

**1 день Неделя: первая Возрастная категория: 3-8 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **1 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,58 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** | 0,042 | 0,040 | **1/40** | 0,76 | 3,56 | 3,08 | 47,60 | 0,008 | 2,80 | 16,40 | 0,28 |
|  | Огурец свежий |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **307** | **Омлет натуральный** |  |  | **1/110** | 9,48 | 14,72 | 2,54 | 179,35 | 0,068 | 0,34 | 89,68 | 1,69 |
|  | яйца | 1,8 шт | 0,71 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,042 | 0,042 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0040 | 0,0040 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **506** | **Чай с сахаром** |  |  | **1/180** | 0,09 | 0 | 13,5 | 54 | 0 | 0 | 4,5 | 0,36 |
|  | чай-заварка | 0,0004 | 0,0004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **608** | **Кондитерское изделие (пряник)** | 0,04 | 0,04 | **1/40** | 2,36 | 1,88 | 30 | 146,4 | 0,032 | 0 | 4,4 | 0,32 |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,02 | 0,02 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
| **537** | **10-00 Сок фруктово - ягодный** | 0,15 | 0,15 | **1/150** | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69 | 0,015 | 3 | 10,5 | 2,1 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,648 | 0,081 | 1,377 | 10,53 | 0,016 | 4,05 | 18,63 | 0,486 |
|  | Помидор свежий | 0,087 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **133** | **Борщ с капустой и картофелем** |  |  | **1/200/5** | 1,46 | 4 | 8,52 | 76 | 0,038 | 8,24 | 27,6 | 0,96 |
|  | свекла | 0,040 | 0,032 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста свежая | 0,020 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | картофель(21,22,23,24) | 0,021 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,013 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,014 | 0,012 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **363** | **Мясо отварное** |  |  | **1/60** | 16,32 | 11,64 | 0,00 | 169,80 | 0,03 | 0,00 | 7,80 | 2,10 |
|  | мясо говядина | 0,102 | 0,097 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,004 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,007 | 0,006 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **434** | **Картофельное пюре** |  |  | **1/100** | 2,10 | 4,40 | 10,90 | 92,00 | 0,09 | 3,40 | 26,00 | 0,70 |
|  | Картофель(113,122,130,137) | 0,113 | 0,084 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,016 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0045 | 0,0045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **526** | **Компот из свежих плодов** |  |  | **1/180** | 0,45 | 0,18 | 20,79 | 86,4 | 0,018 | 3,87 | 19,8 | 0,99 |
|  | яблоки свежие | 0,041 | 0,036 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,025 | 0,025 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,035 | 0,035 | **1/35** | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,9 | 0,063 | 0 | 12,25 | 1,365 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **124** | **Икра свекольная** |  |  | **1/60** | 1,44 | 4,26 | 6,06 | 55,2 | 0,018 | 4,74 | 26,4 | 1,02 |
|  | свекла | 0,057 | 0,045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,017 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **297** | **Макаронные изд. отварные** |  |  | **1/90** | 31,36 | 5,84 | 22,76 | 28,96 | 0,04 | 0 | 40,2 |  |
|  | Макаронные изд. | 0,030 | 0,030 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **403** | **Печень говяжья**  **по-строгановски** |  |  | **1/100** | 0 | 3,38 | 0 | 30,57 | 0 | 0 | 0 |  |
|  | Печень говяжья | 0,124 | 0,103 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,0034 | 0,0034 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **452** | **Соус сметанный** |  |  | **1/15** | 2,86 | 4,46 | 1,15 | 46,43 | 0,02 | 0 | 11,47 |  |
|  | сметана | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **514** | **Кофейный напиток с молоком** |  |  | **1/180** | 2,88 | 2,43 | 14,31 | 71,1 | 0,036 | 1,17 | 113,4 | 0,09 |
|  | кофейный напиток | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,02 | 0,02 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
|  | **итого** |  | | | **56,048** | **53,191** | **196,597** | **1462,68** | **0,748** | **39,41** | **407,64** | **16,631** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **2 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **97** | **Бутерброд с сыром** |  |  | **1/33** | 4,7 | 7,61 | 6,96 | 115,62 | 0,019 | 0,094 | 128,78 | 0,28 |
|  | сыр российский | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **170** | **Суп молочный с крупой** |  |  | **1/200** | 4,82 | 5,16 | 16,52 | 131,80 | 0,06 | 1,28 | 155,60 | 0,26 |
|  | молоко | 0,140 | 0,140 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа гречневая | 0,016 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **508** | **Какао с молоком** |  |  | **1/180** | 3,24 | 2,97 | 22,5 | 129,6 | 0,36 | 1,17 | 111,6 | 0,72 |
|  | какао-порошок | 0,0024 | 0,0024 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,015 | 0,015 | **1/15** | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | 0,017 | 0 | 3 | 0,165 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **535** | **10-00 Кисломолочный напиток** |  |  | **1/180** | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 | 0,072 | 1,26 | 216,00 | 0,18 |
|  | ряженка | 0,184 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,891 | 0,081 | 2,84 | 16,2 | 0,008 | 12,15 | 8,1 | 0,891 |
|  | помидор свежий | 0,087 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **139** | **Рассольник ленинградский** |  |  | **1/200/5** | 1,64 | 4,2 | 13 | 97 | 0,072 | 6,14 | 12,4 | 0,74 |
|  | Картофель(80,86,92,100) | 0,080 | 0,060 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа пшеничная | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,005 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | огурцы соленые | 0,013 | 0,012 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **351** | **Биточки рыбные** |  |  | **1/80** | 11,12 | 1,68 | 7,68 | 90,4 | 0,056 | 0,32 | 28 | 0,48 |
