

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующий МБДОУ**

## **ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**

**Для детей с 3 лет до 7 лет в дошкольных  
образовательных учреждениях  
2022г  
(октябрь, ноябрь, декабрь)**

Разработал технолог МКУ «Управление образования» Лесименко И.А.



САД 1-3 НЕДЕЛЯ				
2022 (октябрь-декабрь)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд
<b>ЗАВТРАК</b>				
Омлет натуральный	Каша жидкая пшённая	Каша жидкая пшеничная	Омлет натуральный	Каша жидкая манная
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок яблочный 200гр	Фрукты (груша)	Напиток витаминизированный 180гр	Фрукты (груша)	Сок яблочный 200гр
Фрукты (яблоко)	Напиток витаминизированный 180гр		Сок яблочный 200гр	
<b>ОБЕД</b>				
Салат из моркови	Салат из кукурузы (консервированной)	Салат из свеклы	Икра морковная	Салат из свеклы
Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	Суп-пюре из картофеля на курином бульоне	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	Суп с рыбными консервами
Пудинг из творога с рисом	Биточки рубленые	Фрикадельки из птицы	Печень по-строгановски	Жаркое по - домашнему
Соус молочный (сладкий)	Картофель отварной	Картофель запеченный в сметанном соусе	Рис припущенный	Напиток из плодов шиповника
Компот из сушёных фруктов	Компот из изюма	Кисель из черной смородины	Компот из сушёных фруктов	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
Чеснок	Чеснок	Чеснок	Чеснок	Чеснок
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	
		Гренки из пшеничного хлеба к супу		
<b>ПОЛДНИК</b>				
Кефир	Снежок	Йогурт питьевой	Кефир	Снежок
Пряник	Плюшка сдобная	Полоска песочная	Крендель сахарный 60гр	Печенье
		Фрукты (апельсин)		Фрукты (мандарин)
<b>УЖИН</b>				
Винегрет овощной	Салат из свеклы с сыром	Салат из моркови	Салат из капусты	Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного
Тефтели мясные	Зразы рыбные с яйцом	Сырники из творога	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе	Голубцы ленивые
Капуста тушеная	Рис припущенный	Соус черносмородиновый	Пюре картофельное	Соус сметанный с томатом
Чай с сахаром	Соус сметанный	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром
Хлеб ржаной	Чай с сахаром	Батон	Хлеб ржаной	Гренки из пшеничного хлеба
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный
Лук зелёный (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)
Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Яйцо вареное		Укроп (на весь день)

*Укр. Коф*

*Mr. Lee*

САД 2-4 НЕДЕЛЯ				
2022 (октябрь-декабрь)				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке	Суп молочный с макаронными изделиями	Омлет натуральный	Каша жидкая пшенно-рисовая	Каша жидкая ячневая
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Фрукты (яблоко)	Фрукты (груша)	Напиток витаминизированный 180гр	Фрукты (груша)	Сок яблочный 200гр
Сок яблочный 200гр				
<b>ОБЕД</b>				
Салат из моркови	Винегрет овощной	Салат из моркови	Икра морковная	Салат из капусты
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Суп с рыбными консервами
Лапшевник из творога	Фрикадельки мясные в соусе	Плов из птицы	Оладьи из печени	Рулет с луком и яйцом
Соус молочный (сладкий)	Рагу из овощей	Кисель из черной смородины	Пюре картофельное	Каша рассыпчатая гречневая
Компот из сушёных фруктов	Напиток из плодов шиповника	Хлеб ржаной	Компот из изюма	Соус сметанный с томатом
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Компот из сушёных фруктов
Чеснок	Чеснок	Чеснок	Чеснок	Чеснок
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной /Хлеб пш-ный
<b>ПОЛДНИК</b>				
Кефир	Снежок	Йогурт питьевой	Кефир	Снежок
Мармелад	Плюшка сдобная	Полоска песочная	Крендель сахарный	Фрукты (апельсин)
		Фрукты (яблоко)		
<b>УЖИН</b>				
Салат из свеклы	Салат из капусты	Салат из кукурузы (консервированной)	Салат из зеленого горошка консервированного	Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного
Котлета рубленая мясная	Рыба, запеченная с морковью	Вареники ленивые с маслом	Котлеты рыбные любительские с маслом сливочным	Мясо тушёное с овощами в соусе
Капуста тушеная	Пюре картофельное	Соус абрикосовый	Макаронные изделия отварные с маслом	Чай с сахаром
Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Печенье
Хлеб ржаной /Хлеб пш-ный	Хлеб ржаной	Батон	Хлеб ржаной /Хлеб пш-ный	Хлеб ржаной
Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный	Лук зелёный (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный
Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)

