.п	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
11/5	Помидор свежий (порционно)	30	0.09	---	0.87	3.8
145 /146	Суп картофельный с фрикадельками	150	5.11	2.47	10.47	79.83
161 /154	Тефтели из курицы с рисом в томатно-сметанном соусе	60	15.35	5.73	6.3	140.7
93/15	Капуста тушеная	120	2.67	3.0	10.8	80.1
127 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**24.86**	**11.5**	**53.78**	**417.55**
	Полдник					
125 /174	Кисель плодово-ягодный	150	---	---	18.2	72.0
190 /171	Творожники запеченные	60	10.58	8.66	17.5	195.3
	Итого за полдник	**210**	**10.58**	**8.66**	**35.7**	**267.3**
	Итого за день	**1188**	**53.2**	**48.66**	**128.3**	**1156.5**

14 день 3 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
181 /166	Каша манная молочная жидкая	150	4.65	5.39	15.3	130.0
123 /173	Чай с молоком	150	3.6	3.84	12.93	99.3
173 /160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**9.75**	**15.25**	**37.62**	**327.9**
	2 завтрак					
52/п.п	Сок яблочно-виноградный	**100**	**---**	**---**	**11.0**	**45.0**
	Обед					
12/6	Огурец свежий (порционно)	30	0.18	---	0.84	4.2
114 /56	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	5. 048	5.9	12.7	110.6
163 /155	Биточки куриные	60	16.43	4.9	13.3	165.84
27/13	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	5.24	3.5	28.5	166.4
204 /178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79/п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**28.42**	**14.6**	**75.27**	**537.6**
	Полдник					
75/п.п	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90.0
72/96	Булочка домашняя с сахаром	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	Итого за полдник	**210**	**12.34**	**12.69**	**53.97**	**380.6**
	Итого за день	**1178**	**50.51**	**42.54**	**177.8**	**1291.1**

15 день 3 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
200 /176	Суфле творожное с фруктовой подливой	120/30	19.18	14.33	27.7	307.1
119 /177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103.0
171 /159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/8/ 10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**338**	**26.69**	**28.56**	**50.48**	**544.2**
	2 завтрак					
50 п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
14/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком.	30	0.16	2.0	1.02	22.75
147 /147	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	5.61	3.52	14.1	96.53
198 /175	Рыба в омлете	60	13.47	5.54	6.16	128.4
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
127 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79 п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**23.25**	**17.19**	**76.07**	**473.0**
	Полдник					
75	Молоко	150	4.5	4.8	7.05	90.0
179 /165	Бутерброд с джемом (повидлом)	20/10	1.42	0.22	15.38	69.8
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**280**	**6.32**	**5.42**	**32.23**	**206.8**
	Итого за день	**1258**	**56.26**	**51.17**	**169.8**	**1269.0**

16 день 4 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
185 /168	Суп молочный гречневый	150	4.9	5.55	15.3	130.0
119 /177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103.0
173 /160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**10.06**	**15.43**	**37.98**	**331.6**
	2 завтрак					
49 п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
21/11	Салат из припущенной моркови с изюмом	30	0.45	2.04	6.0	43.0
80 /103	Суп картофельный на курином бульоне с яйцом	150	5.75	4.05	10.5	86.68
165 /156	Котлета куриная	60	16.43	4.9	13.3	165.84
93/15	Капуста тушеная	120	2.67	3.0	10.8	80.1
127 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.9
79 п.п	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**26.94**	**14.29**	**65.94**	**488.72**
	Полдник					
75\п.п	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90.0
9/п.п	Крендель с сахаром	50	3.35	3.15	27.9	153.5
	Итого за полдник	**200**	**7.85**	**7.95**	**34.95**	**243.5**
	Итого за день	**1168**	**44.85**	**37.67**	**150.0**	**1108.8**

17 день 4 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
133 /170	Каша овсяная молочная жидкая	150	5.0	5.9	15.4	135.0
121/ 176	Какао с молоком	150	3.84	3.99	12.93	102.8
173/ 160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**10.34**	**15.91**	**37.72**	**336.4**
	2 завтрак					
50 п.п.	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
16/8	Салат из отварной свёклы с консервированным зеленым горошком	30	0.59	2.0	0.93	30.4
209/ 181	Суп рыбный	150	6.61	2.36	13.98	88.34
37/16	Кнели в томатно-сметанном соусе	60	16.14	3.24	9.3	145.0
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
204/ 178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**27.23**	**11.03**	**73.6**	**466.5**
	Полдник					
76	КМН «Ацидолакт»	150	4.2	3.75	18.75	127.5
3	Кондитерское изделие вафли	21	0.9	6.6	12.5	113.8
7	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
	Итого за полдник	**271**	**6.6**	**10.85**	**52.25**	**337.3**
	Итого за день	**1239**	**44.17**	**37.79**	**174.6**	**1185.2**

