

СОГЛАСОВАНО

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 25

*Махуров*

УТВЕРЖДАЮ

Операционный директор ООО "НПК Спецпитание"

Шевельчинская Ю.С.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                   | 30           | 3,24             | 4,10    | 7,00        | 62,00                         | 1           | 2012             |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО         | 30           | 0,87             | 1,51    | 1,82        | 24,28                         | 10          | 2012             |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 90           | 8,86             | 13,46   | 1,73        | 163,58                        | 214         | 2008             |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 150          | 3,06             | 2,52    | 12,23       | 84,76                         | 397         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                                 | 300          | 16,03            | 21,59   | 22,78       | 334,62                        |             |                  |
| II Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ    | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         | 399         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                                 | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         |             |                  |
| Обед                                                 |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ( С 01,10 ПО 15,06) | 40           | 0,76             | 3,56    | 3,08        | 47,60                         |             | 2008             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ( с 15,06 по 01,10)                    | 40           | 0,30             | 0,00    | 0,90        | 5,60                          | 71          | 2011             |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ                     | 180          | 4,05             | 4,84    | 8,62        | 94,65                         | 95          | 2008             |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 50           | 8,04             | 5,10    | 2,22        | 87,11                         | 268         | 2012             |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ                         | 110          | 2,16             | 2,33    | 14,33       | 87,40                         | 125         | 2008             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 14,52       | 58,05                         | 402         | 2008             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 25           | 1,66             | 0,22    | 10,60       | 50,99                         |             | 2008             |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                 | 580          | 18,55            | 16,78   | 66,22       | 491,30                        |             |                  |
| Полдник                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                        | 120          | 12,45            | 16,92   | 21,33       | 287,38                        | 311         | 2008             |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                       | 150          | 0,10             | 0,00    | 6,83        | 28,00                         | 392         | 2012             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20           | 1,32             | 0,18    | 8,48        | 40,79                         | к/к         | к/к              |
| ФРУКТ СЕЗОННЫЙ                                       | 100          | 0,80             | 0,20    | 7,49        | 37,96                         |             | 2008             |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                     | 40           | 3,44             | 0,72    | 20,73       | 104,04                        | 477         | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                 | 430          | 18,11            | 18,02   | 64,86       | 498,17                        |             |                  |
| Всего за день:                                       |              | 53,42            | 56,54   | 168,56      | 1 386,66                      |             |                  |

## 2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| ХЛЕБ РОЖЕНСКИЙ С СЫРОМ                                            | 30           | 3,82             | 3,53    | 10,28       | 88,80                         | 3           |
| КАША ГРЯНОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                           | 150          | 4,34             | 4,90    | 21,63       | 147,70                        | 189         |
| МОЛОКО СЛИВОЧНОЕ                                                  | 150          | 2,50             | 2,02    | 15,53       | 90,84                         | 430         |
| Итого за прием пищи:                                              | 330          | 10,66            | 10,45   | 47,44       | 327,34                        |             |
| II Завтрак                                                        |              |                  |         |             |                               |             |
| КОФЕ СЛАДОСЛАВНОЕ                                                 | 150          | 5,10             | 3,75    | 8,25        | 91,50                         |             |
| Итого за прием пищи:                                              | 150          | 5,10             | 3,75    | 8,25        | 91,50                         |             |
| Обед                                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                                   | 40           | 0,64             | 2,32    | 1,20        | 36,48                         | 33          |
| СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ | 180          | 4,87             | 7,28    | 6,72        | 112,58                        | 67          |
| ПЕЧЕНЬ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                       | 50           | 11,38            | 5,17    | 1,69        | 111,90                        | 34          |
| КАША ГРЯНОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ                               | 110          | 4,82             | 4,10    | 21,91       | 143,87                        | 166         |
| СОУС ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                          | 150          | 0,49             | 0,20    | 21,55       | 99,38                         | 441         |
| ХЛЕБ РАЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | ТК №003     |
| СОУС НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                          | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         | К/К         |
| Итого за прием пищи:                                              | 580          | 25,78            | 20,00   | 76,52       | 620,71                        |             |
| Полдник                                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ГРЯНОВАЯ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ                      | 100          | 18,59            | 12,61   | 23,91       | 287,01                        | 224         |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                                  | 180          | 5,49             | 4,77    | 9,09        | 101,70                        | 434         |
| ЗЕЛЕНЬ                                                            | 20           | 1,50             | 1,96    | 14,88       | 83,40                         |             |
| ХЛЕБ СЕЗОННЫЙ                                                     | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |             |
| Итого за прием пищи:                                              | 400          | 25,98            | 19,74   | 57,68       | 519,11                        |             |
| Итого за день:                                                    |              | 67,52            | 53,94   | 189,89      | 1 558,66                      |             |

