


Общество с ограниченной ответственностью "ОБЩЕСТВЕННОЕ ПИТАНИЕ"

636017, Томская область, г. Северск, ул. Калинина, д. 69, помещение 1016

Согласовано:

Директор МАОУ «СОШ №76»  
Структурное подразделение детский сад  
С. Л. Вдовина  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024



Утверждаю:

Директор ООО «Общественное питание»  
А. В. Комиссаров  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024



Примерное циклическое десятидневное меню

для детей с 12 часовым пребыванием

в дошкольных образовательных учреждениях ЗАТО Северск

(сезон: осень, зима)

Неделя первая  
День: понедельник

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
182/07	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	153	5,10	5,80	30,00	196,00	205	6,83	7,77	40,20	258,00	205	6,83	7,77	40,20	258,00
392/11	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	180	0,05	0,02	8,39	34,00	200	0,06	0,02	9,32	38,00
14	Батон с маслом	35	2,74	3,78	15,97	102,00	35	2,74	3,78	15,97	102,00	55	4,30	5,94	25,09	160,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											40	3,20	0,20	21,20	100,00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>368,00</b>	<b>7,89</b>	<b>9,60</b>	<b>54,36</b>	<b>332,00</b>	<b>420,00</b>	<b>9,62</b>	<b>11,57</b>	<b>64,56</b>	<b>394,00</b>	<b>500,00</b>	<b>11,19</b>	<b>13,73</b>	<b>74,61</b>	<b>456,00</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
399/11	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,10	43,00	100	0,50	0,00	10,10	43,00	200	1,00	0,00	20,20	86,00
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>86,00</b>
	<b>ОБЕД</b>															
54/11	Икра кабачковая	30	0,36	1,41	2,31	23,00	50	0,60	2,35	3,85	38,00	60	0,72	2,82	4,62	45,60
76/11	Суп крестьянский с птицей	156	0,89	2,95	3,65	46,00	206	1,19	3,93	4,87	61,00	206	1,19	3,93	4,87	61,00
305/11	Котлеты рубленые из птицы	50	7,86	8,04	8,31	137,00	70	11,00	11,26	11,64	191,00	90	14,15	14,47	14,96	191,00
350/11	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13,00	30	0,62	1,58	2,13	25,00	30	0,62	1,58	2,13	25,00
316/11	Рис припущенный	110	2,67	3,15	26,88	146,00	150	3,64	4,31	36,68	200,00	150	3,64	4,31	36,68	200,00
376/11	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	85,00	180	0,40	0,018	24,98	102,00	200	0,44	0,020	27,76	113,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>551,00</b>	<b>15,32</b>	<b>16,66</b>	<b>81,83</b>	<b>540,00</b>	<b>746,00</b>	<b>21,80</b>	<b>23,90</b>	<b>112,35</b>	<b>752,00</b>	<b>816,00</b>	<b>26,71</b>	<b>27,68</b>	<b>129,82</b>	<b>820,60</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
236/11	Пудинг из творога с рисом	80	11,81	10,13	15,18	199,00	100	14,76	12,12	18,97	244,00	100	14,76	12,12	18,97	244,00
490/13	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,00	20	1,44	1,70	11,10	66,00	20	1,44	1,70	11,10	66,00
4356	Молоко	150	4,35	4,80	7,05	90,00	180	5,22	5,76	8,46	108,00	200	5,80	6,40	9,40	120,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,075	7,95	38,00	15	1,20	0,075	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>260,00</b>	<b>18,44</b>	<b>16,29</b>	<b>38,51</b>	<b>376,00</b>	<b>315,00</b>	<b>22,62</b>	<b>19,66</b>	<b>46,48</b>	<b>456,00</b>	<b>350,00</b>	<b>24,40</b>	<b>20,37</b>	<b>55,37</b>	<b>505,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1279,00</b>	<b>42,15</b>	<b>42,54</b>	<b>184,80</b>	<b>1291,00</b>	<b>1581,00</b>	<b>54,54</b>	<b>55,12</b>	<b>233,49</b>	<b>1645,00</b>	<b>1866,00</b>	<b>63,30</b>	<b>61,78</b>	<b>280,00</b>	<b>1867,60</b>