18 день 4 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
117 /178	Омлет натуральный запеченный	120	9.44	12.27	3.2	161.4
32п.п.	Икра кабачковая	30	0.36	2.1	2.22	29.1
119/ 177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103.0
171/ 159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/8/ 10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**338**	**17.31**	**28.6**	**28.2**	**427.6**
	2 завтрак					
51	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
11/5	Помидор свежий (порционно)	30	0.09	---	0.87	3.8
143/ 145	Борщ украинский на мясном бульоне со сметаной	150	5.51	4.84	12.7	106.45
105 /21	Бефстроганов из говядины	60	14.04	7.53	3.64	138.3
29/14	Каша гречневая рассыпчатая	120	5.08	3.94	27.26	158.0
127 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79 п.п.	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**26.36**	**16.61**	**69.81**	**519.67**
	Полдник					
75 п.п.	Молоко	150	4.5	4.8	7.05	90.0
73/97	Ватрушка с повидлом	60	7.84	7.89	56.07	326.6
	Итого за полдник	**210**	**12.34**	**12.69**	**63.12**	**416.6**
	Итого за день	**1188**	**56.01**	**57.9**	**172.1**	**1408.8**

19 день 4 неделя возрастная категория 1,5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
207/180	Каша молочная рисовая жидкая	150	4.67	5.44	19.2	145.3
123/173	Чай с молоком	150	3.6	3.84	12.93	99.3
173/160	Бутерброд с маслом сливочным	20/8	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**328**	**9.77**	**15.3**	**41.52**	**343.2**
	2 завтрак					
52п.п.	Сок яблочно-виноградный	**100**	**-----**	**-----**	**11.0**	**45.0**
	Обед					
12/6	Огурец свежий (порционно)	30	0.18	----	0.84	4.2
155/151	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	150	5.56	4.84	11.73	111.3
176/164	Макаронник с мясом	180	20.3	8.26	32.7	290.6
204/178	Напиток из шиповника	150	0.027	0.009	7.186	29.36
79 п.п.	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**27.56**	**13.4**	**65.2**	**496.66**
	Полдник					
125/174	Кисель плодово-ягодный	150	---	---	18.2	72.0
188/170	Творожные палочки запеченные	60	10.58	8.66	17.5	195.3
	Итого за полдник	**210**	**10.58**	**8.66**	**35.7**	**267.3**
	Итого за день	**1178**	**47.91**	**37.36**	**153.4**	**1152.1**

20 день 4 неделя возрастная категория 1.5-3 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
139/161	Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/10	20.13	15.17	21.23	304.1
119/177	Кофейный напиток с молоком	150	3.66	3.86	13.29	103.0
171/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20 /8/ 10	3.85	10.37	9.49	134.1
	Итого за завтрак	**318**	**27.64**	**29.4**	**44.01**	**541.2**
	2 завтрак					
50	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
14/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком	30	0.16	2.0	1.02	22.75
153/150	Суп гороховый на курином бульоне	150	6.78	3.06	15.5	103.38
169/158	Биточки рыбные	60	12.37	3.84	13.3	137.5
25/12	Пюре картофельное	120	2.37	3.13	29.45	112.2
127 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	150	0.144	---	12.59	51.92
79	Хлеб ржаной	30	1.5	0.3	12.75	61.2
	Итого за обед	**540**	**23.32**	**12.33**	**84.61**	**488.9**
	Полдник					
75	Молоко 3.2%	150	4.5	4.8	7.05	90.0
179 /165	Бутерброд с повидлом (джемом)	20/10	1.42	0.22	15.38	69.8
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**280**	**6.32**	**5.42**	**32.23**	**206.8**
	Итого за день	**1238**	**57.28**	**47.15**	**171.9**	**1282.0**

1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ <u>ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 лет</u>