### 3 день

| Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                         |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                              | 30           | 1,40             | 2,10    | 15,80       | 68,00                         | 2           | 2012             |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 150          | 5,37             | 5,05    | 25,59       | 169,72                        | 189         | 2008             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                      | 150          | 2,38             | 1,82    | 6,64        | 52,96                         | 432         | 2008             |
| Итого за прием пищи:                            | 330          | 9,15             | 8,97    | 48,03       | 290,68                        |             |                  |
| II Завтрак                                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КЕФИР                                           | 150          | 4,35             | 3,75    | 6,00        | 79,50                         | 435         | 2008             |
| Итого за прием пищи:                            | 150          | 4,35             | 3,75    | 6,00        | 79,50                         |             |                  |
| Обед                                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ ( С 01.10 ПО 15.06)   | 40           | 0,64             | 2,04    | 3,30        | 35,05                         | 40          | 2008             |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ( с 15.06 по 01.10)              | 40           | 0,40             | 0,10    | 1,50        | 9,60                          | 14          |                  |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180          | 4,05             | 6,04    | 10,11       | 111,39                        | 76          | 2012             |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ                      | 50           | 8,20             | 11,68   | 8,09        | 170,26                        | 314         | 2008             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                     | 110          | 4,00             | 3,27    | 25,53       | 147,69                        | 209         | 2008             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 150          | 0,20             | 0,00    | 9,96        | 41,50                         | к/к         | к/к              |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 25           | 1,66             | 0,22    | 10,60       | 50,99                         | ТК №003     |                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         | ТК №004     |                  |
| Итого за прием пищи:                            | 580          | 20,63            | 23,98   | 80,44       | 622,38                        |             |                  |
| Полдник                                         |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                 | 120          | 10,74            | 11,68   | 9,25        | 185,80                        | 306         | 2008             |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                          | 150          | 0,12             | 0,12    | 7,69        | 33,03                         | ТК№048      |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20           | 1,33             | 0,16    | 8,53        | 41,33                         |             |                  |
| Итого за прием пищи:                            | 290          | 12,19            | 11,96   | 25,47       | 260,16                        |             |                  |
| Всего за день:                                  |              | 46,32            | 48,66   | 159,94      | 1 252,72                      |             |                  |

4 день

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                   | 30           | 3,24             | 4,10    | 7,00        | 62,00                         | 1           | 2012             |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ               | 150          | 3,59             | 4,90    | 21,79       | 146,13                        | 189         | 2008             |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 150          | 3,06             | 2,52    | 12,23       | 84,76                         | 397         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                                 | 330          | 9,89             | 11,52   | 41,02       | 292,89                        |             |                  |
| II Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ФРУКТ СЕЗОННЫЙ                                       | 100          | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 38,00                         |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                 | 100          | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 38,00                         |             |                  |
| Обед                                                 |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                      | 40           | 0,32             | 0,04    | 0,68        | 5,20                          | TKN№017     |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 180          | 3,69             | 3,24    | 13,23       | 97,03                         | 100         | 2008             |
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ                                        | 50           | 7,61             | 3,14    | 3,93        | 74,69                         | 251         | 2008             |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ                  | 110          | 2,42             | 7,99    | 18,16       | 154,74                        | 134         | 2008             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 10,46       | 41,80                         | 402         | 2008             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | TK №003     |                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         | TK №004     |                  |
| Итого за прием пищи:                                 | 580          | 17,62            | 15,34   | 69,91       | 489,96                        |             |                  |
| Полдник                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                                  | 120          | 14,07            | 12,34   | 13,54       | 221,47                        | 276         | 2012             |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                               | 150          | 0,12             | 0,12    | 7,69        | 33,03                         | TKN№048     |                  |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ                     | 100          | 2,80             | 2,50    | 4,50        | 56,50                         |             |                  |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                  | 40           | 4,85             | 3,03    | 17,20       | 115,83                        | 249         | 2014             |
| Итого за прием пищи:                                 | 410          | 21,84            | 17,99   | 42,93       | 426,83                        |             |                  |
| Всего за день:                                       |              | 50,15            | 45,05   | 161,36      | 1 247,68                      |             |                  |