Неделя первая  
День: вторник

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
171/11	Суп молочный с макаронными изделиями и маслом	185	5,18	8,36	17,17	168,00	205	5,75	8,89	19,07	183,00	205	5,75	8,89	19,07	183,00
395/11	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,39	12,76	84,00	180	2,81	2,39	12,76	84,00	200	3,12	2,65	14,18	93,00
14/27	Батон с маслом и сыром	41	4,30	5,39	15,97	123,00	41	4,30	5,39	15,97	123,00	70	7,36	9,21	27,27	210,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный															
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>406,00</b>	<b>12,29</b>	<b>16,14</b>	<b>45,90</b>	<b>375,00</b>	<b>426,00</b>	<b>12,86</b>	<b>16,67</b>	<b>47,80</b>	<b>390,00</b>	<b>500,00</b>	<b>17,93</b>	<b>20,88</b>	<b>73,77</b>	<b>548,50</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
368/г	Пюре/Фрукты свежие(яблоко)	50,00	0,00	0,00	5,50	22,14	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
398/11	Напиток из плодов шиповника	100,00	0,34	0,14	9,48	40,00	100,00	0,34	0,14	9,48	40,00	100,00	0,34	0,14	9,48	40,00
	<b>Итого2завтрак:</b>	<b>150,00</b>	<b>0,34</b>	<b>0,14</b>	<b>14,98</b>	<b>62,14</b>	<b>200,00</b>	<b>0,74</b>	<b>0,54</b>	<b>19,28</b>	<b>87,00</b>	<b>200,00</b>	<b>0,74</b>	<b>0,54</b>	<b>19,28</b>	<b>87,00</b>
	<b>ОБЕД</b>															
54/11	Икра свекольная	30	0,71	1,38	3,70	30,00	50	1,18	2,30	6,17	50,00	60	1,42	2,76	7,40	60,00
115\11	Гренки	20	2,48	0,32	15,21	73,00	20	2,48	0,32	15,21	73,00	20	2,48	0,32	15,21	73,00
81/11	Суп картофельный с горохом и мясом	156	4,99	3,21	1,30	87,00	206	6,58	4,23	14,92	123,00	206	6,58	4,23	14,92	123,00
99/11	Котлета из говядины "Здоровье"	50	8,60	7,47	4,98	123,00	70	11,50	9,96	6,64	165,00	90	15,48	13,45	8,96	221,00
317/11	Макаронные изделия отварные с маслом	115	4,14	6,94	19,46	156,00	155	5,57	8,15	26,52	201,00	155	5,57	8,15	26,52	201,00
376/11	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,82	85,00	180	0,40	0,02	24,98	102,00	200	0,44	0,020	27,76	113,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>561,00</b>	<b>24,15</b>	<b>19,64</b>	<b>84,27</b>	<b>644,00</b>	<b>741,00</b>	<b>32,06</b>	<b>25,43</b>	<b>122,64</b>	<b>849,00</b>	<b>811,00</b>	<b>37,92</b>	<b>29,48</b>	<b>139,57</b>	<b>976,00</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
321/11	Пюре картофельное	110	2,29	7,15	15,06	134,00	150	3,13	8,43	20,51	170,00	150	3,13	8,43	20,51	170,00
108/05	Огурчик консервированный	20	0,10	0,00	1,15	5,00	20	0,10	0,00	1,15	5,00	20	0,10	0,00	1,15	5,00
392/11	Чай с сахаром	150	0,04	0,02	6,99	28,00	180	0,05	0,02	8,39	34,00	200	0,06	0,02	9,32	38,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,075	7,95	38,00	15	1,20	0,075	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>295,00</b>	<b>3,63</b>	<b>7,24</b>	<b>31,15</b>	<b>205,00</b>	<b>365,00</b>	<b>4,48</b>	<b>8,52</b>	<b>38,00</b>	<b>247,00</b>	<b>400,00</b>	<b>5,69</b>	<b>8,60</b>	<b>46,88</b>	<b>288,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1412,00</b>	<b>40,41</b>	<b>43,16</b>	<b>176,30</b>	<b>1286,14</b>	<b>1732,00</b>	<b>50,14</b>	<b>51,16</b>	<b>227,72</b>	<b>1573,00</b>	<b>1911,00</b>	<b>62,28</b>	<b>59,50</b>	<b>279,50</b>	<b>1899,50</b>