№ тк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
96/16	Каша молочная геркулесовая жидкая	200	6.6	7.9	22.2	187.0
118 /177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
17 2/160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**440**	**13.45**	**20.28**	**54.73**	**458.0**
	2 завтрак					
49/ п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
23/11	Салат из припущенной моркови с курагой	50	1.08	3.03	5.82	63.9
157 /152	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	6.37	4.1	20.1	125.7
195 /173	Голубцы ленивые в томатно -сметанном соусе	200	20.51	8.84	22.89	257.0
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
79 /п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**690**	**30.77**	**16.41**	**83.44**	**598.0**
	Полдник					
74/п.п	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
71/95	Плюшка домашняя	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**260**	**13.84**	**14.29**	**56.32**	**410.6**
	Итого за день	**1490**	**58.06**	**50.98**	**205.5**	**1511.6**

2 день 1 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
134 /169	Кулеш молочный пшенный	200	6.26	7.48	22.32	181.5
120 /176	Какао с молоком	200	4.98	5.1	17.75	136.0
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**13.47**	**20.16**	**54.13**	**452.2**
	2 завтрак					
50 /п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
19 / 9	Салат из отварной свеклы с черносливом	50	0.79	3.07	6.47	65.5
109 /53	Суп рисовый на курином бульоне	200	5.74	4.05	20.0	122.2
166 /157	Котлета рыбная	80	16.82	4.1	15.6	167.7
24 / 12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
205 /178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78/ п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**29.36**	**16.17**	**107.5**	**628.2**
	Полдник					
7	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
77/.пп	КМН «Ацидолакт» 2.5%	200	5.6	5.0	25	170.0
6 /п.п	Кондитерское изделие печенье	50	4.0	9.0	33.4	230.0
	Итого за полдник	**350**	**11.1**	**14.5**	**79.4**	**496.0**
	Итого за день	**1610**	**53.93**	**50.83**	**252.0**	**1621.4**

3 день 1 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
116 /178	Омлет натуральный запеченный	150	12.58	15.21	4.35	204.8
35/18	Салат из консервированного зеленого горошка с луком и растительным маслом	50	1.45	2.0	3.3	36.4
118 /177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170 /159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/ 15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**455**	**24.4**	**33.94**	**40.18**	**565.4**
	2 завтрак					
51 /п.п	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
10/5	Помидор свежий (порционно)	50	0.15	---	1.45	6.35
146 /147	Суп картофельный с клецками	200	6.73	4.63	20.14	131.94
160 /154	Тефтели из курицы с рисом в томатно-сметанном соусе	80	17.99	6.73	10.7	179.0
92/14	Капуста тушеная в духовом шкафу	150	3.44	4.0	13.37	102.4
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78/п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**31.12**	**15.8**	**80.29**	**571.1**
	Полдник					
124 /174	Кисель плодово-ягодный	200	---	---	27.3	108.0
191 /171	Творожники запеченные	80	15.27	12.0	23.85	268.9
	Итого за полдник	**280**	**15.27**	**12.0**	**51.15**	**376.9**
	Итого за день	**1555**	**70.8**	**61.74**	**182.6**	**1558.4**

4 день 1 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
130 /171	Каша «Дружба» молочная жидкая	200	6.96	7.58	29.0	214.0
122 /173	Чай с молоком	200	4.5	4.8	16.75	129.0
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**13.69**	**19.96**	**59.81**	**477.7**
	2 завтрак					
52/п.п	Сок яблочно-виноградный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
13/6	Огурец свежий (порционно)	50	0.3	---	1.4	6.95
88/12	Свекольник на курином бульоне со сметаной	200	6.3	6.2	14.73	137.7
162 /155	Биточки куриные	80	18.92	5.23	15.65	189.0
26/13	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	6.55	4.35	35.57	208.0
205 /178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78/п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**34.7**	**16.23**	**95.37**	**665.0**
	Полдник					
74/п.п	Молоко 3.2%	200	6	6.4	9.4	120.0
72/96	Булочка домашняя с сахаром	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	Итого за полдник	**260**	**13.84**	**14.29**	**56.32**	**410.6**
	Итого за день	**1520**	**62.23**	**50.48**	**222.5**	**1598.3**