5 день

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| УТЕРБРОД С СЫРОМ                                  | 30           | 3,39             | 6,90    | 9,98        | 69,00                         | 3           | 2012             |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"     | 150          | 4,55             | 6,69    | 20,38       | 160,66                        | 190         | 2008             |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                     | 150          | 2,50             | 2,02    | 15,53       | 90,84                         | 430         | 2008             |
| Итого за прием пищи:                              | 330          | 10,44            | 15,61   | 45,89       | 320,50                        |             |                  |
| II Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         | 399         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                              | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         |             |                  |
| Обед                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                | 40           | 0,64             | 6,07    | 4,79        | 76,69                         | 43          | 2008             |
| БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ                                 | 180          | 1,44             | 3,07    | 11,20       | 78,54                         | 77          | 2008             |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ                 | 50/20        | 13,76            | 19,13   | 2,03        | 235,06                        | 312         | 2008             |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)                        | 110          | 1,76             | 5,07    | 9,84        | 91,89                         | 344         | 2012             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 150          | 0,17             | 0,00    | 9,89        | 41,00                         | 431         | 2008             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | TK №003     |                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         | TK №004     |                  |
| Итого за прием пищи:                              | 600          | 21,35            | 34,27   | 61,20       | 639,68                        |             |                  |
| Полдник                                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ          | 100          | 18,91            | 12,80   | 24,25       | 291,44                        | 224         | 2008             |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                  | 180          | 5,49             | 4,77    | 9,09        | 101,70                        | 434         | 2008             |
| ФРУКТ СЕЗОННЫЙ                                    | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |             | 2008             |
| ВАФЛИ                                             | 20           | 0,56             | 0,66    | 15,46       | 70,80                         |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:                              | 400          | 25,36            | 18,63   | 58,60       | 510,94                        |             |                  |
| Всего за день:                                    |              | 57,88            | 68,66   | 180,39      | 1 533,69                      |             |                  |

# 6 день

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                   | 30           | 1,40             | 2,10    | 15,80       | 68,00                         | 2           |
| ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                             | 100          | 7,63             | 12,01   | 5,92        | 162,44                        | 219         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 150          | 2,38             | 1,82    | 6,64        | 52,96                         | 432         |
| Итого за прием пищи:                                 | 280          | 11,41            | 15,93   | 28,36       | 283,40                        |             |
| II Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| БИОКЕФИР                                             | 150          | 5,10             | 3,75    | 8,25        | 91,50                         |             |
| Итого за прием пищи:                                 | 150          | 5,10             | 3,75    | 8,25        | 91,50                         |             |
| Обед                                                 |              |                  |         |             |                               |             |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ( С 01,10 ПО 15,06) | 40           | 0,76             | 3,56    | 3,08        | 47,60                         |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ( с 15.06 по 01.10)                    | 40           | 0,30             | 0,00    | 0,90        | 5,60                          | 71          |
| СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ                                  | 180          | 6,11             | 6,03    | 8,62        | 113,19                        |             |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ                          | 50           | 6,95             | 2,62    | 3,79        | 66,65                         | 263         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                    | 110          | 2,58             | 3,03    | 17,45       | 107,77                        | 335         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 150          | 0,08             | 0,00    | 6,94        | 28,05                         | 392         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | TK №003     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         | TK №004     |
| Итого за прием пищи:                                 | 580          | 20,06            | 16,17   | 63,33       | 479,76                        |             |
| Полдник                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| МАКАРОНЫ С СЫРОМ                                     | 120          | 6,50             | 10,28   | 24,13       | 215,82                        | 210         |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ    | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         | 399         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20           | 1,32             | 0,18    | 8,48        | 40,79                         | TK №003     |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                  | 40           | 3,58             | 2,00    | 13,78       | 87,69                         | 479         |
| Итого за прием пищи:                                 | 330          | 12,13            | 12,61   | 61,09       | 406,87                        |             |
| Всего за день:                                       |              | 48,70            | 48,46   | 161,03      | 1 261,53                      |             |