Неделя первая  
День: среда

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
170/07	Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом	160	6,41	8,32	29,02	234,00	208	7,51	9,02	36,17	256,00	208	7,51	9,02	36,17	256,00
397/11	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,89	107,00	180	3,67	3,19	15,89	107,00	200	4,08	3,54	17,66	114,00
3	Батон с повидлом	45	2,70	0,15	16,82	103,00	45	2,70	0,15	16,82	103,00	60	3,60	0,20	22,43	137,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											32	2,56	0,16	16,96	80,00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>385,00</b>	<b>12,78</b>	<b>11,66</b>	<b>61,73</b>	<b>444,00</b>	<b>433,00</b>	<b>13,88</b>	<b>12,36</b>	<b>68,88</b>	<b>466,00</b>	<b>500,00</b>	<b>17,75</b>	<b>12,92</b>	<b>93,22</b>	<b>587,00</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
638/04	Напиток витаминный	100	0,23	0,08	14,55	62,50	100	0,23	0,08	14,55	62,50	200	0,46	0,16	29,10	125,00
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100,00</b>	<b>0,23</b>	<b>0,08</b>	<b>14,55</b>	<b>62,50</b>	<b>100,00</b>	<b>0,23</b>	<b>0,08</b>	<b>14,55</b>	<b>62,50</b>	<b>200,00</b>	<b>0,46</b>	<b>0,16</b>	<b>29,10</b>	<b>125,00</b>
	<b>ОБЕД</b>															
24/96	Морковь отварная (долька)	30	0,36	0,00	2,13	11,00	50	0,60	0,00	3,50	16,00	60	0,60	0,00	4,20	19,20
76/11	Рассольник "Ленинградский"	161	1,26	3,07	9,96	72,00	211	1,68	4,10	13,28	97,00	211	1,68	4,10	13,28	97,00
3/21	Тефтели с соусом	50/15	7,66	7,26	10,87	154,00										
171/11	Гуляш из филе птицы	401					100,00	29,40	9,00	18,00	201,00	100,00	29,40	9,00	18,00	201,00
171/11	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	5,76	3,85	30,36	179,00	130	6,86	8,18	35,95	245,00	150	7,86	9,44	41,48	283,00
376/11	Компот из сушеных яблок	150	0,33	0,02	20,82	85,00	180	0,40	0,02	24,98	102,00	200	0,44	0,020	27,76	113,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>892,00</b>	<b>18,27</b>	<b>14,50</b>	<b>92,94</b>	<b>591,00</b>	<b>731,00</b>	<b>43,29</b>	<b>21,75</b>	<b>123,91</b>	<b>796,00</b>	<b>801,00</b>	<b>45,93</b>	<b>23,11</b>	<b>143,52</b>	<b>898,20</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
66/07	Каша из пшена, риса и гречки "Дружба" с маслом	155	4,74	7,64	19,80	167,00	205	6,32	10,20	26,30	223,00	205	6,32	10,20	26,30	223,00
395/11	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,39	12,76	84,00	180	2,81	2,39	12,76	84,00	200	3,12	2,65	14,18	93,00
496/11	Коржик молочный	40	2,61	4,51	24,80	150,70	40	2,61	4,51	24,80	150,70	40	2,61	4,51	24,80	150,70
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,08	7,95	38,00	15	1,20	0,08	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>390,00</b>	<b>11,36</b>	<b>14,62</b>	<b>65,31</b>	<b>439,70</b>	<b>440,00</b>	<b>12,94</b>	<b>17,18</b>	<b>71,81</b>	<b>495,70</b>	<b>475,00</b>	<b>14,45</b>	<b>17,51</b>	<b>81,18</b>	<b>541,70</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1767,00</b>	<b>42,64</b>	<b>40,85</b>	<b>234,53</b>	<b>1537,20</b>	<b>1704,00</b>	<b>70,34</b>	<b>51,36</b>	<b>279,15</b>	<b>1820,20</b>	<b>1976,00</b>	<b>78,59</b>	<b>53,70</b>	<b>347,02</b>	<b>2151,90</b>

Неделя первая

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

День: четверг

№ рецептуры	Приём пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
182/11	Каша молочная из пшена с маслом	153	5,10	5,50	23,60	164,00	205	6,74	7,27	31,20	217,00	205	6,74	7,27	31,20	217,00
393/11	Чай с сахаром и лимоном	180	0,16	0,00	14,40	57,00	180	0,16	0,00	14,40	57,00	200	0,18	0,00	16,00	63,00
14	Батон с маслом	35	2,74	3,78	15,97	102,00	35	2,74	3,78	15,97	102,00	55	4,31	5,94	25,10	160,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											40	3,20	0,20	21,20	100,00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>368,00</b>	<b>8,00</b>	<b>9,28</b>	<b>53,97</b>	<b>323,00</b>	<b>420,00</b>	<b>9,64</b>	<b>11,05</b>	<b>61,57</b>	<b>376,00</b>	<b>500,00</b>	<b>14,43</b>	<b>13,41</b>	<b>93,50</b>	<b>540,00</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
399/11	Сок	100	0,50	0,00	10,10	43,00	100	0,50	0,00	10,10	43,00	200	1,00	0,00	20,20	86,00
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>17,26</b>	<b>104</b>
	<b>ОБЕД</b>															
93/11	Икра морковная	30	0,71	1,38	3,7	30	50	1,18	2,30	6,17	50,00	60	1,42	2,76	7,40	60,00
103(1)/07	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	156	2,69	1,92	12,45	80,25	206	3,58	2,56	16,60	107,00	206	3,58	2,56	16,60	107,00
255/11	Биточки рыбные	50	6,68	2,35	4,99	68,00	70	9,36	3,29	6,99	95,00	90	12,03	4,23	8,98	122,00
321/11	Пюре картофельное с маслом	115	2,29	7,15	15,06	134,00	155	3,13	8,43	20,51	170,00	155	3,13	8,43	20,51	170,00
127/11	Компот из свежемороженых ягод	150	0,15	0,06	13,06	52,00	180	0,18	0,07	15,67	62,00	200	0,20	0,08	17,41	69,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>541,00</b>	<b>15,42</b>	<b>13,16</b>	<b>68,06</b>	<b>454,25</b>	<b>721,00</b>	<b>21,78</b>	<b>17,10</b>	<b>94,14</b>	<b>619,00</b>	<b>791,00</b>	<b>26,31</b>	<b>18,61</b>	<b>109,70</b>	<b>713,00</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
230/11	Ленивые вареники с маслом	85	10,97	9,71	11,34	178,00	105	13,70	12,14	14,16	221,00	105	13,70	12,14	14,16	221,00
392/11	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	180	0,05	0,02	8,39	34,00	200	0,06	0,02	9,32	38,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,08	7,95	38,00	15	1,20	0,08	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>280,00</b>	<b>12,22</b>	<b>9,80</b>	<b>27,68</b>	<b>250,00</b>	<b>300,00</b>	<b>14,95</b>	<b>12,23</b>	<b>30,50</b>	<b>293,00</b>	<b>335,00</b>	<b>16,16</b>	<b>12,31</b>	<b>39,38</b>	<b>334,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1289,00</b>	<b>36,14</b>	<b>32,24</b>	<b>159,81</b>	<b>1070,25</b>	<b>1541,00</b>	<b>46,87</b>	<b>40,38</b>	<b>196,31</b>	<b>1331,00</b>	<b>1826,00</b>	<b>57,90</b>	<b>44,33</b>	<b>259,84</b>	<b>1691,00</b>