5 день 1 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
201/176	Суфле творожное с фруктовой подливой	150/50	25.73	17.85	43.53	441.0
118/177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**455**	**36.1**	**34.58**	**76.06**	**765.25**
	2 завтрак					
50 п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
15/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком.	50	0.28	3.0	1.77	35.07
146/146	Суп картофельный с фрикадельками	200	5.7	4.52	13.08	90.69
186/169	Шницель рыбный	80	17.15	4.38	17.22	177.2
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
126/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**29.28**	**16.84**	**104.1**	**603.76**
	Полдник					
74	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
178/165	Бутерброд с джемом (повидлом)	30/15	2.13	0.33	23.07	104.7
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**345**	**8.53**	**7.13**	**42.27**	**271.7**
	Итого за день	**1620**	**73.91**	**58.55**	**233.4**	**1685.7**

6 день 2 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
182 /167	Суп молочный рисовый	200	5.6	7.13	22.6	178.0
118 /77	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**12.45**	**19.51**	**55.13**	**449.0**
	2 завтрак					
49 п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
20/11	Салат из припущенной моркови с изюмом	50	0.85	3.06	7.32	68.8
140 /144	Щи из свежей капусты на мясном бульоне с картофелем и сметаной	200	6.36	7.7	15.8	130.49
106 /22	Гуляш из говядины	80	17.99	9.01	7.01	180.1
28/14	Каша гречневая рассыпчатая	150	6.35	4.9	34.07	197.5
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**34.36**	**25.11**	**98.83**	**728.29**
	Полдник					
74/п.п	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
9/п.п	Крендель с сахаром	50	3.35	3.15	27.9	153.5
	Итого за полдник	**250**	**9.35**	**9.55**	**37.3**	**273.5**
	Итого за день	**1510**	**56.16**	**54.17**	**323.9**	**1495.8**

7 день 2 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
180 /166	Каша манная молочная жидкая	200	6.07	7.13	22.0	178.5
120 / 176	Какао с молоком	200	4.98	5.1	17.75	136.0
172 / 160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**13.28**	**19.81**	**53.81**	**449.2**
	2 завтрак					
50	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
17/8	Салат из отварной свёклы с консервированным зеленым горошком	50	1.04	3.0	1.68	48.0
81/ 103	Суп картофельный на курином бульоне с яйцом	200	6.34	5.1	13.1	106.39
158/ 153	Тефтели рыбные с рисом в томатно-сметанном соусе	80/10	15.67	5.69	9.5	151.88
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
205/ 178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78 п.п.	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**730**	**29.06**	**18.74**	**89.7**	**579.0**
	Полдник					
77/п.п	КМН «Ацидолакт»	200	5.6	5.0	25.0	170.0
4/п.п	Кондитерское изделие вафли	42	1.8	13.3	25.1	227.6
7	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
	Итого за полдник	**342**	**8.9**	**18.8**	**71.1**	**493.6**
	Итого за день	**1612**	**51.24**	**57.35**	**225.6**	**1566.8**

8 день 2 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
116/178	Омлет натуральный запеченный	150	12.58	15.21	4.35	204.8
33/п.п	Икра кабачковая	50	0.6	3.5	3.7	48.5
118/177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**455**	**23.55**	**35.44**	**40.58**	**577.55**
	2 завтрак					
51	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
10/5	Помидор свежий (порционно)	50	0.15	---	1.45	6.35
142/145	Борщ украинский на мясном бульоне со сметаной	200	6.64	6.7	16.1	138.1
31/15	Плов рассыпчатый с говядиной	220	18.33	8.7	38.8	306.7
126/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**710**	**27.9**	**15.84**	**90.0**	**602.5**
	Полдник					
74/п.п	Молоко	200	6.0	6.4	9.4	120.0
73/97	Ватрушка с повидлом	60	7.84	7.89	56.07	326.6
	Итого за полдник	**260**	**13.84**	**12.69**	**63.12**	**416.6**
	Итого за день	**1525**	**65.29**	**63.97**	**204.7**	**1641.6**