**7 день**

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| МУСЕРБРОД С МАСЛОМ                                | 30           | 3,24             | 4,10    | 7,00        | 62,00                         | 1           | 2012             |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ            | 150          | 5,26             | 6,06    | 25,55       | 178,41                        | 189         | 2008             |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 150          | 3,06             | 2,52    | 12,23       | 84,76                         | 397         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                              | 330          | 11,56            | 12,68   | 44,78       | 325,17                        |             |                  |
| II Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         | 399         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                              | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         |             |                  |
| Обед                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (с 01.11 по 01.06)      | 40           | 0,64             | 2,04    | 3,30        | 35,05                         | 40          | 2008             |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ (с 15.06 по 01.10)                 | 40           | 0,40             | 0,10    | 1,50        | 9,60                          | 14          |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ             | 180          | 4,62             | 4,23    | 18,81       | 131,98                        | 81          | 2012             |
| РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ                           | 50           | 9,77             | 0,56    | 0,29        | 45,47                         | 229         | 2008             |
| КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                          | 110          | 2,71             | 3,81    | 28,86       | 160,78                        | 181         | 2008             |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                       | 150          | 0,49             | 0,20    | 21,55       | 99,38                         | 441         | 2008             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | TK №003     |                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 25           | 1,88             | 0,73    | 12,85       | 65,50                         | TK №004     |                  |
| Итого за прием пищи:                              | 580          | 21,81            | 11,77   | 96,26       | 589,16                        |             |                  |
| Полдник                                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ                             | 40           | 7,93             | 9,11    | 0,47        | 115,52                        | 289         | 2008             |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                                    | 100          | 2,15             | 7,77    | 8,07        | 111,48                        | 141         | 2008             |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                   | 150          | 0,33             | 0,07    | 21,19       | 87,33                         | 376         | 2012             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20           | 1,36             | 0,16    | 8,48        | 40,80                         | TK №003     |                  |
| ВАСЛИ                                             | 20           | 0,56             | 0,66    | 15,46       | 70,80                         |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:                              | 330          | 12,33            | 17,77   | 53,67       | 425,93                        |             |                  |
| Всего за день:                                    |              | 46,43            | 42,37   | 209,41      | 1 402,83                      |             |                  |

## 8 день

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                        | 30           | 1,40             | 2,10    | 15,80       | 68,00                         | 2           | 2012             |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                     | 150          | 4,34             | 4,90    | 21,63       | 147,70                        | 189         | 2008             |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                             | 150          | 2,50             | 2,02    | 15,53       | 90,84                         | 430         | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                      | 330          | 8,24             | 9,02    | 52,96       | 306,54                        |             |                  |
| II Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ФРУКТ СЕЗОННЫЙ                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                      | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |             |                  |
| Обед                                                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                          | 40           | 0,79             | 1,70    | 4,86        | 38,20                         | 51          | 2008             |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180          | 5,04             | 5,77    | 5,46        | 95,15                         | 88          | 2008             |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                               | 150          | 19,22            | 7,94    | 16,85       | 236,24                        | 294         | 2012             |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                          | 150          | 0,06             | 0,01    | 11,83       | 48,82                         | 436         | 2008             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | TK №003     |                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 25           | 1,88             | 0,75    | 12,88       | 65,50                         | TK №004     |                  |
| Итого за прием пищи:                                      | 570          | 28,69            | 16,37   | 62,48       | 534,91                        |             |                  |
| Полдник                                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                         | 120          | 10,35            | 15,86   | 8,72        | 219,00                        | 308         | 2008             |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                           | 150          | 0,09             | 0,09    | 21,21       | 86,53                         | 405         | 2008             |
| БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                        | 40           | 3,25             | 2,75    | 23,14       | 130,21                        | 471         | 2008             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 20           | 1,32             | 0,18    | 8,48        | 40,79                         | TK №003     |                  |
| Итого за прием пищи:                                      | 330          | 15,01            | 18,88   | 61,55       | 476,53                        |             |                  |
| Всего за день:                                            |              | 52,34            | 44,67   | 186,79      | 1 364,98                      |             |                  |