Неделя первая  
День: пятница

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
183/11	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	153	4,73	6,46	28,13	189,00	205	6,33	8,65	37,60	253,00	205	6,33	8,65	37,60	253,00
394/11	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92,00	180	3,19	2,79	16,57	92,00	200	3,54	3,10	18,41	102,20
14/27	Батонс маслом и сыром	41	4,30	5,39	15,97	123,00	41	4,30	5,39	15,97	123,00	70	7,36	9,21	27,27	210,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											25	1,70	0,13	13,25	62,50
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>374,00</b>	<b>12,22</b>	<b>14,64</b>	<b>60,67</b>	<b>404,00</b>	<b>426,00</b>	<b>13,82</b>	<b>16,83</b>	<b>70,14</b>	<b>468,00</b>	<b>500,00</b>	<b>18,93</b>	<b>21,09</b>	<b>96,53</b>	<b>627,70</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
135/04	Напиток плодово-ягодный	100	0,05	0,00	8,63	52,00	100	0,05	0,00	8,63	52,00	200	0,10	0,00	16,50	66,72
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100,00</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>8,63</b>	<b>52,00</b>	<b>100,00</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>8,63</b>	<b>52,00</b>	<b>200,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>16,50</b>	<b>66,72</b>
	<b>ОБЕД</b>															
24/96	Свекла отварная(долька)	30	0,36	0,00	2,13	11,00	50	0,60	0,00	3,55	16,00	60	0,72	0,00	4,26	19,20
30/11	Щи Донские	161	5,37	3,72	4,26	72,00	211	7,16	4,96	5,68	96,00	211	7,16	4,96	5,68	96,00
308/11	Фрикадельки из птицы	50	7,35	6,57	4,88	108,00	70	10,30	9,23	6,73	151,00	90	13,23	11,83	8,78	194,00
321/11	Пюре картофельное с маслом	60/5	1,25	3,90	8,22	73,00	100/5	2,09	5,62	13,67	113,00	100/5	2,09	5,62	13,67	113,00
336/11	Капуста тушеная с маслом	50/5	1,05	3,27	4,75	53,00	50/5	1,05	3,27	4,75	53,00	50/5	1,05	3,27	4,75	53,00
376/11	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,15	20,82	85,00	180	0,40	0,02	24,98	102,00	200	0,44	0,020	27,76	113,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>431,00</b>	<b>18,61</b>	<b>17,91</b>	<b>63,86</b>	<b>492,00</b>	<b>571,00</b>	<b>25,95</b>	<b>23,55</b>	<b>87,56</b>	<b>666,00</b>	<b>641,00</b>	<b>30,64</b>	<b>26,25</b>	<b>103,70</b>	<b>773,20</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
469/11	Булочка Домашняя	100	7,28	12,52	53,92	360,00	100	7,25	12,52	53,92	360,00	100	7,25	12,52	53,92	360,00
4356	Молоко 2,5% жирности	150	4,35	4,80	7,05	90,00	180	5,22	5,76	8,46	108,00	200	5,80	6,40	9,40	120,00
	Пюре фруктовое/Фрукт свежий	50	0,00	0,00	5,50	22,14	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>300,00</b>	<b>11,63</b>	<b>17,32</b>	<b>66,47</b>	<b>472,14</b>	<b>380,00</b>	<b>12,87</b>	<b>18,68</b>	<b>72,18</b>	<b>515,00</b>	<b>400,00</b>	<b>13,45</b>	<b>19,32</b>	<b>73,12</b>	<b>527,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1205,00</b>	<b>42,51</b>	<b>49,87</b>	<b>199,63</b>	<b>1420,14</b>	<b>1477,00</b>	<b>52,69</b>	<b>59,06</b>	<b>238,51</b>	<b>1701,00</b>	<b>1741,00</b>	<b>63,12</b>	<b>66,66</b>	<b>289,85</b>	<b>1994,62</b>