9 день 2 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
98/17	Каша гречневая молочная жидкая	200	7.05	7.5	25.5	195.1
122 /173	Чай с молоком	200	4.5	4.8	16.75	129.0
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**13.78**	**19.88**	**56.31**	**458.8**
	2 завтрак					
52	Сок яблочно-виноградный	**100**	**---**	**---**	**11.0**	**45.0**
	Обед					
13/6	Огурец свежий (порционно)	50	0.3	---	1.4	6.95
90/13	Суп картофельный на курином бульоне	200	5.04	3.95	12.9	89.94
197 / 174	Зразы куриные в томатно-сметанном соусе	80/10	21.87	8.05	3.59	170.7
92/14	Капуста тушеная в духовом шкафу	150	3.44	4.0	13.37	102.4
205/ 178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78/п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**730**	**33.3**	**16.45**	**59.28**	**493.39**
	Полдник					
124/ 174	Кисель плодово-ягодный	200	---	---	27.3	108.0
39/17	Сырники запеченные в духовом шкафу	80	15.27	12.0	23.85	268.9
	Итого за полдник	**280**	**15.27**	**12.0**	**51.15**	**376.9**
	Итого за день	**1550**	**62.35**	**48.33**	**177.7**	**1374.1**

10 день 2 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
138/161	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/15	26.93	19.12	30.9	406.9
118/177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**420**	**37.3**	**35.85**	**63.43**	**731.15**
	2 завтрак					
50	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
15/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком	50	0.28	3.0	1.77	35.07
152/150	Суп гороховый на курином бульоне	200	8.52	4.19	20.6	137.8
168/158	Биточки рыбные	80	16.82	4.1	15.6	167.7
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
126/175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п.	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	720	**31.77**	**16.23**	**110.0**	**641.37**
	Полдник					
74 п.п.	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
178/165	Бутерброд с повидлом (джемом)	30/15	2.13	0.33	23.07	104.7
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**345**	**8.53**	**7.13**	**42.27**	**271.7**
	Итого за день	**1585**	**77.6**	**59.21**	**226.7**	**1689.2**

11 ДЕНЬ 3 НЕДЕЛЯ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 лет

№ тк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
113 /55	Каша молочная пшенная жидкая	200	6.83	7.64	22.48	198.6
118 /177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	3.23	7.58	14.06	134.7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**440**	**14.68**	**20.02**	**55.01**	**469.6**
	2 завтрак					
49/ п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
23/11	Салат из припущенной моркови с курагой	50	1.08	3.03	5.82	63.09
148 /148	Суп картофельный с сухариками	200/25	6.84	4.22	24.64	147.94
193 /172	«Ежики» в томатно -сметанном соусе	200	18.09	6.83	34.14	283.3
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78/п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**715**	**28.82**	**14.52**	**99.23**	**645.73**
	Полдник					
74/п.п	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
71/95	Плюшка домашняя	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**260**	**13.84**	**14.29**	**56.32**	**410.6**
	Итого за день	**1515**	**57.34**	**48.83**	**221.5**	**1570.9**

12 день 3 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
130 /169	Каша «Дружба» молочная жидкая	200	6.96	7.58	29.0	214.0
120 /176	Какао с молоком	200	4.98	5.1	17.75	136.0
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**14.17**	**20.26**	**60.81**	**484.7**
	2 завтрак					
50/п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
19/9	Салат из отварной свеклы с черносливом	50	0.79	3.07	6.47	65.5
212 /182	Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем и сметаной	200	6.16	7.2	15.8	125.9
166 /157	Котлета рыбная	80	16.82	4.1	15.6	167.7
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
205 /178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78/ п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**29.78**	**19.32**	**103.3**	**631.9**
	Полдник					
7	банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
77/п.п	КМН «Ацидолакт» 2.5%	200	5.6	5.0	25.0	170.0
2 /п.п	Кондитерское изделие пряник	50	2.85	3.01	35.54	178.0
	Итого за полдник	**350**	**9.95**	**8.51**	**81.54**	**444.0**
	Итого за день	**1610**	**53.9**	**48.09**	**256.6**	**1605.6**

13 день 3 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
116 /178	Омлет натуральный запеченный	150	12.58	15.21	4.35	204.8
35/18	Салат из консервированного зеленого горошка с луком и растительным маслом	50	1.45	2.0	3.3	36.4
118 /177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170/ 159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10 /15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**455**	**24.4**	**33.94**	**40.18**	**565.45**
	2 завтрак					
51/п.п	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
10/5	Помидор свежий (порционно)	50	0.15	---	1.45	6.35
144 /147	Суп картофельный с фрикадельками	200	5.7	4.52	13.08	90.69
160 /154	Тефтели из курицы с рисом в томатно-сметанном соусе	80	17.99	6.73	10.7	179.0
94/15	Капуста тушеная	150	3.44	4.0	13.37	102.4
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78/п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**30.1**	**15.69**	**73.23**	**529.84**
	Полдник					
124 /174	Кисель плодово-ягодный	200	---	---	27.3	108.0
191 /171	Творожники запеченные	80	15.27	12.0	23.85	268.9
	Итого за полдник	**280**	**15.27**	**12.0**	**51.15**	**376.9**
	Итого за день	**1555**	**69.77**	**61.63**	**175.5**	**1517.2**