*Упр. МСХ*

	1-3 неделя												2-4 неделя												Итого за 10 дней		Всего за 1 день	
	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница									
	Норма брутто	Норма нетто	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ		
<b>САД (2022г (октябрь))</b>																												
Хлеб ржаной (ржано - пшеничный)	50	50	55	55	55	55	30	30	55	55	55	55	55	55	55	55	30	30	55	55	55	55	55	55	500	500	50	50
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой:	80	80																						797	797	79,7	79,7	
- Хлеб пшеничный			35	35	35	35	40	40	35	35	35	35	35	35	35	35	35	15	15	55	55	35	35	355	355	35,5	35,5	
- Батон молочный			38	38	40	40	55	55	30	30	70	70	35	35	32	32	55	55	32	32	32	32	32	32	419	419	41,9	41,9
- Сухари					3	3			5	5			8	8					3	3	4	4	23	23	2,3	2,3		
Мука пшеничная хлебопекарная	29	29	11	11	41	41	48	48	40	40	4	4	17	17	45	45	46	46	36	36	5	5	293	293	29,3	29,3		
Мука картофельная	3	3					9	9									9	9					18	18	1,8	1,8		
Крупы (злаки), бобовые:	43	43																						435	435	43,5	43,5	
- Манная												20	20												20	20	2	2
- Пшенная					30	30												15	15						45	45	4,5	4,5
- Геркулесовая			6	6																					6	6	0,6	0,6
- рисовая			20	20	52	52					48	48	15	15					65	65			7	7	207	207	20,7	20,7
- Кукурузная															26	26									26	26	2,6	2,6
- Горох															20	20									20	20	2	2
- Гречневая																								59	59	5,9	5,9	
- Пшеничная							26	26																	26	26	2,6	2,6
- Ячневая																								26	26	2,6	2,6	
Макаронные изделия	12	12							8	8			36	36	20	20			53	53			117	117	11,7	11,7		
Картофель с 01.09-31.10	187	140	68	51,00	193	144,75	258	193,50	234	175,5	315	236,25	55	41,25	308	231	17	12,75	178	133,50	239	179,25	1865	1399	186,5	139,875		
Овощи, зелень:	279	220																					2800	2237	280	223,676		
- Томатная паста			3	3	2	2				1	1	4	4	2	2	1	1	4	4	2	2	1	1	20	20	2	2	
- морковь с 1 января																								0	0	0	0	
- морковь с 1 сентября			121	96,8	13	10,4	74	59,2	114	91,2	63	50,4	98	78,4	77	61,6	94	75,2	98	78,4	78	62,4	830	664	83	66,4		
- лук репчатый			52	43,68	35	29,40				49	41,16	48	40,32	25	21	44	36,96	13	10,92	43	36,12	45	37,80	354	297,4	35,4	29,736	
- капуста белокочанная			187	149,6	63	50,4				59	47,2	150	120	162	129,6	125	100	25	20			151	120,8	922	737,6	92,2	73,76	
- свекла до 1 января			16	12,8	63	50,7	73	58,4				73	58,4	73	58,4	16	12,8	54	43,2					368	294,7	36,8	29,47	
- капуста цветная																								0	0	0	0	
- помидоры																								0	0	0	0	
- огурцы																								0	0	0	0	
- кабачки																								0	0	0	0	
- лук зеленый			1	0,8	1	0,8	1	0,8	4	3,2	1	0,8	1	0,8	4	3,2	1	0,8	1	0,8	4	3,2	19	15,2	1,9	1,52		
- укроп			2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	20	15	2	1,5		
чеснок			3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	35	27	3,5	2,7		
- кукуруза консерв.						71	46,15												77	46,25					148	92,4	14,8	9,24
- горошек зеленый консерв.												10	6,50							64	60,5	10	6,50	84	73,5	8,4	7,35	
Фрукты (плоды)свежие:																								1248	1001	124,8	100	
- Яблоко	114	100											114	100								228	200	22,8	20			
- Груша					112	100,0			112	100,0								112	100			448	400	44,8	40			

- Банан	114	100																			0	0	0	0				
- Лимон			7	7	3	3			10	10			7	7	10	10			7	7	3	3	47	47	4,7	4,7		
- Черная смородина							37	37									20	20					57	57	5,7	5,7		
мандарины											136	100					136	100					272	200	27,2	20		
- Апельсин						150	100,5												150	100,5			300	201	30	20,1		
Напиток витаминизированный	50	50			18	18	18	18									18	18					54	54	5,4	5,4		
Соки фруктовые	100	100	200	200					200	200	200	200	200	200									200	200	1000	1000	100	100
Сахар	30	30	31	31	27	27	56	56	26	26	22	22	35	35	28	28	47	47	25	25	23	23	320	320	32	32		
Кофейный напиток	1,2	1,2			3	3					3	3			3	3					3	3	12	12	1,2	1,2		
Какао	0,6	0,6					3	3									3	3					6	6	0,6	0,6		
Чай	0,6	0,6	0,86	0,86	0,43	0,43	0,43	0,43	0,86	0,86	0,43	0,43	0,86	0,86	0,43	0,43	0,43	0,43	0,86	0,86	0,43	0,43	6,02	6,02	0,602	0,602		
Мясо бескостное	60,5	55	96	87,36	87	79,17			25	22,75	99	90,09	87	79,17	87	79,17			25	22,75	99	90,09	605	550,6	60,5	55,1		
Субпродукты (печень, язык, сердце) мороженые	30,1	25							150,5	124,9									150,5	124,92			301	249,8	30,1	25,0		
Птица (куры I кат.потр.)	27	24					135	120,00															270	240	27	24		
Рыба филе:																							401	368,6	40,1	37		
- Филе минтая	39	37			79	75,05			75	71,25					78	74,1			89	72,2			321	292,6	32,1	29,26		
- Сайра											40	38									40	38	80	76	8	7,6		
Молоко и кисломолочные продукты																							4493	4493	449,3	449,3		
- Молоко			160	160	325	325	391	391	214	214	280	280	78	78	329	329	280	280	169	169	287	287	2513	2513	251,3	251,3		
- Молоко (долг.хранения)	450	450											110	110									110	110	11	11		
- Йогурт							180	180									180	180					360	360	36	36		
- Снежок					190	190					180	180			190	190					190	190	750	750	75	75		
- Кефир			190	190					190	190			190	190					190	190			760	760	76	76		
Творог с м.д.ж. не менее 5%	40	40	100	100			100	100					100	100									400	400	40	40		
Сметана с м.д.ж. не более 15%	11	11	19	19	12	12	15	15	14	14	6	6	4	4	15	15	11	11	0	0	10	10	106	106	10,6	10,6		
Сыр твердый	6,4	6			20	18,75	13	12,19	10	9,5					14	13,125	7	6,56					64	60,13	6,4	6,01		
Яйцо куриное столовое	шт.	40	100	87,00	24	20,88	35	30,45	103	89,61	6	5,22	18	15,66	11	9,57	109	94,83	24	20,88	20	17,40	450	391,5	0,98	39,15		
Масло коровье сладкосливочное	21	21	17	17	21	21	22	22	24	24	21	21	21	21	22	22	22	22	25	25	20	20	215	215	21,5	21,5		
Масло растительное	11	11	9	9	13	13	9	9	13	13	8	8	12	12	14	14	9	9	15	15	10	10	112	112	11,2	11,2		
Кондитерские изделия:	20	20																					200	200	20	20		
- печенье											60	60									20	20	80	80	8	8		
- пряник			60	60																			60	60	6	6		
- мармелад												60	60										60	60	6	6		
Фрукты (плоды) сухие:																							110	110	11	11		
- изюм					13	13													13	13			26	26	2,6	2,6		
- шиповник	11	11									13	13			13	13							26	26	2,6	2,6		
- курага																	6	6					6	6	0,6	0,6		
- компотная смесь			13	13					13	13			13	13							13	13	52	52	5,2	5,2		
Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,5			1,25	1,25			1,25	1,25					1,25	1,25			1,25	1,25			5	5	0,5	0,5		
Соль пищевая поваренная	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	50	5	5		