Неделя вторая День: понедельник		Возрастная категория с 1 до 3 лет					Возрастная категория с 3 до 7 лет					Возрастная категория с 7 лет и старше				
№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
182/11	Капша молочная из пшена с маслом	153	5,10	5,50	23,60	164,00	205	6,74	7,27	31,20	217,00	205	6,74	7,27	31,20	217,00
392/11	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	180	0,05	0,02	8,39	34,00	200	0,06	0,02	9,32	38,00
14	Батон с маслом	35	2,74	3,78	15,97	102,00	35	2,74	3,78	15,97	102,00	55	4,31	5,94	25,10	160,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											40	3,20	0,20	21,20	100,00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>368,00</b>	<b>7,89</b>	<b>9,30</b>	<b>47,96</b>	<b>300,00</b>	<b>420,00</b>	<b>9,53</b>	<b>11,07</b>	<b>55,56</b>	<b>353,00</b>	<b>500,00</b>	<b>14,31</b>	<b>13,43</b>	<b>86,82</b>	<b>515,00</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
399/11	Сок	100	0,50	0,00	10,10	43,00	100	0,50	0,00	10,10	43,00	200	1,00	0,00	20,20	86,00
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>
	<b>ОБЕД</b>															
4/11	Зеленый горошек	30	0,93	0,06	1,95	12,00	50	1,55	0,10	3,25	20,00	60	1,86	0,12	3,90	24,00
99/07	Суп из овощей с птицей и сметаной	161	2,84	3,80	9,00	74,00	216	3,79	5,07	12,00	99,00	216	3,79	5,07	12,00	99,00
304/11	Плов из птицы	150	15,00	13,86	25,10	285,00	170	17,00	15,71	28,19	323,00	200	20,00	18,48	33,46	380,00
376/11	Компот из яблок сушеных	150	0,33	0,02	20,82	85,00	180	0,40	0,02	24,98	102,00	200	0,44	0,020	27,76	113,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>531,00</b>	<b>22,00</b>	<b>18,04</b>	<b>75,67</b>	<b>546,00</b>	<b>676,00</b>	<b>27,09</b>	<b>21,35</b>	<b>96,62</b>	<b>679,00</b>	<b>756,00</b>	<b>32,04</b>	<b>24,24</b>	<b>115,92</b>	<b>801,00</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
229/11	Сырники из творога	80	11,96	8,11	7,30	150,00	100	18,69	12,67	11,40	234,00	100	18,69	12,67	11,40	234,00
490/13	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	48,00	20	1,44	1,70	11,10	66,00	20	1,44	1,70	11,10	66,00
4356/06	Молоко цельное	150	4,35	4,80	7,05	90,00	180	5,22	5,76	8,46	108,00	200	5,80	6,40	9,40	120,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,08	7,95	38,00	15	1,20	0,08	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>260,00</b>	<b>18,59</b>	<b>14,27</b>	<b>30,63</b>	<b>326,00</b>	<b>315,00</b>	<b>26,55</b>	<b>20,21</b>	<b>38,91</b>	<b>446,00</b>	<b>350,00</b>	<b>28,33</b>	<b>20,92</b>	<b>47,80</b>	<b>495,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1259,00</b>	<b>48,98</b>	<b>41,60</b>	<b>164,36</b>	<b>1215,00</b>	<b>1511,00</b>	<b>63,67</b>	<b>52,62</b>	<b>201,19</b>	<b>1521,00</b>	<b>1806,00</b>	<b>75,68</b>	<b>58,59</b>	<b>270,74</b>	<b>1897,00</b>