|  | минтай | 0,102 | 0,064 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,127 шт. | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0015 | 0,0015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,0110 | 0,0110 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **428** | **Капуста тушеная** |  |  | **1/165** | 6,11 | 5,94 | 6,44 | 103,95 | 0,066 | 28,05 | 100,65 | 1,65 |
|  | капуста белокочанная | 0,217 | 0,173 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,013 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,012 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **524** | **Кисель из сока плодового ягодного** |  |  | **1/180** | 0,18 | 0,108 | 31,1 | 140,2 | 0,0072 | 2,34 | 19,8 | 0,18 |
|  | сок пл.яг. | 0,054 | 0,054 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крахмал картофельный | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,035 | 0,035 | **1/35** | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,90 | 0,063 | 0,00 | 12,25 | 1,365 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **319** | **Запеканка из творога** |  |  | **1/97** | 15,528 | 16,3 | 15,46 | 273,975 | 0,045 | 0,388 | 192,16 | 0,65 |
|  | творог | 0,091 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,008 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,076 шт. | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,006 | 0,006 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **449** | **Соус молочный сладкий** |  |  | **1/20** | 0,52 | 1,27 | 3,14 | 26,1 | 0,0066 | 0,146 | 18,02 | 0,03 |
|  | молоко | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0008 | 0,0008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **506** | **Чай с сахаром (2-ой вариант)** |  |  | **1/180** | 0,09 | 0 | 13,5 | 54 | 0 | 0 | 4,5 | 0,36 |
|  | чай-заварка | 0,0004 | 0,0004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **итого** |  |  |  | **57,389** | **48,839** | **179,85** | **1340,095** | **0,8978** | **57,018** | **987,34** | **7,691** |

3 **день Неделя: первая Возрастная категория: 3-8 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **3 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 1,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **306** | **Яйца вареные** |  |  | **1/20** | 2,55 | 2,3 | 0,15 | 31,5 | 0,015 | 0 | 11 | 0,5 |
|  | яйца | 0,5 шт. | 0,02 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **171** | **Суп молочный с мак. изд**. |  |  | **1/200** | 5,7 | 5,26 | 18,98 | 146 | 0,076 | 0,92 | 164,4 | 0,36 |
|  | молоко | 0,140 | 0,140 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вермишель | 0,016 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **508** | **Чай с молоком (1-й вариант)** |  |  | **1/180** | 1,35 | 1,17 | 14,31 | 72,9 | 0,36 | 1,17 | 114,3 | 0,36 |
|  | чай | 0,0009 | 0,0009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,045 | 0,045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **607** | **Вафли** | 0,045 | 0,045 | **1/45** | 1,26 | 1,485 | 34,785 | 157,5 | 0,014 | 0 | 7,2 | 0,675 |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
| **537** | **10-00 Сок яблочный** | 0,150 | 0,150 | **1/150** | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69 | 0,015 | 3 | 10,5 | 2,1 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **17** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 1,098 | 3,061 | 1,83 | 40,3 | 0,0122 | 18,3 | 29,28 | 0,366 |
|  | Огурец свежий | 85 | 81 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **148** | **Суп из овощей с фасолью** |  |  | **1/200** | 2,94 | 3,52 | 12,22 | 62,6 | 0,088 | 12,56 | 39,8 | 1,16 |
|  | Картофель(40,42,44,46) | 0,040 | 0,030 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста свежая | 0,038 | 0,030 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | фасоль | 0,008 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **411** | **Плов из отварной птицы** |  |  | **1/180** | 13,71 | 13,626 | 32,48 | 307,66 | 0,026 | 1,11 | 28,28 | 1,11 |
|  | курица | 0,178 | 0,158 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,019 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,012 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа рисовая | 0,034 | 0,034 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **527** | **Компот из смеси сухофруктов** |  |  | **1/180** | 0,45 | 0 | 24,3 | 99 | 0,009 | 0,45 | 25 | 1,35 |
|  | смесь сухофруктов | 0,022 | 0,220 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,035 | 0,035 | **1/35** | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,9 | 0,063 | 0 | 12,25 | 1,365 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,891 | 0,081 | 2,84 | 16,2 | 0,008 | 12,15 | 8,1 | 0,891 |
|  | помидор свежий | 0,087 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **338** | **Рыба отварная** |  |  | **1/80** | 14,24 | 0,56 | 0,32 | 63,20 | 0,048 | 0,48 | 18,40 | 0,32 |
|  | минтай | 0,134 | 0,0980 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,003 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,003 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **434** | **Картофельное пюре** |  |  | **1/100** | 2,10 | 4,40 | 10,90 | 92,00 | 0,09 | 3,40 | 26,00 | 0,70 |
|  | Картофель(113,122,130,137) | 0,113 | 0,084 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,016 | 0,015\* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0045 | 0,0045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **514** | **Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)** |  |  | **1/180** | 2,88 | 2,43 | 14,31 | 71,10 | 0,036 | 1,17 | 113,40 | 0,09 |
|  | кофейный напиток | 0,0018 | 0,0018 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
|  |  |  |  |  | **56,789** | **38,943** | **228,385** | **1449,36** | **2,0062** | **58,71** | **620,39** | **12,007** |

4 **день Неделя: первая Возрастная категория: 3-8лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **4 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **99** | **Бутерброд с маслом** |  |  | **1/25** | 1,54 | 4,28 | 10,37 | 84,4 | 0,022 | 0 | 4,6 | 0,23 |