*В.П. Кост*

Упр. Директ

	1-3 неделя												2-4 неделя															
	Норма брутто	Норма нетто	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Итого за 10 дней		Всего за 1 день			
			БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ	БР	НТ		
<b>САД (2022г (ноябрь-декабрь))</b>																												
Хлеб ржаной (ржано - пшеничный)	50	50	55	55	55	55	30	30	55	55	55	55	55	55	55	55	30	30	55	55	55	55	500	500	50	50		
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой:	80	80																				797	797	79,7	79,7			
- Хлеб пшеничный			35	35	35	35	40	40	35	35	35	35	35	35	35	35	15	15	55	55	35	35	355	355	35,5	35,5		
- Батон молочный			38	38	40	40	55	55	30	30	70	70	35	35	32	32	55	55	32	32	32	32	419	419	41,9	41,9		
- Сухари					3	3			5	5			8	8					3	3	4	4	23	23	2,3	2,3		
Мука пшеничная хлебопекарная	29	29	11	11	41	41	48	48	40	40	4	4	17	17	45	45	46	46	36	36	5	5	293	293	29,3	29,3		
Мука картофельная	3	3					9	9									9	9					18	18	1,8	1,8		
Крупы (злаки), бобовые:	43	43																					435	435	43,5	43,5		
- Манная												20	20											20	20	2	2	
- Пшенная					30	30												15	15					45	45	4,5	4,5	
- Геркулесовая			6	6																				6	6	0,6	0,6	
- рисовая			20	20	52	52					48	48	15	15					65	65			7	7	207	207	20,7	20,7
- Кукурузная															26	26								26	26	2,6	2,6	
- Горох																20	20							20	20	2	2	
- Гречневая																							59	59	5,9	5,9		
- Пшеничная							26	26																26	26	2,6	2,6	
- Ячневая																							26	26	2,6	2,6		
Макаронные изделия	12	12							8	8			36	36	20	20			53	53			117	117	11,7	11,7		
Картофель с 01.11-31.12	200	140	73	51,10	205	143,50	272	190,40	254	177,8	337	235,90	57	39,9	333	233,1	18	12,6	200	140,00	255	178,50	2004	1403	200,4	140,28		
Овощи, зелень:	279	220																				2800	2237	280	223,676			
- Томатная паста			3	3	2	2				1	1	4	4	2	2	1	1	4	4	2	2	1	1	20	20	2	2	
- морковь с 1 января																								0	0	0	0	
- морковь с 1 сентября			121	96,8	13	10,4	74	59,2	114	91,2	63	50,4	98	78,4	77	61,6	94	75,2	98	78,4	78	62,4	830	664	83	66,4		
- лук репчатый			52	43,68	35	29,40			49	41,16	48	40,32	25	21	44	36,96	13	10,92	43	36,12	45	37,80	354	297,4	35,4	29,736		
- капуста белокочанная			187	149,6	63	50,4			59	47,2	150	120	162	129,6	125	100	25	20			151	120,8	922	737,6	92,2	73,76		
- свекла до 1 января			16	12,8	63	50,7	73	58,4			73	58,4	73	58,4	16	12,8	54	43,2					368	294,7	36,8	29,47		
- капуста цветная																								0	0	0	0	
- помидоры																								0	0	0	0	
- огурцы																								0	0	0	0	
- кабачки																								0	0	0	0	
- лук зеленый			1	0,8	1	0,8	1	0,8	4	3,2	1	0,8	1	0,8	4	3,2	1	0,8	1	0,8	4	3,2	19	15,2	1,9	1,52		
- укроп			2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	2	1,5	20	15	2	1,5		
чеснок			3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	3,5	2,7	35	27	3,5	2,7		
- кукуруза консерв.						71	46,15												77	46,25				148	92,4	14,8	9,24	
- горошек зеленый консерв.											10	6,50								64	60,5	10	6,50	84	73,5	8,4	7,35	
Фрукты (плоды)свежие:																						1248	1001	124,8	100			
- Яблоко	114	100											114	100								228	200	22,8	20			
- Груша					112	100,0			112	100,0					112	100			112	100		448	400	44,8	40			