Неделя вторая  
День: вторник

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
182/07	Каша молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	153	5,40	6,90	28,40	196,00	205	7,24	9,24	38,00	263,00	205	7,24	9,24	38,00	263,00
393/11	Чай с сахаром и лимоном	180	0,16	0,00	14,40	57,00	180	0,16	0,00	14,40	57,00	200	0,18	0,00	16,00	63,00
14, 27	Батон с маслом и сыром	41	4,30	5,39	15,97	123,00	41	4,30	5,39	15,97	123,00	70	7,36	9,21	27,27	210,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											25	1,70	0,13	13,25	62,50
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>374,00</b>	<b>9,86</b>	<b>12,29</b>	<b>58,77</b>	<b>376,00</b>	<b>426,00</b>	<b>11,70</b>	<b>14,63</b>	<b>68,37</b>	<b>443,00</b>	<b>500,00</b>	<b>14,78</b>	<b>18,45</b>	<b>81,27</b>	<b>536,00</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
398/11	Напиток из плодов шиповника	100,00	0,34	0,14	9,48	40,00	100,00	0,34	0,14	9,48	40,00	100,00	0,34	0,14	9,48	40,00
368г	Пюре/Фрукт свежий	50,00	0,00	0,00	5,50	24,14	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого2завтрак:</b>	<b>150,00</b>	<b>0,34</b>	<b>0,14</b>	<b>14,98</b>	<b>64,14</b>	<b>200,00</b>	<b>0,74</b>	<b>0,54</b>	<b>19,28</b>	<b>87,00</b>	<b>200,00</b>	<b>0,74</b>	<b>0,54</b>	<b>19,28</b>	<b>87,00</b>
	<b>ОБЕД</b>															
54/11	Икра свекольная	30	0,71	1,38	3,7	30	50	1,18	2,30	6,17	50,00	60	1,42	2,76	7,40	60,00
85/11	Суп картофельный с клецками	156	1,23	1,86	7,55	52,00	206	1,64	2,48	10,06	69,00	206	1,64	2,48	10,06	69,00
291/11	Залеканка из печени с рисом	50	8,92	6,59	20,42	177,00	70	11,14	8,24	25,53	222,00	90	16,06	11,86	36,76	285,00
321/11	Пюре картофельное с маслом	110	2,29	7,15	15,06	134,00	150	3,13	8,43	20,51	170,00	150	3,13	8,43	20,51	170,00
127/11	Компот из свежзамороженных ягод	150	0,15	0,06	13,06	52,00	180	0,18	0,07	15,67	62,00	200	0,20	0,08	17,41	69,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>536,00</b>	<b>16,20</b>	<b>17,34</b>	<b>78,59</b>	<b>535,00</b>	<b>716,00</b>	<b>21,62</b>	<b>21,97</b>	<b>106,14</b>	<b>708,00</b>	<b>786,00</b>	<b>28,40</b>	<b>26,16</b>	<b>130,94</b>	<b>838,00</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
22/11	Суп молочный с крупой и маслом	185	4,24	8,06	15,1	150	205	4,71	8,55	16,77	163	205	4,71	8,55	16,77	163
465/11	Пицца "Детская"	50	8,03	6,69	13,97	148,00	50	8,03	6,69	13,97	148,00	50	8,03	6,69	13,97	148,00
392/11	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	180	0,05	0,02	8,39	34,00	200	0,06	0,02	9,32	38,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,08	7,95	38,00	15	1,20	0,08	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>430,00</b>	<b>13,52</b>	<b>14,84</b>	<b>45,41</b>	<b>370,00</b>	<b>450,00</b>	<b>13,99</b>	<b>15,33</b>	<b>47,08</b>	<b>383,00</b>	<b>485,00</b>	<b>15,20</b>	<b>15,41</b>	<b>55,96</b>	<b>424,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1490,00</b>	<b>39,92</b>	<b>44,61</b>	<b>197,75</b>	<b>1345,14</b>	<b>1792,00</b>	<b>48,05</b>	<b>52,47</b>	<b>240,87</b>	<b>1621,00</b>	<b>1971,00</b>	<b>59,12</b>	<b>60,56</b>	<b>287,45</b>	<b>1885,00</b>



№ рецептуры	Неделя вторая День: среда	Возрастная категория с 1 до 3 лет.					Возрастная категория с 3 до 7 лет					Возрастная категория с 7 лет и старше					
		Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
		<b>ЗАВТРАК</b>															
176/07		Каша молочная рисовая с маслом	153	4,59	5,89	40,07	232,00	205	6,12	6,65	53,13	297,00	205	6,12	6,65	53,13	297,00
397/11		Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	180	3,67	3,19	15,82	107,00	200	4,08	3,54	17,66	114,00
3		Батон с повидлом	45	2,70	0,15	16,82	103,00	45	2,70	0,15	16,82	103,00	60	3,60	0,20	22,43	137,00
701/11		Хлеб пшеничный йодированный										35	2,80	0,18	18,55	87,50	
		<b>Итого завтрак:</b>	<b>378,00</b>	<b>10,96</b>	<b>9,23</b>	<b>72,71</b>	<b>442,00</b>	<b>430,00</b>	<b>12,49</b>	<b>9,99</b>	<b>85,77</b>	<b>507,00</b>	<b>500,00</b>	<b>16,60</b>	<b>10,57</b>	<b>111,77</b>	<b>635,50</b>
		<b>2 ЗАВТРАК</b>															
399/11		Сок	100	0,500	0,00	10,10	43,00	100	0,50	0,00	10,10	43,00	200	1,00	0,00	20,20	86,00
		<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>
		<b>ОБЕД</b>															
24/96		Морковь отварная (долькой)	30	0,36	0,00	2,13	11,00	50	0,60	0,00	3,55	16,00	60	0,60	0,00	4,20	19,20
80/11		Суп с томатом, яйцом, мясом и сметаной	161	4,37	4,56	5,92	82,00	211	5,21	5,54	7,87	102,00	211	5,21	5,54	7,87	102,00
282/11		Шницель рубленый из говядины	50	7,77	5,89	8,00	116,00	70	10,87	8,24	11,25	162,00	90	13,90	10,60	14,40	208,80
317/11		Макаронные изделия отварные с маслом	115	4,14	6,94	19,46	156,00	155	5,57	8,15	26,52	201,00	155	5,57	8,15	26,52	201,00
359/07		Кисель из сока	150	0,23	0,00	25,88	104,25	180	1,17	0,00	31,05	125,10	200	1,30	0,00	34,50	139,00
701/11		Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11		Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
		<b>Итого обед:</b>	<b>546,00</b>	<b>19,77</b>	<b>17,69</b>	<b>80,19</b>	<b>559,25</b>	<b>726,00</b>	<b>27,77</b>	<b>22,38</b>	<b>108,44</b>	<b>741,10</b>	<b>796,00</b>	<b>32,53</b>	<b>24,84</b>	<b>126,29</b>	<b>855,00</b>
		<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
216/11		Омлет натуральный с маслом	83	8,31	14,35	1,55	168,74	105	10,39	17,94	1,94	210,92	105	10,39	17,94	1,94	210,92
394/11		Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92,00	180	3,19	2,79	16,57	92,00	200	3,54	3,10	18,41	102,20
609/11		Печенье сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,00	20	1,50	1,96	14,88	83,00	20	1,50	1,96	14,88	83,00
701/11		Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,08	7,95	38,00	15	1,20	0,08	7,95	38,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00
		<b>Итого полдник:</b>	<b>298,00</b>	<b>14,20</b>	<b>19,18</b>	<b>40,95</b>	<b>381,74</b>	<b>320,00</b>	<b>16,28</b>	<b>22,77</b>	<b>41,34</b>	<b>423,92</b>	<b>355,00</b>	<b>17,83</b>	<b>23,15</b>	<b>51,13</b>	<b>471,12</b>
		<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1322,00</b>	<b>45,43</b>	<b>46,10</b>	<b>203,95</b>	<b>1425,99</b>	<b>1576,00</b>	<b>57,04</b>	<b>55,14</b>	<b>245,65</b>	<b>1715,02</b>	<b>1851,00</b>	<b>67,96</b>	<b>58,56</b>	<b>309,39</b>	<b>2047,62</b>