|  | масло сливочное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **171** | **Каша из хлопьев овсяных Геркулес»** | |  | **1/200** | 8,56 | 14,12 | 31,52 | 287,4 | 0,18 | 1,42 | 154,6 | 1,7 |
|  | крупа "Геркулес" | 0,040 | 0,040 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,110 | 0,110 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **506** | **Чай с сахаром** |  |  | **1/180** | 0,09 | 0 | 13,5 | 54 | 0 | 0 | 4,5 | 0,36 |
|  | чай-заварка | 0,0004 | 0,0004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
| **118** | **10-00 Фрукты свежие -яблоко** | 0,149 | 133,000 | **1/133** | 0,532 | 0,532 | 13,03 | 62,51 | 0,04 | 13,3 | 21,28 | 2,93 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,648 | 0,081 | 1,377 | 10,53 | 0,016 | 4,05 | 18,63 | 0,486 |
|  | Огурец свежий | 0,085 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **152** | **Суп картофельный с макаронными изделиями** |  |  | **1/200** | 2,16 | 2,28 | 15,06 | 89,00 | 0,084 | 6,60 | 12,20 | 0,76 |
|  | Картофель(80,86,92,100) | 0,080 | 0,060 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | макаронные изд. | 0,008 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **376** | **Бифштекс рубленный паровой** |  |  | **1/50** | 14,48 | 9,017 | 1,49 | 144,84 | 0,0355 | 0 | 6,39 | 1,42 |
|  | говядина котлетное мясо | 0,076 | 0,072 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0015 | 0,0015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **452** | **Соус сметанный натуральный** |  |  | **1/20** | 0,92 | 6,37 | 2,02 | 69,18 | 0,01 | 0,045 | 25,47 | 0,06 |
|  | сметана | 0,017 | 0,017 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **179** | **Картофель отварной** |  |  | **1/100** | 1,9 | 4,1 | 12,7 | 95 | 0,1 | 13,9 | 11 | 0,8 |
|  | Картофель(132,142,154,169) | 0,132 | 0,099 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **524** | **Кисель из сока плодового ягодного** |  |  | **1/180** | 0,18 | 0,108 | 35,10 | 142,20 | 0,007 | 2,34 | 19,80 | 0,18 |
|  | сок плодовый или ягодный | 0,054 | 0,054 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крахмал | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | кислота лимонная | 0,0003 | 0,0003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,040 | 0,040 | **1/40** | 3,04 | 0,32 | 18,68 | 94 | 0,044 | 0 | 8 | 0,44 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,035 | 0,035 | **1/35** | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,90 | 0,063 | 0,00 | 12,25 | 1,37 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **324** | **Пудинг из творога с рисом** |  |  | **1/108** | 14,98 | 14,76 | 20,3 | 278,64 | 0,05 | 0,216 | 126 | 0,72 |
|  | творог | 0,082 | 0,810 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа рисовая | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,18 шт. | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **449** | **Соус молочный сладкий** |  |  | **1/20** | 0,52 | 1,27 | 3,14 | 26,1 | 0,006 | 0,146 | 18,02 | 0,03 |
|  | молоко | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0008 | 0,0008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **535** | **Кисломолочный напиток** |  |  | **1/180** | 9 | 5,76 | 15,3 | 156,6 | 0,054 | 1,08 | 214,2 | 0,18 |
|  | йогурт | 0,185 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **итого** |  |  |  | **62,38** | **63,58** | **219,717** | **1720,80** | **0,814** | **47,097** | **661,42** | **11,881** |

5 **день Неделя: первая Возрастная категория: 3-8 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | | Са | Fe |
|  | **5 день** |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **266** | **Каша " Дружба "** |  |  | **1/200** | 5,26 | | 11,66 | 25,06 | 226,2 | 0,08 | 1,32 | | 126,6 | 0,56 |
|  | крупа рисовая | 0,015 | 0,015 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | крупа пшенная | 0,011 | 0,011 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | молоко | 0,102 | 0,102 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | сахар | 0,005 | 0,005 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | масло сливочное | 0,005 | 0,005 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **514** | **Кофейный напиток смолоком** |  |  | **1/180** | 2,88 | | 2,43 | 14,31 | 71,1 | 0,036 | 1,17 | | 113,4 | 0,09 |
|  | кофейный напиток | 0,002 | 0,002 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | сахар | 0,009 | 0,009 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **609** | **Кондитерское изделие (печенье)** | 0,030 | 0,030 | **1/30** | 2,25 | | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0,024 | 0 | | 8,7 | 0,63 |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | | 4 | 0,22 |
| **535** | **10-00 Кисломолочный напиток** |  |  | **1/180** | 5,22 | | 4,50 | 7,20 | 90,00 | 0,072 | 1,26 | | 216,00 | 0,18 |
|  | ряженка | 0,184 | 0,180 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **124** | **Икра морковная** |  |  | **1/100** | 2,4 | | 7,1 | 10,4 | 115 | 0,03 | 7,9 | | 44 | 1,7 |
|  | морковь | 0,094 | 0,075 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | лук репчатый | 0,021 | 0,018 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | томатная паста | 0,011 | 0,011 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | масло растительное | 0,008 | 0,008 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **149** | **Суп картофельный с бобовыми** |  |  | **1/200** | 1,84 | | 3,4 | 12,1 | 86,4 | 0,156 | 6,94 | | 15,2 | 0,74 |
|  | Картофель(67,70,74,83) | 0,067 | 0,050 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | крупа гороховая | 0,016 | 0,016 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **382** | **Картофельная запеканка с мясом** |  |  | **1/170** | | 19,81 | 19,98 | 16,07 | 323 | 0,179 | 3,4 | 21,25 | | 2,98 |