- Банан	114	100																			0	0	0	0		
- Лимон			7	7	3	3			10	10			7	7	10	10			7	7	3	3	47	47	4,7	4,7
- Черная смородина							37	37									20	20					57	57	5,7	5,7
мандарины											136	100					136	100					272	200	27,2	20
- Апельсин							150	100,5												150	100,5		300	201	30	20,1
Напиток витаминизированный	50	50			18	18	18	18									18	18					54	54	5,4	5,4
Соки фруктовые	100	100	200	200					200	200	200	200	200	200							200	200	1000	1000	100	100
Сахар	30	30	31	31	27	27	56	56	26	26	22	22	35	35	28	28	47	47	25	25	23	23	320	320	32	32
Кофейный напиток	1,2	1,2			3	3					3	3			3	3					3	3	12	12	1,2	1,2
Какао	0,6	0,6					3	3									3	3					6	6	0,6	0,6
Чай	0,6	0,6	0,86	0,86	0,43	0,43	0,43	0,43	0,86	0,86	0,43	0,43	0,86	0,86	0,43	0,43	0,43	0,43	0,86	0,86	0,43	0,43	6,02	6,02	0,602	0,602
Мясо бескостное	60,5	55	96	87,36	87	79,17			25	22,75	99	90,09	87	79,17	87	79,17			25	22,75	99	90,09	605	550,6	60,5	55,1
Субпродукты (печень, язык, сердце) мороженые	30,1	25							150,5	124,9									150,5	124,92			301	249,8	30,1	25,0
Птица (куры I кат.потр.)	27	24					135	120,00									135	120,00					270	240	27	24
Рыба филе:																							401	368,6	40,1	37
- Филе минтая	39	37			79	75,05			75	71,25					78	74,1			89	72,2			321	292,6	32,1	29,26
- Сайра											40	38							40	38			80	76	8	7,6
Молоко и кисломолочные продукты																							4493	4493	449,3	449,3
- Молоко			160	160	325	325	391	391	214	214	280	280	78	78	329	329	280	280	169	169	287	287	2513	2313	251,3	251,3
- Молоко (долг.хранения)	450	450											110	110									110	110	11	11
- Йогурт							180	180									180	180					360	360	36	36
- Снежок					190	190					180	180			190	190					190	190	750	750	75	75
- Кефир			190	190					190	190			190	190					190	190			760	760	76	76
Творог с м.д.ж. не менее 5%	40	40	100	100			100	100					100	100			100	100					400	400	40	40
Сметана с м.д.ж. не более 15%	11	11	19	19	12	12	15	15	14	14	6	6	4	4	15	15	11	11	0	0	10	10	106	106	10,6	10,6
Сыр твердый	6,4	6			20	18,75	13	12,19	10	9,5					14	13,125	7	6,56					64	60,13	6,4	6,01
Яйцо куриное столовое	шт.	40	100	87,00	24	20,88	35	30,45	103	89,61	6	5,22	18	15,66	11	9,57	109	94,83	24	20,88	20	17,49	450	391,5	0,98	39,15
Масло коровье сладкосливочное	21	21	17	17	21	21	22	22	24	24	21	21	21	21	22	22	22	22	25	25	20	20	215	215	21,5	21,5
Масло растительное	11	11	9	9	13	13	9	9	13	13	8	8	12	12	14	14	9	9	15	15	10	10	112	112	11,2	11,2
Кондитерские изделия:	20	20																					200	200	20	20
- печенье											60	60									20	20	80	80	8	8
- пряник			60	60																			60	60	6	6
- мармелад													60	60									60	60	6	6
Фрукты (плоды) сухие:																							110	110	11	11
- изюм					13	13													13	13			26	26	2,6	2,6
- шиповник	11	11									13	13			13	13							26	26	2,6	2,6
- курага																	6	6					6	6	0,6	0,6
- компотная смесь			13	13					13	13			13	13							13	13	52	52	5,2	5,2
Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,5			1,25	1,25			1,25	1,25					1,25	1,25			1,25	1,25			5	5	0,5	0,5
Соль пищевая поваренная	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	50	5	5

*Handwritten signature*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 1</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>401</b>	<b>351,55</b>					
8.30-9.00ч.	Омлет натуральный (9.1.1/3)	185	13,37	13,75	5,76	202,37	1,43	229
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
<b>второй завтрак:</b>		<b>300</b>	<b>168,8</b>					
10.30-11.00ч.	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	418
	Фрукты (яблоко 15.1.1/6)	114/100	0,4	0,4	9,83	47,15	10,03	386
<b>обед:</b>		<b>672,7</b>	<b>601,18</b>					
12.00-13.00ч	Салат из моркови (12.7.1)	50	0,67	3,05	3,53	44,89	2,56	42
	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне (5.26.1)	200	6,44	6,14	13,12	134,11	6,23	86
	Пудинг из творога с рисом (11.12.1)	150	18,26	9,25	24,02	252,46	0,52	250
	Соус молочный (сладкий) (4.13.1)	50	1,88	3,09	9,15	72,54	0,65	351
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/2)	10	0,66	0,12	3,96	19,8	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>250</b>	<b>320,3</b>					
15.30ч	Кефир (6.10.1)	190	5,51	4,75	7,6	100,7	1,33	401
	Пряник (10.17.1/2)	60	3,54	2,82	45	219,6	0	
<b>ужин:</b>		<b>532,3</b>	<b>532,47</b>					
18.30ч.	Винегрет овощной 12.37.1	60	0,99	3,1	5,59	54,66	4,85	46
	Тефтели мясные (1.6.1)	80	13,78	14,67	10,1	227,94	0,78	303/374
	Капуста тушеная (8.6.1/1)	140	3,83	3,84	6,48	76,72	45,8	336
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/5)	45	2,97	0,54	17,82	89,1	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за первый день:</b>			<b>91,93</b>	<b>71,09</b>	<b>241,21</b>	<b>1974,3</b>	<b>85,05</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 2</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>418</b>				<b>474,47</b>		
8.30-9.00ч.	Каша жидкая пшеничная (7.6.1/1)	200	7,54	8,37	30,57	229	1,82	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	38	4,07	6,37	12,9	125,79	0,07	3
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,37	4,43	15,33	119,68	1,76	395
<b>второй завтрак:</b>		<b>280</b>				<b>114,45</b>		
10.30-11.00ч.	Фрукты (груша 15.2.1/5)	111/100	0,4	0,3	10,29	46,95	5	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	180	0	0	17,1	67,5	18,00	
<b>обед:</b>		<b>712,7</b>				<b>651,71</b>		
12.00-13.00ч	Салат из кукурузы консервированной (12.55.1/1)	60	1,05	3,69	10,58	78,44	0	12
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне (5.5.1)	200	6,21	6,51	8,82	119,51	13,89	73
	Биточки рубленые мясные (1.1.1)	80	12,75	12,48	8,59	198,3	0,35	282
	Картофель отварной (8.28.1/2)	140	2,83	2,74	22,9	127,82	20,34	336
	Компот из изюма (6.5.1)	200	0,3	0,07	14,54	60,47	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>250</b>				<b>349,86</b>		
15.30ч	Снежок (6.12.1)	190	4,94	4,75	20,9	145,3	1,71	420
	Плюшка сдобная (10.12.2/1)	60	5,13	6,85	30,14	204,56	0,26	453/466
<b>ужин:</b>		<b>562,3</b>				<b>570,33</b>		
18.30ч.	Салат из свеклы с сыром (12.51.1)	60	2,92	5,79	4,44	81,99	1,88	32
	Зразы рыбные с яйцом (2.11.1/1)	85	14,35	4,34	5,87	120,38	0,65	265
	Рис припущенный (8.9.1/5)	145	3,66	1,97	38,51	186,38	0,00	333
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	354
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за второй день:</b>			<b>77,55</b>	<b>71,81</b>	<b>299,05</b>	<b>2160,82</b>	<b>67,8</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр

Ур. Акаф

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 3</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>418</b>				<b>469,31</b>		
8.30-9.00ч.	Каша жидкая пшеничная (7.5.1/1)	200	7,37	8,04	28,74	217,94	1,95	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	38	4,07	6,37	12,9	125,79	0,07	3
	Какао с молоком (6.2.1/3)	180	4,65	4,77	15,64	125,58	1,76	387
<b>второй завтрак:</b>		<b>180</b>				<b>67,5</b>		
10.30-11.00ч.	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	180	0	0	17,1	67,5	18,00	
<b>обед:</b>		<b>722,7</b>				<b>889,44</b>		
12.00-13.00ч	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	33
	Суп-пюре из картофеля на курином бульоне (5.35.1)	200	8,7	8,72	20,21	195,11	12,60	106
	Фрикадельки из птицы (3.7.1)	80	19,48	21,32	8,2	306,02	1,99	308
	Картофель запеченный в сметанном соусе (8.16.1)	130	3,46	2,64	21,05	149,47	17,24	163
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	396
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Гренки из пшеничного хлеба к супу (10.8.1/1)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>310</b>				<b>324,05</b>		
15.30ч	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	180	5,9	4,5	20,34	145,80	1,08	401
	Фрукты (апельсин 15.5.1)	150/100	0,9	0,2	8,14	43,22	60,3	386
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
<b>ужин:</b>		<b>482,3</b>				<b>507,95</b>		
18.30ч.	Салат из моркови (12.7.1)	50	0,67	3,05	3,53	44,89	2,56	42
	Сырники из творога запеченные (11.10.1)	150	19,27	7,75	30,1	268,39	0,51	245
	Соус черносмородиновый (4.14.1)	50	0,17	0,07	14,22	59,35	20,74	378
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1/1)	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
	Яйцо вареное (9.5.1)	20	2,54	2,3	0,14	31,42	0	227
<b>Итого за третий день:</b>			<b>86,93</b>	<b>79,05</b>	<b>288,19</b>	<b>2258,25</b>	<b>167,36</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
<b>День 4</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>403</b>	<b>385,71</b>					
<b>8.30-9.00ч.</b>	Омлет натуральный (9.1.1/3)	185	13,37	13,75	5,76	202,37	1,43	229
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	38	4,07	6,37	12,9	125,79	0,07	3
	Чай с молоком (6.13.1/2)	180	1,69	1,78	8,6	57,55	0,76	391/394
<b>второй завтрак:</b>		<b>300</b>	<b>131,35</b>					
<b>10.30-11.00ч.</b>	Фрукты (груша 15.2.1/5)	111/100	0,4	0,3	10,29	46,95	5	386
	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	418
<b>обед:</b>		<b>702,7</b>	<b>763,54</b>					
<b>12.00-13.00ч</b>	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (5.10.1)	200	6,82	6,71	17,8	159,17	9,93	88
	Печень по-строгановски (1.19.1)	80	23,46	14,18	11,95	271,19	43,01	387
	Рис припущенный (8.9.1)	130	3,37	2,13	35,54	174,8	0	333
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>250</b>	<b>309,25</b>					
<b>15.30ч</b>	Кефир (6.10.1)	190	5,51	4,75	7,6	100,7	1,33	401
	Крендель сахарный (10.16.1/2)	60	5,13	6,85	31,14	208,55	0,26	460
<b>ужин:</b>		<b>511,50</b>	<b>456,09</b>					
<b>18.30ч.</b>	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе (2.5.1)	80	13,42	5,4	8,05	135,96	0,52	255/354
	Пюре картофельное 8.4.1/1	130	2,94	2,66	19,25	113,09	16,41	339
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
<b>Итого за четвертый день:</b>			<b>102,82</b>	<b>70,99</b>	<b>256,9</b>	<b>2045,94</b>	<b>101,47</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр

(лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 5</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>411</b>			<b>423,84</b>			
<b>8.30-9.00ч.</b>	Каша жидкая манная (7.3.1/1)	200	6,44	7,9	25,21	199	1,95	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1/1)	31	1,93	5,08	12,93	105,16	0	1
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,37	4,43	15,33	119,68	1,76	395
<b>второй завтрак:</b>		<b>5%</b>			<b>84,4</b>			
<b>10.30-11.00ч.</b>	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	418
<b>обед:</b>		<b>682,7</b>			<b>649,48</b>			
<b>12.00-13.00ч</b>	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	33
	Суп с рыбными консервами (5.23.1)	200	8,85	10,63	15,87	194,87	8,70	87
	Жаркое по - домашнему (1.3.1/2)	210	11,74	12,84	28,02	275,08	24,57	292
	Напиток из плодов шиповника (6.23.1)	180	0,44	0,18	12,27	60,86	65	398
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>315</b>			<b>427,04</b>			
<b>15.30ч</b>	Снежок (6.12.1/2)	180	4,68	4,5	19,8	138,6	1,62	420
	Фрукты (мандарин 15.4.1)	136/100	0,81	0,2	7,55	38,24	38,24	386
	Печенье (10.6.1/2)	60	4,5	5,88	44,64	250,2	0	
<b>ужин:</b>		<b>542,3</b>			<b>525,5</b>			
<b>18.30ч.</b>	Салат из картофеля с горошком зеленым консервированным (12.19.1)	60	1,03	3,13	6,19	57,5	5,43	26
	Голубцы ленивые (1.13.1/3)	170	12,25	11,16	12,89	202,25	20,67	315
	Соус сметанный с томатом (4.4.1/1)	40	0,69	2,09	3,42	35,76	0,93	355
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Гренки из пшеничного хлеба (10.8.1)	30	2,19	0,85	15,03	76,64	0	123
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за пятый день:</b>			<b>68,41</b>	<b>72,91</b>	<b>290,37</b>	<b>2110,26</b>	<b>179</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>411</b>	<b>325,01</b>					
<b>8.30-9.00ч.</b>	Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке (7.18.1/4)	200	5,51	6,09	27,84	188,93	0,69	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1/1)	31	1,93	5,08	12,93	105,16	0	1
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
<b>второй завтрак:</b>		<b>5%</b>	<b>131,55</b>					
<b>10.30-11.00ч.</b>	Фрукты (яблоко 15.1.1/6)	114/100	0,4	0,4	9,83	47,15	10,03	386
	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	418
<b>обед:</b>		<b>682,7</b>	<b>962,51</b>					
<b>12.00-13.00ч</b>	Салат из моркови (12.7.1)	50	0,67	3,05	3,53	44,89	2,56	42
	Суп картофельный с клецками (5.16.1)	200	7,7	8,71	16,98	177,9	6,66	91
	Лапшевник с творогом (11.15.1)	150	28,57	10,55	84,86	550,2	0,52	226
	Соус молочный (сладкий) (4.13.1)	50	1,88	3,09	9,15	72,54	0,65	351
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>250</b>	<b>293,11</b>					
<b>15.30ч</b>	Кефир (6.10.1)	190	5,51	4,75	7,6	100,7	1,33	401
	Мармелад (10.18.1/1)	60	0,06	0	47,59	192,41	0	
<b>ужин:</b>		<b>512,3</b>	<b>486,12</b>					
<b>18.30ч.</b>	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	33
	Котлета рубленая мясная (1.1.1/2)	80	12,75	12,48	8,59	198,3	0,35	282
	Капуста тушеная (8.6.1/9)	130	2,84	3,82	8,84	82,97	23,66	336
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за шестой день:</b>			<b>89,66</b>	<b>62,09</b>	<b>328,41</b>	<b>2198,3</b>	<b>59,42</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 7</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>418</b>	<b>445,47</b>					
8.30-9.00ч.	Суп молочный с макаронными изделиями (5.11.1/3)	200	6,58	7,96	25,19	200	1,95	100
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	38	4,07	6,37	12,9	125,79	0,07	3
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,37	4,43	15,33	119,68	1,76	395
<b>второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>46,95</b>					
10.30-11.00ч.	Фрукты (груша 15.2.1/5)	111/100	0,4	0,3	10,29	46,95	5	386
<b>обед:</b>		<b>697,7</b>	<b>654,14</b>					
12.00-13.00ч	Винегрет овощной 12.37.1	60	0,99	3,1	5,59	54,66	4,85	46
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне (5.19.1/1)	200	9,55	5,72	19,27	166,85	7,61	87
	Фрикадельки мясные в соусе (1.7.1)	85	12,22	13,18	5,97	191,39	0,22	288
	Рагу из овощей (8.15.1/3)	140	2,74	4,38	15,41	113,21	16,70	148/366
	Напиток из плодов шиповника (6.23.1)	180	0,44	0,18	12,27	60,86	65	398
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>250</b>	<b>349,86</b>					
15.30ч	Снежок (6.12.1)	190	4,94	4,75	20,9	145,3	1,71	420
	Плюшка сдобная (10.12.2/1)	60	5,13	6,85	30,14	204,56	0,26	453/466
<b>ужин:</b>		<b>511,5</b>	<b>440,06</b>					
18.30ч.	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Рыба, запеченная с морковью (2.18.1)	80	11,12	6,14	4,83	119,93	0,81	267
	Пюре картофельное 8.4.1/1	130	2,94	2,66	19,25	113,09	16,41	339
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за седьмой день:</b>			<b>73,13</b>	<b>70,07</b>	<b>248,21</b>	<b>1936,48</b>	<b>136,61</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 8</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>416</b>				<b>509,07</b>		
<b>8.30-9.00ч.</b>	Каша жидкая пшенно-рисовая (7.16.1/2)	200	8,31	8,68	38,82	267,85	1,95	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/4)	36	3,42	5,55	12,9	115,64	0,05	3
	Какао с молоком (6.2.1/3)	180	4,65	4,77	15,64	125,58	1,76	387
<b>второй завтрак:</b>		<b>180</b>				<b>67,5</b>		
<b>10.30-11.00ч.</b>	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	180	0	0	17,1	67,5	18,00	
<b>обед:</b>		<b>692,7</b>				<b>781,05</b>		
<b>12.00-13.00ч</b>	Салат из моркови (12.7.1)	50	0,67	3,05	3,53	44,89	2,56	42
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (5.9.1)	200	5,81	6,91	8,86	121,42	8,46	57
	Плов из птицы (3.1.1)	200	21,77	22,99	39,23	450,9	3,39	321
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	393
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>210</b>				<b>319,07</b>		
<b>15.30ч</b>	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	180	5,9	4,5	20,34	145,80	1,08	401
	Фрукты (мандарин 15.4.1)	136/100	0,81	0,2	7,55	38,24	38,24	386
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
<b>ужин:</b>		<b>487,3</b>				<b>514,07</b>		
<b>18.30ч.</b>	Салат из кукурузы консервированной (12.55.1/1)	60	1,05	3,69	10,58	78,44	0	12
	Вареники ленивые с маслом (11.4.1)	150	20	9,53	26,48	272,79	0,5	229/230
	Соус абрикосовый (4.15.1)	60	0,31	0,02	11,05	45,84	0,24	377
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1/3)	35	2,63	1,02	17,99	91,7	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за восьмой день:</b>			<b>81,19</b>	<b>76,22</b>	<b>292,49</b>	<b>2190,76</b>	<b>102,69</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 9</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>396</b>				<b>332,08</b>		
<b>8.30-9.00ч.</b>	Омлет натуральный (9.1.1/3)	185	13,37	13,75	5,76	202,37	1,43	229
	Бутерброд с маслом (10.1.1/1)	31	1,93	5,08	12,93	105,16	0	1
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
<b>второй завтрак:</b>		<b>5%</b>				<b>46,95</b>		
<b>10.30-11.00ч.</b>	Фрукты (груша 15.2.1/5)	111/100	0,4	0,3	10,29	46,95	5	386
<b>обед:</b>		<b>702,7</b>				<b>668,96</b>		
<b>12.00-13.00ч</b>	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (5.24.1)	200	5,93	6,56	6,2	107,94	4,57	89/129
	Оладьи из печени (1.20.1)	80	23,99	12,86	16,51	278,89	41,22	407
	Пюре картофельное 8.4.1/1	130	2,94	2,66	19,25	113,09	16,41	339
	Компот из изюма (6.5.1)	200	0,3	0,07	14,54	60,47	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>250</b>				<b>309,25</b>		
<b>15.30ч</b>	Кефир (6.10.1)	190	5,51	4,75	7,6	100,7	1,33	401
	Крендель сахарный (10.16.1/2)	60	5,13	6,85	31,14	208,55	0,26	460
<b>ужин:</b>		<b>542,3</b>				<b>552,59</b>		
<b>18.30ч.</b>	Салат из зеленого горошка консервированного (12.52.1/2)	60	1,4	2,1	3,35	37,89	4,30	10
	Котлеты рыбные любительские с маслом сливочным (2.16.1/1)	90	15,88	6,93	5,75	149,4	1,21	272
	Макаронные изделия отварные с маслом (8.25.1/1)	150	5,86	3,59	37,42	205,58	0	219
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за девятый день:</b>			<b>90,2</b>	<b>68,57</b>	<b>228,56</b>	<b>1909,83</b>	<b>83,09</b>	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 10</b>								
<b>завтрак:</b>		<b>411</b>			<b>438,62</b>			
<b>8.30-9.00ч.</b>	Каша жидкая ячневая (7.4.1)	200	6,98	8,04	28,09	213,78	1,95	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1/1)	31	1,93	5,08	12,93	105,16	0	1
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,37	4,43	15,33	119,68	1,76	395
<b>второй завтрак:</b>		<b>5%</b>			<b>84,4</b>			
<b>10.30-11.00ч.</b>	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	418
<b>обед:</b>		<b>732,7</b>			<b>788,7</b>			
<b>12.00-13.00ч</b>	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Суп с рыбными консервами (5.23.1)	200	8,85	10,63	15,87	194,87	8,70	87
	Рулет с луком и яйцом (1.8.1)	80	12,33	13,54	8,02	204,22	0,36	295
	Каша рассыпчатая гречневая (8.10.1/3)	130	7,45	3,4	33,72	194,94	0,00	313
	Соус сметанный с томатом (4.4.1)	30	0,52	1,98	2,51	30,21	0,48	355
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/4)	20	1,32	0,24	7,92	39,6	0	г.п
	Чеснок (16.2.1/1)	3,5/2,7	0,18	0,01	0,82	4,07	0,27	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	г.п
<b>полдник:</b>		<b>290</b>			<b>188,52</b>			
<b>15.30ч</b>	Снежок (6.12.1)	190	4,94	4,75	20,9	145,3	1,71	420
	Фрукты (апельсин 15.5.1)	150/100	0,9	0,2	8,14	43,22	60,3	386
<b>ужин:</b>		<b>549,5</b>			<b>538,37</b>			
<b>18.30ч.</b>	Салат из картофеля с горошком зеленым консервированным (12.19.1)	60	1,03	3,13	6,19	57,5	5,43	26
	Мясо тушеное с овощами в соусе (1.10.1/4)	228	11,09	12,49	21,68	244,28	20,65	274/354
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Печенье (к чаю 10.6.1/1)	20	1,5	1,96	14,88	83,4	0	г.п
	Хлеб ржаной (10.3.1/3)	35	2,31	0,42	13,86	69,3	0	г.п
	Хлеб пшеничный (10.4.1/3)	25	1,9	0,2	12,25	58,75	0	г.п
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	г.п
<b>Итого за десять день:</b>			<b>83,67</b>	<b>73,67</b>	<b>270,35</b>	<b>2038,61</b>	<b>118,80</b>	