№ рецептуры	Неделя вторая День: четверг															
	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
173/07	Каша манная молочная с маслом	153	6,03	5,13	29,38	188,00	205									
392/11	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	180	8,00	6,83	38,63	248,00	205	8,00	6,83	38,63	248,00
14,27	Батон с маслом и сыром	41	4,30	5,39	15,97	123,00	41	0,05	0,02	8,39	34,00	200	0,06	0,02	9,32	38,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный							4,30	5,39	15,97	123,00	70	7,36	9,21	27,27	210,00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>374,00</b>	<b>10,38</b>	<b>10,54</b>	<b>53,74</b>	<b>345,00</b>	<b>426,00</b>					<b>25</b>	<b>1,70</b>	<b>0,13</b>	<b>13,25</b>	<b>62,50</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>							<b>12,35</b>	<b>12,24</b>	<b>62,99</b>	<b>405,00</b>	<b>500,00</b>	<b>17,12</b>	<b>16,19</b>	<b>88,47</b>	<b>558,50</b>
388/07	Напиток из смеси сухофруктов	100	0,03	0,00	5,45	34,00	100									
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>200</b>	<b>0,06</b>	<b>0,00</b>	<b>10,90</b>	<b>68,00</b>
	<b>ОБЕД</b>							<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>200</b>	<b>0,06</b>	<b>0,00</b>	<b>10,90</b>	<b>68,00</b>
57/11	Икра морковная	30	0,71	1,38	3,70	30,00	50						<b>0,06</b>	<b>0,00</b>	<b>10,90</b>	<b>68,00</b>
62/11	Борщ с мясом	161	5,94	4,37	8,24	96,00	211	1,18	2,30	6,17	50,00	60				
46	Котлета "Дружба"	50	9,47	10,53	7,05	161,00	70	7,92	5,82	11,00	128,00	211	1,42	2,76	7,40	60,00
316/11	Рис припущенный	110	2,67	3,50	26,88	146,00	150	13,48	14,74	9,88	226,30	90	7,92	5,82	11,00	128,00
4	Соус сметанно-томатный	15	0,32	1,26	0,69	16,00	30	3,64	4,31	36,68	200,00	150	17,05	18,95	12,69	290,00
376/11	Компот из изюма	150	0,33	0,02	20,82	85,00	180	0,64	2,52	1,39	33,00	30	3,64	4,31	36,68	200,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	0,40	0,02	24,98	102,00	200	0,64	2,52	1,39	33,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	0,44	0,020	27,76	113,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>556,00</b>	<b>22,34</b>	<b>21,36</b>	<b>86,18</b>	<b>624,00</b>	<b>751,00</b>	<b>1,95</b>	<b>0,30</b>	<b>12,30</b>	<b>60,00</b>	<b>30</b>	<b>1,95</b>	<b>0,30</b>	<b>12,30</b>	<b>60,00</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>							<b>31,61</b>	<b>30,16</b>	<b>118,30</b>	<b>874,30</b>	<b>821,00</b>	<b>37,06</b>	<b>34,93</b>	<b>135,72</b>	<b>1009,00</b>
239/11	Пудинг из творога с яблоком	80	10,89	8,54	11,70	167,00	100									
358/6	Повидло	20	0,08	0,02	13,06	53,00	30	13,61	10,67	14,63	209,00	100	13,61	10,67	14,63	209,00
393/11	Чай с сахаром и лимоном	180	0,16	0,00	14,40	57,00	180	0,12	0,03	19,59	79,00	30	0,12	0,03	19,59	79,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,20	0,08	7,95	38,00	15	0,16	0,00	14,40	57,00	200	0,18	0,00	16,00	63,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>295,00</b>	<b>12,33</b>	<b>8,64</b>	<b>47,11</b>	<b>315,00</b>	<b>325,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,08</b>	<b>7,95</b>	<b>38,00</b>	<b>30</b>	<b>2,40</b>	<b>0,15</b>	<b>15,90</b>	<b>75,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1325,00</b>	<b>45,08</b>	<b>40,53</b>	<b>192,48</b>	<b>1318,00</b>	<b>1602,00</b>	<b>59,08</b>	<b>53,17</b>	<b>243,31</b>	<b>1696,30</b>	<b>1881,00</b>	<b>70,55</b>	<b>61,97</b>	<b>301,21</b>	<b>2061,50</b>