|  | говядина котлетное мясо | 0,100 | 0,095 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | Картофель(187,200,215,233) | 0,187 | 0,140 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | масло сливочное | 0,008 | 0,008 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | яйца | 0,076 шт. | 0,003 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,0025 | 0,0025 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **527** | **Компот из смеси сухофруктов** |  |  | **1/180** | 0,45 | | 0 | 24,3 | 99 | 0,009 | 0,45 | | 25,5 | 1,35 |
|  | смесь сухофруктов | 0,022 | 0,022 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 |  | **1/20** | 1,52 | | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | | 4,00 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,035 |  | **1/35** | 2,31 | | 0,42 | 11,69 | 60,90 | 0,063 | 0,00 | | 12,25 | 1,365 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **534** | **Молоко кипяченое** |  |  | **1/180** | 5,22 | | 4,50 | 8,64 | 95,40 | 0,072 | 2,34 | | 216,00 | 0,18 |
|  | молоко | 0,189 | 0,180\* |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **583** | **Булочка домашняя** |  |  | **1/80** | 6 | | 10,4 | 48,25 | 310,59 | 0,08 | 0 | | 12 | 0,666 |
|  | мука пшеничная | 0,055 | 0,055 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | сахар | 0,008 | 0,008 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | масло растительное | 0,011 | 0,011 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | яйца | 0,04 шт. | 0,0016 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | дрожжи прессованные | 0,0013 | 0,0013 |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |
| **118** | **Фрукты свежие -апельсин** | 0,195 | 0,150 | **1/150** | 1,62 | | 0,36 | 14,58 | 77,40 | 0,08 | 108,00 | | 61,20 | 0,54 |
|  | **итого** |  |  |  | **56,46** | | **64,61** | **227,10** | **1706,19** | **1,000** | **129,84** | | **865,38** | **10,681** |

**6 день Неделя: вторая Возрастная категория: 3-8 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **6 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **121** | **Овощи натуральные свежие** | 0,042 | 0,040 | **1/40** | 0,76 | 3,56 | 3,08 | 47,60 | 0,008 | 2,80 | 16,40 | 0,28 |
|  | **Огурец свежий** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **307** | **Омлет натуральный** |  |  | **1/110** | 9,48 | 14,72 | 2,54 | 179,35 | 0,068 | 0,34 | 89,68 | 1,69 |
|  | яйца | 1,72 шт. | 0,068 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,042 | 0,042 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0040 | 0,0040 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **506** | **Чай с молоком ( 1-й вариант)** |  |  | **1/180** | 1,35 | 1,17 | 15,66 | 78,30 | 0,036 | 1,17 | 58,50 | 0,405 |
|  | чай -заварка | 0,0004 | 0,0004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,045 | 0,045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **537** | **10-00 Сок фруктово-ягодный** | 0,150 | 0,150 | **1/150** | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69 | 0,015 | 3 | 10,5 | 2,1 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,648 | 0,081 | 1,377 | 10,53 | 0,016 | 4,05 | 18,63 | 0,486 |
|  | Помидор свежий | 0,087 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **136** | **Свекольник со сметаной** |  |  | **1/200** | 1,74 | 3,56 | 9,62 | 77,60 | 0,052 | 7,34 | 30,20 | 1,22 |
|  | свекла | 0,064 | 0,051 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,011 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофель(46,49,52,57) | 0,046 | 0,034 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **386** | **Тефтели из говядины паровые** |  |  | **1/60** | 11,45 | 10,54 | 7,22 | 169,32 | 0,05 | 2,075 | 15,77 | 1,826 |
|  | говядина котлетное мясо | 0,061 | 0,058 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,011 | 0,011 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,032 | 0,027 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **439** | **Сложный гарнир** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ( Картофель отварной с капустой тушеной) |  |  | **1/170** | 3,4 | 7,026 | 37,39 | 140,49 | 0,09 | 25,83 | 56,65 | 2,38 |
|  | Картофель(112,120,129,140) | 0,112 | 0,084 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста свежая | 0,096 | 0,071 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,005 | 0,0034 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,006 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **526** | **Компот из свежих плодов** |  |  | **1/180** | 0,45 | 0,18 | 20,79 | 86,4 | 0,018 | 3,87 | 19,8 | 0,99 |
|  | яблоки свежие | 0,0410 | 0,0360 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,040 | 0,040 | **1/40** | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,60 | 0,072 | 0,00 | 14,00 | 1,56 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **319** | **Запеканка из творога** |  |  | **1/78** | 12,44 | 13,03 | 12,39 | 220,39 | 0,036 | 0,31 | 153,96 | 0,52 |
|  | творог | 0,073 | 0,072 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,0085 | 0,0085 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,05 шт. | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **449** | **Соус молочный сладкий** |  |  | **1/20** | 0,52 | 1,27 | 3,14 | 26,1 | 0,0066 | 0,146 | 18,02 | 0,03 |
|  | молоко | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0008 | 0,0008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **535** | **Кисломолочный напиток** |  |  | **1/180** | 9,00 | 5,76 | 15,30 | 156,60 | 0,0054 | 1,08 | 214,20 | 0,18 |
|  | йогурт | 0,185 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **итого** |  |  |  | **57,668** | **61,847** | **181,297** | **1443,78** | **0,597** | **56,011** | **724,79** | **14,107** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **7 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **97** | **Бутерброд с сыром** |  |  | **1/33** | 4,7 | 7,61 | 6,69 | 115,62 | 0,019 | 0,094 | 128,78 | 0,28 |
|  | сыр российский | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **262** | **Каша пшеничная вязкая** |  |  | **1/200** | 8,66 | 11,90 | 38,04 | 293,80 | 0,142 | 1,38 | 143,60 | 2,38 |