14 день 3 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
180 /166	Каша манная молочная жидкая	200	6.07	7.13	22.0	178.5
122 /173	Чай с молоком	200	4.5	4.8	16.75	129.0
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**12.8**	**19.51**	**52.81**	**442.2**
	2 завтрак					
52/п.п	Сок яблочно-виноградный	**100**	**---**	**---**	**11.0**	**45.0**
	Обед					
13/6	Огурец свежий (порционно)	50	0.3	---	1.4	6.95
115 /56	Борщ на курином бульоне со сметаной	200	6.4	7.95	16.0	149.3
162 /155	Биточки куриные	80	18.92	5.23	15.65	189.0
26 /13	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	6.55	4.35	35.57	208.0
205 /178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78/п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**32.2**	**18.0**	**96.64**	**676.6**
	Полдник					
74/п.п	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
72/96	Булочка домашняя с сахаром	60	7.84	7.89	46.92	290.6
	Итого за полдник	**260**	13.84	14.29	56.32	410.6
	Итого за день	**1520**	**58.84**	**51.8**	**216.7**	**1574.4**

15 день 3 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
201 /176	Суфле творожное с фруктовой подливой	150/50	25.73	17.85	43.53	441.0
118 /177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170 159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10 /15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**455**	**26.69**	**28.56**	**50.48**	**544.2**
	2 завтрак					
50 п.п	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
15/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком.	50	0.28	3.0	1.77	35.07
146 /147	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	200	6.73	4.63	20.14	131.94
199 /175	Рыба в омлете	80	16.63	6.74	6.16	151.8
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**29.8**	**19.31**	**100.1**	**619.61**
	Полдник					
8 п.п.	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
1798 165	Бутерброд с джемом (повидлом)	30/15	2.13	0.33	23.07	104.7
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**345**	**8.53**	**7.13**	**42.27**	**271.7**
	Итого за день	**1620**	**65.02**	**55.0**	**203.8**	**1480.5**

16 день 4 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рец	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
184 /168	Суп молочный гречневый	200	6.43	7.4	22.14	179.0
118 /177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**13.28**	**19.78**	**54.67**	**450.0**
	2 завтрак					
49 п.п	Сок яблочный	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
20/11	Салат из припущенной моркови с изюмом	50	0.85	3.06	7.32	68.08
81 /103	Суп картофельный на курином бульоне с яйцом	200	6.34	5.1	13.1	106.39
164 /156	Котлета куриная	80	18.92	5.23	15.65	189.0
94/15	Капуста тушеная	150	3.44	4.0	13.37	102.4
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**32.36**	**17.83**	**84.07**	**617.27**
	Полдник					
74 п.п	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
9/п.п	Крендель с сахаром	50	3.35	3.15	27.9	153.5
	Итого за полдник	**250**	**9.35**	**9.55**	**37.3**	**273.5**
	Итого за день	**1510**	**55.0**	**47.16**	**187.0**	**1385.7**

17 день 4 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
132 /170	Каша овсяная молочная жидкая	200	6.6	7.9	22.2	187.0
120/ 176	Какао с молоком	200	4.98	5.1	17.75	136.0
172 / 160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	1.5	6.02	9.39	98.6
	Итого за завтрак	**440**	**13.08**	**19.02**	**49.34**	**421.6**
	2 завтрак					
50 п.п.	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
17/8	Салат из отварной свёклы с консервированным зеленым горошком	50	1.04	3.0	1.68	48.0
210 /181	Суп рыбный	200	10.31	4.04	20.18	140.59
36/16	Кнели из куриного филе в молочном соусе	80	19.66	4.2	17.7	191.0
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
205/ 178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78 п.п.	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**37.0**	**16.19**	**105.0**	**652.4**
	Полдник					
77 п.п.	КМН «Ацидолакт»	200	5.6	5.0	25.0	170.0
4 п.п.	Кондитерское изделие вафли	42	1.8	13.3	25.1	227.6
7	Банан	100	1.5	0.5	21.0	96.0
	Итого за полдник	**342**	**8.9**	**18.8**	**71.1**	**493.6**
	Итого за день	**1602**	**59.0**	**54.0**	**236.4**	**1612.6**