Для приготовления блюд используется иодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идет в салат из белокочанной капусты).

Итого за десять дней (октябрь-декабрь)



Прием пищи	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
	Б	Ж	У		
<b>Весь период:</b>					
День 1:	91,93	71,09	241,21	1974,3	85,05
День 2:	77,55	71,81	299,05	2160,82	67,80
День 3:	86,93	79,05	288,19	2258,25	167,36
День 4:	102,82	70,99	256,9	2045,94	101,47
День 5:	68,41	72,91	290,37	2110,26	179,00
День 6:	89,66	62,09	328,41	2198,3	59,42
День 7:	73,13	70,07	248,21	1936,48	136,61
День 8:	81,19	76,22	292,49	2190,76	102,69
День 9:	90,20	68,57	228,56	1909,83	83,09
День 10:	83,67	73,67	270,35	2038,61	118,80
<b>Итого за весь период:</b>	<b>845,49</b>	<b>716,47</b>	<b>2743,74</b>	<b>20823,55</b>	<b>1101,29</b>
<b>Среднее значение за период:</b>	<b>84,55</b>	<b>71,65</b>	<b>274,37</b>	<b>2082,36</b>	<b>110,13</b>
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b>	<b>14%</b>	<b>31%</b>	<b>55%</b>	<b>100%</b>	