|  | крупа пшеничная | 0,050 | 0,050 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,106 | 0,106 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,010 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **504** | **Чай с лимоном (1-й вариант)** |  |  | **1/180** | 0,09 | 0,00 | 13,68 | 54,90 | 0,00 | 1,26 | 4,50 | 0,36 |
|  | чай-заварка | 0,0004 | 0,0004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лимон | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **118** | **10-00 Фрукты свежие бананы** | 0,195 | 0,150 | **1/150** | 2,25 | 0,75 | 31,5 | 144 | 0,06 | 15 | 12 | 0,9 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,891 | 0,081 | 2,84 | 16,2 | 0,008 | 12,15 | 8,1 | 0,891 |
|  | Огурец свежий | 0,085 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **151** | **Суп картофельный с клецками c мясом птицы** |  |  | **1/180/20** | 0,96 | 2,08 | 7,02 | 50,60 | 0,05 | 4,60 | 8,60 | 0,48 |
|  | Грудка куриная | 0,039 | 0,0270 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофель(53,57,62,67) | 0,053 | 0,040 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **клецки мучные №178** |  |  | **1/20** | 1,16 | 1,102 | 4,788 | 33,76 | 0,016 | 0,062 | 13,76 | 0,13 |
|  | мука пшеничная | 0,006 | 0,006 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,05 шт. | 0,0020 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0007 | 0,0007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **348** | **Рыба, тушеная в сметанном соусе** |  |  | **1/72** | 9,70 | 5,20 | 2,90 | 97,00 | 0,065 | 1,60 | 31,50 | 0,50 |
|  | минтай | 0,083 | 0,061 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,024 | 0,017 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,012 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **451** | **Соус сметанный** |  |  | **1/28** | 0,43 | 4,252 | 0,946 | 32,28 | 0,01 | 0,02 | 3,39 | 0,03 |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,014 | 0,014 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **434** | **Картофельное пюре** |  |  | **1/100** | 2,10 | 4,40 | 10,90 | 92,00 | 0,09 | 3,40 | 26,00 | 0,70 |
|  | Картофель(113,120,129,140) | 0,113 | 0,084 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,016 | 0,015\* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0045 | 0,0045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **527** | **Компот из смеси сухофруктов** |  |  | **1/180** | 0,45 | 0 | 24,3 | 99 | 0,01 | 0,45 | 25,2 | 1,35 |
|  | смесь сухофруктов | 0,022 | 0,022 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,040 | 0,040 | **1/40** | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70,00 | 0,07 | 0,00 | 14,00 | 1,56 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **203** | **Овощи в молочном соусе ( 1-й вариант)** |  |  | **1/125** | 4,00 | 13,50 | 16,00 | 201,00 | 0,10 | 17,20 | 83,00 | 1,10 |
|  | морковь | 0,065 | 0,052 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофель(40,43,46,50) | 0,040 | 0,030 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста белокочанная | 0,050 | 0,040 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | горошек зеленый ( консер.) | 0,032 | 0,020 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,012 | 0,012 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **444** | **Соус молочный к блюдам (1-й вариант)** |  |  | **1/75** | 2,57 | 5,21 | 6,65 | 83,76 | 0,032 | 0,488 | 89,780 | 0,13 |
|  | молоко | 0,075 | 0,075 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **583** | **Булочка домашняя** |  |  | **1/80** | 5,999 | 10,397 | 48,25 | 310,59 | 0,08 | 0 | 11,997 | 0,67 |
|  | мука пшеничная | 0,055 | 0,055 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,011 | 0,011 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,012 | 0,012 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,04 шт. | 0,0016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | дрожжи прессованные | 0,0013 | 0,0013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **514** | **Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)** |  |  | **1/180** | 2,88 | 2,43 | 14,31 | 71,10 | 0,036 | 1,17 | 113,40 | 0,09 |
|  | кофейный напиток | 0,0018 | 0,0018 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
|  | **итого** |  |  |  | **54,043** | **69,87** | **276,289** | **1925,11** | **0,931** | **62,874** | **730,087** | **12,21** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**8 день Неделя: вторая Возрастная категория: 3-8лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **8 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **306** | **Яйца вареные** |  |  | **1/20** | 2,55 | 2,3 | 0,15 | 31,5 | 0,015 | 0 | 11 | 0,5 |
|  | яйца | 0,5 шт. | 0,02 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **171** | **Суп молочный с мак. изд.** |  |  | **1/200** | 5,70 | 5,26 | 18,98 | 146,00 | 0,076 | 0,92 | 164,40 | 0,36 |
|  | молоко | 0,140 | 0,140 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вермишель | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **507** | **Чай с молоком ( 2-й вариант)** |  |  | **1/180** | 1,35 | 1,17 | 14,31 | 72,90 | 0,036 | 1,17 | 114,30 | 0,36 |
|  | чай -заварка | 0,0009 | 0,0009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,045 | 0,045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **608** | **Кондитерское изделие (пряник)** | 0,040 | 0,040 | **1/40** | 2,36 | 1,88 | 30 | 146,4 | 0,032 | 0 | 4,4 | 0,32 |
| **534** | **10-00 Молоко кипяченое** |  |  | **1/180** | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 95,40 | 0,072 | 2,34 | 216,00 | 0,18 |
|  | молоко | 0,189 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **124** | **Икра свекольная** |  |  | **янв.80** | 1,92 | 5,68 | 8,08 | 73,6 | 0,024 | 6,32 | 35,2 | 1,36 |
|  | свекла | 0,077 | 0,060 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,017 | 0,014 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **160** | **Суп крестьянский с крупой** |  |  | **1/200** | 1,70 | 4,08 | 11,64 | 90,00 | 0,044 | 7,92 | 21,00 | 0,58 |