9 день

| Продукты, поставляемые блюда           | Масса<br>порции | Пищевая ценность |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | № рецеп-<br>тур | Сборник<br>рецептур |
|----------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                        |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |                 |                     |
| <b>Завтрак</b>                         |                 |                  |         |             |                                     |                 |                     |
| Сырники со сметаной                    | 30              | 3.24             | 4.10    | 7.00        | 62.00                               | 1               | 2012                |
| Сырники со сметаной и вареньем         | 150             | 1.95             | 7.05    | 17.00       | 154.20                              | 189             | 2012                |
| Сырники со сметаной и вареньем         | 150             | 2.30             | 1.82    | 6.64        | 67.00                               | 432             | 2012                |
| Итого за завтрак                       | 330             | 10.52            | 13.01   | 31.47       | 289.10                              |                 |                     |
| <b>II Завтрак</b>                      |                 |                  |         |             |                                     |                 |                     |
| Чай                                    | 150             | 4.35             | 3.75    | 6.60        | 79.50                               | 435             | 2012                |
| Итого за завтрак                       | 150             | 4.35             | 3.75    | 6.60        | 79.50                               |                 |                     |
| <b>Обед</b>                            |                 |                  |         |             |                                     |                 |                     |
| Суп с говядиной                        | 40              | 0.32             | 0.04    | 0.68        | 5.20                                |                 | 2012                |
| Суп с говядиной и картофелем           | 100             | 3.81             | 5.01    | 7.62        | 95.12                               | 57              | 2012                |
| Суп с говядиной и картофелем           | 50              | 6.40             | 2.71    | 3.26        | 63.64                               | 241             | 2012                |
| Суп с говядиной и картофелем (вареный) | 110             | 2.23             | 2.23    | 0.68        | 67.98                               | 332             | 2012                |
| Суп с говядиной и картофелем           | 150             | 0.66             | 0.66    | 10.40       | 41.00                               | 452             | 2012                |
| Суп с говядиной и картофелем           | 25              | 1.70             | 0.20    | 10.00       | 01.00                               | TK 16003        |                     |
| Суп с говядиной и картофелем           | 25              | 1.00             | 0.70    | 12.00       | 60.00                               | TK 16004        |                     |
| Итого за обед                          | 580             | 16.42            | 11.74   | 54.48       | 391.24                              |                 |                     |
| <b>Полдник</b>                         |                 |                  |         |             |                                     |                 |                     |
| Чай                                    | 120             | 10.27            | 10.53   | 10.44       | 177.02                              | 300             | 2012                |
| Чай с печеньем                         | 150             | 0.73             | 0.10    | 14.70       | 62.00                               | 300             | 2012                |
| Чай с печеньем                         | 100             | 2.00             | 2.00    | 4.00        | 60.00                               |                 |                     |
| Чай с печеньем                         | 25              | 1.00             | 0.73    | 12.00       | 60.00                               | TK 16004        |                     |
| Итого за полдник                       | 395             | 15.00            | 13.91   | 42.40       | 362.30                              |                 |                     |
| <b>Итого за день</b>                   |                 | 40.97            | 42.41   | 134.44      | 1 192.20                            |                 |                     |

# 10 день

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ХЛЕБ БУЛКА С СЫРОМ                                        | 30           | 3,39             | 6,90    | 9,98        | 69,00                         | 3           | 2012             |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                    | 150          | 3,68             | 5,91    | 20,24       | 133,61                        | 189         | 2008             |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МОЛОКОМ                             | 150          | 2,50             | 2,02    | 15,53       | 90,84                         | 430         | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                      | 330          | 9,57             | 14,83   | 45,75       | 293,45                        |             |                  |
| II Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ        | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         | 399         | 2012             |
| Итого за прием пищи:                                      | 150          | 0,73             | 0,15    | 14,70       | 62,57                         |             |                  |
| Обед                                                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                           | 40           | 0,64             | 2,32    | 1,20        | 36,48                         | 33          | 2012             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180          | 3,71             | 4,12    | 6,81        | 79,23                         | 85          | 2012             |
| БЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ                   | 50/14        | 7,69             | 8,70    | 9,08        | 145,55                        | 283         | 2008             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                               | 110          | 3,99             | 3,27    | 25,47       | 147,36                        | 209         | 2008             |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                    | 150          | 0,12             | 0,12    | 7,69        | 33,03                         | TK №048     |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 25           | 1,70             | 0,20    | 10,60       | 51,00                         | TK №003     |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 25           | 1,88             | 0,75    | 12,88       | 65,50                         | TK №004     |                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 594          | 19,73            | 19,48   | 73,73       | 558,15                        |             |                  |
| Итого за прием пищи:                                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Полдник                                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ                  | 100          | 18,93            | 12,90   | 24,36       | 292,73                        | 224         | 2008             |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                          | 180          | 5,49             | 4,77    | 9,09        | 101,70                        | 434         | 2008             |
| ФРУКТ СЕЗОННЫЙ                                            | 100          | 1,50             | 0,50    | 21,00       | 96,00                         |             | 2008             |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                   | 20           | 1,50             | 1,96    | 14,88       | 83,40                         |             | 2008             |
| Итого за прием пищи:                                      | 400          | 27,42            | 20,13   | 69,33       | 573,83                        |             |                  |
| Всего за день:                                            |              | 57,45            | 54,59   | 203,51      | 1 488,00                      |             |                  |