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии



Итого за десять дней (октябрь-декабрь)

Прием пищи	Завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Итого за 10 дней по меню (в процентах)	20	5	35,5	15	24,7
Приложение №10 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 (в процентах)	20	5	35	15	25

**РЕЕСТР ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ КАРТ ОКТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ(сад)**

п/п	Наименование технологической карты	Номер	Выход
<b>САЛАТЫ</b>			
1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	12.6.1	60
2	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	12.55.1/1	60
3	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	12.52.1/2	60
4	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	12.5.1	60
5	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	12.51.1	60
6	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	12.37.1	60
7	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	12.19.1	60
8	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	12.7.1	50
9	ИКРА МОРКОВНАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.5.1/4	60
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>			
1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.19.1/1	200
2	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	5.11.1/3	200
3	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	5.5.1	200
4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.10.1	200
5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.24.1	200
6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	5.16.1	200
7	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.26.1	200
8	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.23.1	200
9	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.35.1	200
10	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	5.9.1	200
<b>ВТОРОЕ БЛЮДО (МЯСО)</b>			
1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ЗХ Д 7 ЛЕТ	1.13.1/3	170
2	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ С 3 ДО 7 ЛЕТ	1.8.1	80
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.3.1/2	210
4	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.10.1/3	228
5	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.1.1	80
6	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-Й ВАРИАНТ) С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.6.1	80
7	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ОТ ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.7.1	85
<b>ВТОРОЕ БЛЮДО (ПЕЧЕНЬ)</b>			
1	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.20.1	80
2	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	1.19.1	80

<b>ВТОРОЕ БЛЮДО (ПТИЦА)</b>			
1	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	3.1.1	200
2	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	3.7.1	80
<b>ВТОРОЕ БЛЮДО (РЫБА)</b>			
1	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	2.11.1/1	85
2	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	2.5.1	80
3	РЫБЫ, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	2.18.1	80
4	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	2.16.1/1	90
<b>ВТОРОЕ БЛЮДО (ЯЙЦО)</b>			
1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	9.1.1/2	185
2	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	9.5.1	20
<b>КАШИ</b>			
1	КАША ЖИДКАЯ ЯЧНЕВАЯ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	7.4.1	200
2	КАША ЖИДКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	7.5.1/1	200
3	КАША ЖИДКАЯ ПШЕННАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	7.6.1/1	200
4	КАША ЖИДКАЯ МАННАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	7.3.1/1	200
5	КАША ЖИДКАЯ КУКУРУЗНАЯ НА СТЕРИЛИЗОВАННОМ МОЛОКЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	7.18.1/4	200
6	КАША ЖИДКАЯ ПШЕННО-РИСОВАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	7.16.1/2	200
<b>ВТОРОЕ БЛЮДО (ТВОРОГ)</b>			
1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	11.12.1	150
2	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	11.10.1	150
3	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	11.15.1	150
4	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С МАСЛОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	11.4.1	150
<b>ТРЕТИЕ БЛЮДО</b>			
1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.14.1/2	180
2	ЧАЙ С САХАРОМ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	6.1.1/2	180
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.13.1/2	180
4	КАКАО С МОЛОКОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.2.1/3	180
5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.3.1/3	180
6	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	6.4.1	200
7	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.5.1	200
8	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.23.1	180
9	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.22.1	200
10	КЕФИР ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.10.1	190
11	СНЕЖОК С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.12.1/2	180
12	СНЕЖОК С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.12.1	190
13	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	6.18.1/4	180
<b>СОК, НАПИТОК</b>			
1	СОК ЯБЛОЧНЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	14.1.1	200
2	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (ГОТОВЫЙ) С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	6.11.1/2	180
<b>ГАРНИРЫ</b>			
1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.6.1/1	140

2	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.6.1/9	130
3	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.9.1	130
4	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.9.1/5	145
5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.25.1/1	150
6	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.4.1/1	130
7	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.10.1/3	130
8	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.15.1/3	150
9	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.28.1/2	140
10	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	8.16.1	130
<b>СОУСЫ</b>			
1	СОУС АБРИКОСОВЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	4.15.1	60
2	СОУС ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	4.14.1	50
3	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	4.6.1/1	30
4	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	4.13.1	50
5	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	4.4.1/1	40
<b>ЗЕЛЕНЬ</b>			
1	ЛУК ЗЕЛЁНЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	16.4.1/1	0,8
2	ЧЕСНОК С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	16.2.1/1	2,7
3	УКРОП С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	16.3.1/4	1,5
<b>ХЛЕБ, КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ, ВЫПЕЧКА</b>			
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.4.1/4	10
2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.4.1/3	25
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.4.1/1	20
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.3.1/5	45
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.3.1/3	35
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.3.1/4	20
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.3.1/1	30
8	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (1 ВАРИАНТ) С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.8.1	30
9	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (1 ВАРИАНТ) К СУПУ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.8.1/1	10
10	БАТОН С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.30.1/3	35
11	БАТОН С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.30.1/1	30
12	МАРМЕЛАД С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.18.1/1	60
13	ПЕЧЕНЬЕ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.6.1/2	60
14	ПЕЧЕНЬЕ К ЧАЮ С ЗХ ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ	10.6.1/1	20
15	ПРЯНИК С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.17.1/2	60
16	ПОЛОСКА ПЕСОЧНАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.15.1	30
17	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.16.1/2	60
18	ПЛЮШКА СДОБНАЯ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.12.2/1	60
19	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.2.1/3	38
20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.1.1/1	31
21	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	10.1.1	36
<b>ФРУКТЫ</b>			
1	ЯБЛОКО С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	15.1.1/6	100
2	АПЕЛЬСИН С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	15.5.1	100
3	ГРУША С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	15.2.1/5	100
4	МАНДАРИН С ЗХ ДО 7 ЛЕТ	15.4.1	100