|  | капуста белокачанная | 0,030 | 0,024 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофель(27,29,31,33) | 0,027 | 0,020 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | перловая крупа | 0,008 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **375** | **Плов из отварной говядины** |  |  | 1/180 | 13,61 | 13,39 | 35,42 | 316,8 | 0,05 | 0,29 | 16,56 | 2,02 |
|  | говядина ( бескостное мясо) | 0,061 | 0,058 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,022 | 0,018 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,008 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа рисовая | 0,044 | 0,044 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **537** | **Сок фруктово-ягодный** |  |  | 1/180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 82,80 | 0,018 | 3,60 | 12,60 | 2,52 |
|  | сок яблочный | 0,180 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | 1/20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,040 | 0,040 | 1/40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70,00 | 0,07 | 0,00 | 14,00 | 1,56 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **327** | **Сырники из творога запеченные** |  |  | 1/100 | 16,01 | 12,34 | 20,68 | 257,46 | 0,06 | 0,27 | 136,73 | 0,67 |
|  | творог | 0,090 | 0,089 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа манная | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,063 шт. | 0,0025 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,010 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,003 | 0,003 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **449** | **Соус молочный сладкий** |  |  | 1/20 | 0,3 | 2,12 | 0,67 | 23 | 0,003 | 0,01 | 8,5 | 0,02 |
|  | молоко | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,0008 | 0,0008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0008 | 0,0008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **535** | **Кисломолочный напиток** |  |  | 1/180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 | 0,072 | 1,26 | 216,00 | 0,18 |
|  | ряженка | 0,184 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого** | |  | | | **62,52** | **58,20** | **211,59** | **1608,36** | **0,70** | **28,10** | **979,17** | **11,07** |

9 **день Неделя: вторая Возрастная категория: 3-8 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **9 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кисель витаминизированный** |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **97** | **Бутерброд с маслом и сыром** |  |  | **1/33** | 4,7 | 7,61 | 6,69 | 115,62 | 0,019 | 0,094 | 128,78 | 0,28 |
|  | сыр российский | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **259** | **Каша рисовая вязкая** |  |  | **1/200** | 6,28 | 11,82 | 37 | 279,4 | 0,06 | 1,42 | 131 | 0,56 |
|  | молоко | 0,110 | 0,110 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крупа рисовая | 0,044 | 0,044 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,010 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **514** | **Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)** |  |  | **1/180** | 2,88 | 2,43 | 14,31 | 71,10 | 0,036 | 1,17 | 113,40 | 0,09 |
|  | кофейный напиток | 0,0018 | 0,0018 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,009 | 0,009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **118** | **10-00 Фрукты свежие -яблоко** | 0,149 | 0,133 | **1/133** | 0,53 | 0,53 | 13,03 | 62,51 | 0,04 | 13,3 | 21,28 | 2,93 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Зеленый горошек пром. произ.** | 0,090 | 0,060 | **1/60** | 13,80 | 0,72 | 31,98 | 181,62 | 0,48 | 0,00 | 69 | 5,64 |
| **138** | **Рассольник со сметаной** |  |  | **1/200/5** | 1,48 | 4,06 | 11,28 | 87,60 | 0,072 | 8,08 | 16,20 | 0,76 |
|  | Картофель(80,86,92,100) | 0,080 | 0,060 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | огурец соленый | 0,013 | 0,012 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **353** | **Фрикадельки рыбные** |  |  | **1/80** | 11,76 | 1,68 | 6,08 | 86,4 | 0,064 | 0,24 | 40 | 0,64 |
|  | минтай | 0,087 | 0,064 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,011 | 0,011 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,2 шт. | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,016 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **179** | **Картофель отварной** |  |  | **1/100** | 1,9 | 4,1 | 12,7 | 95 | 0,1 | 13,9 | 11 | 0,8 |
|  | Картофель(132,141,152,165) | 0,132 | 0,099 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **520** | **Кисель из яблок** |  |  | **1/180** | 0,09 | 0,11 | 21,06 | 86,40 | 0,054 | 1,62 | 10,80 | 0,54 |
|  | яблоки свежие | 0,031 | 0,027 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | крахмал | 0,007 | 0,007 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 0,022 | 0 | 4 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,035 | 0,035 | **1/35** | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,9 | 0,06 | 0 | 12,25 | 1,365 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **408** | **Оладьи из печени по-кунцевски** |  |  | **1/100** | 24,3 | 13,4 | 4,1 | 234 | 0,31 | 1,8 | 13 | 6,4 |
|  | Печень | 0,96 | 0,80 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,015 | 0,011 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная | 0,017 | 0,017 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйцо | 0,425 | 0,017 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,010 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **362** | **Рагу из овощей** |  |  | **1/70** | 1,754 | 4,112 | 5,244 | 65,80 | 0,0468 | 26,60 | 34,96 | 0,60 |
|  | Картофель(43,46,49,53) | 0,043 | 0,032 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,020 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста белокочанная | 0,025 | 0,020 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,009 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | зеленый горошек консервированный | 0,024 | 0,016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **462** | **Соус томатный** |  |  | **1/30** | 0,32 | 1,12 | 2,08 | 19,68 | 0,00 | 0,47 | 1,35 | 0,11 |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатное пюре | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **506** | **Чай с сахаром (2-ой вариант)** |  |  | **1/180** | 0,09 | 0 | 13,5 | 54 | 0 | 0 | 4,5 | 0,36 |