Неделя вторая  
День: пятница

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

Возрастная категория с 7 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>															
206/11	Макароны отварные с сыром	100	6,19	6,67	15,14	146,00	150	9,39	17,26	22,85	289,00	205	12,83	23,59	31,23	395,00
395/11	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,39	12,76	84,00	180	2,81	2,39	12,76	84,00	200	3,12	2,65	14,18	93,00
14	Батон с маслом	35	2,74	3,78	15,97	102,00	35	2,74	3,78	15,97	102,00	55	4,31	5,94	25,10	160,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный											40	3,20	0,20	21,20	100,00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>315,00</b>	<b>11,74</b>	<b>12,84</b>	<b>43,87</b>	<b>332,00</b>	<b>365,00</b>	<b>14,94</b>	<b>23,43</b>	<b>51,58</b>	<b>475,00</b>	<b>500,00</b>	<b>23,46</b>	<b>32,38</b>	<b>91,71</b>	<b>748,00</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>															
638/04	Напиток витаминный	100	0,23	0,08	14,55	62,50	100	0,23	0,08	14,55	62,50	200	0,46	0,16	29,10	125,00
	<b>Итого 2 завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,23</b>	<b>0,08</b>	<b>14,55</b>	<b>62,5</b>	<b>100</b>	<b>0,23</b>	<b>0,08</b>	<b>14,55</b>	<b>62,5</b>	<b>200</b>	<b>0,46</b>	<b>0,16</b>	<b>29,1</b>	<b>125</b>
	<b>ОБЕД</b>															
24/96	Свекла отварная(долька)	30	0,36	0,00	2,13	11,00	50	0,60	0,00	3,55	16,00	60	0,72	0,00	4,26	19,20
75/11	Рассольник домашний	161	1,24	3,06	8,87	68,00	211	1,66	4,08	11,82	91,00	211	1,66	4,08	11,82	91,00
3/21	Тефтели с соусом	50/15	7,66	7,26	10,87	154,00										
198/22	Курица, тушеная в соусе						100	13,21	10,84	2,90	162,00	100	13,21	10,84	2,90	162,00
171/11	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	5,76	3,85	30,36	179,00	130	6,86	8,18	35,95	245,00	150	7,86	9,44	41,48	283,00
376/11	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,15	20,82	85,00	180	0,40	0,02	24,98	102,00	200	0,44	0,020	27,76	113,00
701/11	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	30	2,40	0,15	15,90	75,00	50	4,00	0,25	26,50	125,00
700/11	Хлеб ржано пшеничный йодированный	20	1,30	0,20	8,20	40,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00	30	1,95	0,30	12,30	60,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>491,00</b>	<b>18,25</b>	<b>14,62</b>	<b>91,85</b>	<b>587,00</b>	<b>731,00</b>	<b>27,08</b>	<b>23,57</b>	<b>107,40</b>	<b>751,00</b>	<b>801,00</b>	<b>29,84</b>	<b>24,93</b>	<b>127,02</b>	<b>853,20</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>															
406/07	Пирожок с картошкой	75	4,40	2,40	31,60	166,00	75	4,40	2,40	31,60	166,00	75	4,40	2,40	31,60	166,00
397/11	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	180	3,67	3,19	15,82	107,00	200	4,08	3,54	17,66	114,00
368/11	Пюре фруктовое/Фрукт свежий	50	0,00	0,00	5,50	22,14	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>305,00</b>	<b>8,07</b>	<b>5,59</b>	<b>52,92</b>	<b>295,14</b>	<b>355,00</b>	<b>8,47</b>	<b>5,99</b>	<b>57,22</b>	<b>320,00</b>	<b>375,00</b>	<b>8,88</b>	<b>6,34</b>	<b>59,06</b>	<b>327,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1211,00</b>														
	<b>ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>	13559,00	421,50	414,62	1916,42	13166,86	16067,00	553,09	523,56	2336,57	16213,62	18705,00	661,04	589,47	2934,63	19530,94
	Среднее значение	1355,90	42,15	41,46	191,64	1316,69	1606,70	55,31	52,36	233,66	1621,36	1870,50	66,10	58,95	293,46	1953,09
					90%	1260,00				90%	1620,00				90%	2115,00