18 день 4 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
116 /178	Омлет натуральный запеченный	150	12.58	15.21	4.34	204.8
33 п.п.	Икра кабачковая	50	0.6	3.5	3.7	48.5
118 / 177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170 /159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10 /15	5.75	**11.93**	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**455**	**23.55**	**35.44**	**40.57**	**577.5**
	2 завтрак					
51	Сок мультифруктовый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
10/5	Помидор свежий (порционно)	50	0.15	---	1.45	6.35
142/ 145	Борщ украинский на мясном бульоне со сметаной	200	6.64	6.7	16.1	138.1
104 /21	Бефстроганов из говядины	80	17.99	9.01	7.01	180.1
28/14	Каша гречневая рассыпчатая	150	6.35	4.9	34.07	197.5
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п.	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**720**	**34.0**	**21.05**	**93.26**	**673.5**
	Полдник					
74 п.п.	Молоко 3,2 %	200	6.0	6.4	9.4	120.0
73/97	Ватрушка с повидлом	60	7.84	7.89	56.07	326.6
	Итого за полдник	**260**	**13.84**	**14.29**	**65.47**	**446.6**
	Итого за день	**1535**	**71.39**	**70.8**	**210.3**	**1742.6**

19 день 2 неделя возрастная категория 3-7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
208 /180	Каша молочная рисовая жидкая	200	5.93	7.18	26.22	193.9
122 /173	Чай с молоком	200	4.5	4.8	16.75	129.0
172 /160	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.23	7.58	14.06	134.7
	Итого за завтрак	**440**	**12.66**	**19.56**	**57.03**	**457.6**
	2 завтрак					
52 п.п	Сок яблочно-виноградный	**100**	**---**	**---**	**11.0**	**45.0**
	Обед					
13/6	Огурец свежий (порционно)	50	0.3	---	1.4	6.95
154 /151	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	200	6.5	6.7	14.73	142.3
177/ 164	Макаронник с мясом	220	23.86	8.9	40.1	336.4
205 /178	Напиток из шиповника	200	0.033	0.011	10.18	41.0
78 п.п.	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	**710**	**33.33**	**16.05**	**84.25**	**609.0**
	полдник					
124/ 174	Кисель плодово-ягодный	200	---	---	27.3	108.0
189 /170	Творожные палочки запеченные	80	15.27	12.0	23.85	268.9
	Итого за полдник	**280**	**15.27**	**12.0**	**51.15**	**376.9**
	Итого за день	**1530**	**61.26**	**47.61**	**203.4**	**1488.5**

20 день 4 неделя возрастная категория 3 -7 лет

№ ттк /рецепт	Наименование приема пищи Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
138/161	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/15	26.93	19.12	30.9	406.9
118/177	Кофейный напиток с молоком	200	4.62	4.8	18.47	136.3
170/159	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/15	5.75	11.93	14.06	187.95
	Итого за завтрак	**420**	**37.3**	**35.85**	**63.43**	**731.15**
	2 завтрак					
50 п.п.	Сок абрикосово-персиковый	**100**	---	---	**11.0**	**45.0**
	Обед					
15/7	Салат из свежих огурцов и помидоров с растительным маслом и луком	50	0.28	3.0	1.77	35.07
152/150	Суп гороховый на курином бульоне	200	8.52	4.19	20.6	137.8
168/158	Биточки рыбные	80	16.82	4.1	15.6	167.7
24/12	Пюре картофельное	150	3.34	4.5	37.4	149.4
126 /175	Компот из сухофруктов (компотная смесь)	200	0.176	---	16.79	69.0
78 п.п.	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	17.84	82.4
	Итого за обед	720	**31.77**	**16.23**	**110.0**	**641.37**
	Полдник					
74 п.п.	Молоко 3.2%	200	6.0	6.4	9.4	120.0
178 165	Бутерброд с повидлом (джемом)	30/15	2.13	0.33	23.07	104.7
8	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
	Итого за полдник	**345**	**8.53**	**7.13**	**42.27**	**271.7**
	Итого за день	**1585**	**77.6**	**59.21**	**226.7**	**1689.2**