|  | чай-заварка | 0,0004 | 0,0004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
|  | **итого** |  |  |  | **77,08** | **53,714** | **226,9** | **1679,21** | **1,495** | **73,164** | **621,4** | **21,845** |

**10 день Неделя: вторая Возрастная категория: 3-8 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Наименование блюд | Брутто | Нетто | выход | белки | жиры | углев. | Ккал. | Витамины (мг) | | Минеральные в-ва | |
| В1 | С | Са | Fe |
|  | **10 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кисель витаминизированный |  |  | **1/50** | 0 | 0 | 4,6 | 18,5 | 0,08 | 4 | 0,48 | 0 |
|  | кисель | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **99** | **Бутерброд с маслом** |  |  | **1/25** | 1,72 | 4,28 | 9,88 | 84,4 | 0,02 | 0 | 4,6 | 0,23 |
|  | масло сливочное | 0,005 | 0,005 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **306** | **Яйца вареные** |  |  | **1/40** | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 62 | 0,03 | 0 | 22 | 1,0 |
|  | яйца | 1 шт. | 0,04 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **301** | **Макаронные изд. отварные с сыром** |  |  | **1/100** | 6,05 | 5,05 | 17,00 | 137,50 | 0,04 | 0,05 | 103,50 | 0,55 |
|  | макронные изд. | 0,029 | 0,029 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сыр | 0,011 | 0,011 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **508** | **Какао с молоком** |  |  | **1/180** | 2,88 | 2,64 | 20 | 115,2 | 0,064 | 1,04 | 99,2 | 0,64 |
|  | какао-порошок | 0,0024 | 0,0024 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | молоко | 0,090 | 0,090 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,015 | 0,015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **537** | **10-00 Сок яблочный** | 0,150 | 0,150 | **1/150** | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69 | 0,015 | 3 | 10,5 | 2,1 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **113** | **Овощи натуральные свежие** |  |  | **1/81** | 0,891 | 0,081 | 2,84 | 13,2 | 0,008 | 12,15 | 8,1 | 0,891 |
|  | помидор свежий | 0,087 | 0,081 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **147** | **Щи из свежей капусты с картофелем** |  |  | **1/200** | 1,40 | 3,98 | 6,22 | 66,40 | 0,046 | 14,78 | 27,20 | 0,64 |
|  | капуста белокачанная | 0,050 | 0,040 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофель(32,34,37,34) | 0,032 | 0,024 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,013 | 0,010 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,010 | 0,008 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | томатная паста | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **372** | **Бефстроганов из отварной говядины** |  |  | **1/40** | 16,32 | 10,16 | 1,68 | 163,00 | 0,037 | 0,533 | 21,32 | 1,759 |
|  | говядина | 0,067 | 0,064 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый | 0,002 | 0,002 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 0,005 | 0,004\* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 451 | Соус сметанный |  |  | **1/40** | 0,616 | 4,252 | 1,352 | 46,120 | 0,007 | 0,028 | 16,960 | 0,044 |
|  | мука пшеничная | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,001 | 0,001 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сметана | 0,020 | 0,020 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **243** | **Каша гречневая рассыпчатая** |  |  | **1/100** | 5,70 | 5,23 | 24,72 | 168,70 | 0,14 | 0,00 | 9,50 | 3,03 |
|  | крупа гречневая | 0,046 | 0,046 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,0045 | 0,0045 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **527** | **Компот из смеси сухофруктов** |  |  | **1/180** | 0,45 | 0,00 | 24,30 | 99,00 | 0,01 | 0,45 | 25,50 | 1,35 |
|  | смесь сухофруктов | 0,022 | 0,022 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,013 | 0,013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **114** | **Хлеб пшеничный** | 0,020 | 0,020 | **1/20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |
| **115** | **Хлеб ржаной** | 0,040 | 0,040 | **1/40** | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70,00 | 0,07 | 0,00 | 14,00 | 1,56 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **589** | **Сдоба обыкновенная (плюшка)** |  |  | **1/80** | 6,78 | 3,72 | 46,95 | 248,71 | 0,08 | 0 | 11,97 | 0,789 |
|  | мука пшеничная | 0,059 | 0,059 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар | 0,006 | 0,006 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное | 0,004 | 0,004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйца | 0,033 шт. | 0,0013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | дрожжи прессованные | 0,0009 | 0,0009 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **535** | **Кисломолочный напиток** |  |  | **1/180** | 9 | 5,76 | 15,3 | 156,6 | 0,054 | 1,08 | 214,2 | 0,18 |
|  | йогурт | 0,185 | 0,180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **118** | **Фрукты свежие -яблоко** | 0,149 | 0,133 | **1/133** | 0,53 | 0,53 | 13,03 | 62,51 | 0,036 | 13,3 | 21,28 | 2,926 |
|  | **итого** |  |  |  | **63,867** | **51,233** | **236,362** | **1674,84** | **0,782** | **50,411** | **618** | **18,129** |

**Десятидневное меню на летне-осенний период (3-8 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1день** | **2день** | **3день** | **4день** | **5день** | **6день** | **7день** | **8день** | **9день** | **10день** |
| Завтрак | Омлет натуральный.  Овощи натуральные свежие  (огурец ) | Бутерброд с сыром и маслом | Суп молочный с макаронными изделиями | Бутерброд с маслом | Каша «дружба» | Омлет натуральный.  Овощи натуральные свежие  (огурец) | Бутерброд с сыром и маслом | Суп молочный макаронными изделиями | Бутерброд с маслом и сыром | Бутерброд с маслом |
| Суп молочный с крупой (гречка) | ½ яйцо вареное | Суп молочный «геркулес» | Яйцо вареное | Суп молочный манный | ½ яйцо вареное | Суп рисовый молочный | Суп молочный с лапшой |
| Яйцо вареное |
| Чай | Какао на молоке | Чай с молоком | Чай с сахаром | Кофейный напиток на молоке | Чай с молоком | Чай с лимоном | Чай с молоком | Кофейный напиток на молоке | Какао с молоком |
| Хлеб пшеничный Конд.изд. пряник | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный Конд.изд. вафли | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный  печенье | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный  пряник | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный |
| 10 часов | Сок фруктово-ягодный | Ряженка | Сок яблочный | Яблоко | Ряженка | Сок фруктово-ягодный | Банан | Молоко кипяченое | Яблоко | Сок яблочный |
| Обед | Овощи натуральные свежие  (помидор) | Овощи натуральные свежие  (помидор) | Овощи натуральные свежие  (огурец) | Овощи натуральные свежие  (огурец ) | Икра морковная | Овощи натуральные свежие  (помидор) | Овощи натуральные свежие  (огурец) | Икра свекольная | Зеленый горошек | Овощи натуральные свежие  (помидор) |
| Борщ с капустой и картофелем | Рассольник ленинградский  со сметаной | Суп из овощей с  фасолью | Суп картофельный с макаронными изделиями | Суп картофельный с бобовыми | Свекольник со сметаной | Суп картофельный с клёцками на м/б | Суп крестьянский с крупой | Рассольник со сметаной | Щи из свежей капусты с картофелем |
| Мясо отварное | Биточки рыбные | Плов из отварной птицы | Бифштекс рубленный паровой | Картофельная запеканка с мясом | Тефтели из говядины паровые | Рыба, тушенная в сметанном соусе | Плов из отварной говядины | Фрикадельки рыбные | Бефстроганов из отварной говядины |
| Пюре картофельное | Капуста тушеная | Картофель отварной | Сложный гарнир | Пюре картофельное | Картофель отварной | Каша гречневая рассыпчатая |
| Компот из яблок | Кисель из сока | Компот из смеси сухофруктов | Кисель из сока | Компот из смеси сухофруктов | Компот из свежих плодов | Компот из смеси сухофруктов | Сок фруктово- ягодный | Компот из яблок | Компот из смеси сухофруктов |
| Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной |
| полдник | Икра свекольная | Запеканка из творога | Овощи натуральные свежие  (помидор) | Пудинг из творога с рисом | Булочка домашняя | Запеканка из творога | Овощи в молочном соусе | Сырники из творога запеченные | Рагу овощное | Сдоба обыкновенная (плюшка) |
| Макаронник с печенью | Соус молочный сладкий | Рыба отварная Пюре картофельное | Соус молочный сладкий | Соус молочный сладкий | Соус молочный сладкий | Оладьи из печени по-кунцевски |  |
| Кофейный напиток с молоком | Чай с сахаром | Кофейный напиток на молоке | Йогурт | Молоко кипяченое | Йогурт | Кофейный напиток на молоке | Ряженка | Чай с сахаром | Йогурт |
| Хлеб пшеничный |  | Хлеб пшеничный |  | Фрукты св. апельсин |  | Хлеб пшеничный Булочка домашняя |  | Хлеб пшеничный | Фрукты св. яблоко |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **А Н А Л И З** | | | | | | | | | | |  |  |  |
| **рекомендуемых наборов продуктов для организации питания детей (нетто)** | | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  | в дошкольных образовательных организациях с 3 - 7 лет. | | | | | | | | | | |  |  |  |
| **наименование продуктов** | **среднесут.наборы пищ.прод (нетто)** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **всего за 10 дней** | **факт на 1 чел.** | **% выполнения норм** |
|
| молоко и кисломол.прод. | **450** | 147 | 436 | 290 | 305 | 552 | 282 | 286 | 560 | 216 | 275 | 3349 | 334,9 | **74,42** |
| творог | **40** | 0 | 90 | 0 | 81 | 0 | 72 | 0 | 89 | 0 | 0 | 332 | 33,2 | **83,00** |
| сметана | **11** | 5 | 8 | 0 | 33 | 0 | 5 | 14 | 3 | 5 | 20 | 93 | 9,3 | **84,55** |
| сыр | **6** | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13 | 0 | 13 | 11 | 50 | 5 | **83,33** |
| мясо (бескостное) | **55** | 97 | 0 | 0 | 72 | 95 | 58 | 0 | 58 | 0 | 64 | 444 | 44,4 | **80,73** |
| птица 1 кат.пот. | **24** | 0 | 0 | 158 | 0 | 0 | 0 | 27 | 0 | 0 | 0 | 185 | 18,5 | **77,08** |
| субпродукты | **25** | 103 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 80 | 0 | 204 | 20,4 | **81,60** |
| рыба (филе) , в т.ч. слабо соленая | **37** | 0 | 64 | 98 | 0 | 0 | 0 | 61 | 0 | 64 | 0 | 287 | 28,7 | **77,57** |
| яйцо куриное столовое | **40** | 71,4 | 8 | 20 | 7 | 4,6 | 70 | 3,6 | 22,5 | 8 | 49,3 | 264,4 | 26,44 | **66,10** |
| картофель (25%) | **140** | 100 | 60 | 114 | 159 | 190 | 118 | 154 | 20 | 191 | 24 | 1130 | 113 | **80,71** |
| овощи , зелень | **220** | 266 | 311 | 216 | 97 | 120 | 305,4 | 236 | 148 | 154 | 149 | 2002,4 | 200,24 | **91,02** |
| фрукты(плоды ) свежие | **100** | 36 | 0 | 0 | 133 | 150 | 36 | 157 | 0 | 160 | 133 | 805 | 80,5 | **80,50** |
| фрукты (плоды) сухие | **11** | 0 | 0 | 22 | 0 | 22 | 0 | 22 | 0 | 0 | 22 | 88 | 8,8 | **80,00** |
| соки фруктовые (овощные) | **100** | 150 | 54 | 150 | 54 | 0 | 150 | 0 | 180 | 0 | 150 | 888 | 88,8 | **88,80** |
| напиток витаминизированный | **50** | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 500 | 50 | **100,00** |
| хлеб ржаной | **50** | 35 | 35 | 35 | 35 | 35 | 40 | 40 | 40 | 35 | 40 | 370 | 37 | **74,00** |
| хлеб пшеничный | **80** | 65 | 65 | 60 | 80 | 40 | 51 | 75 | 40 | 86 | 60 | 622 | 62,2 | **77,75** |
| крупы , бобовые | **43** | 0 | 20 | 42 | 55 | 42 | 0 | 50 | 59 | 44 | 46 | 358 | 35,8 | **83,26** |
| макаронные изделия | **12** | 30 | 0 | 16 | 8 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0 | 29 | 98 | 9,8 | **81,67** |
| мука пшеничная | **29** | 0 | 14 | 0 | 3 | 57,5 | 10,5 | 66 | 7,8 | 2 | 60 | 220,8 | 22,08 | **76,14** |
| масло сливочное | **21** | 13,5 | 19,3 | 10,5 | 20,3 | 17 | 16,8 | 37,2 | 10,8 | 21 | 16,5 | 182,9 | 18,29 | **87,10** |
| масло растительное | **11** | 9 | 4 | 12 | 2 | 19 | 3 | 19 | 11 | 18 | 4 | 101 | 10,1 | **91,82** |
| кондитерские изделия | **20** | 40 | 0 | 45 | 0 | 30 | 0 | 0 | 40 | 0 | 0 | 155 | 15,5 | **77,50** |
| чай , фиточай | **0,6** | 0,4 | 0,4 | 0,9 | 0,4 | 0 | 0,4 | 0,4 | 0,9 | 0,4 | 0 | 4,2 | 0,42 | **70,00** |
| какао-порошок | **0,6** | 0 | 2,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,4 | 4,8 | 0,48 | **80,00** |
| кофейный напиток | **1,2** | 2 | 0 | 1,8 | 0 | 2 | 0 | 1,8 | 0 | 1,8 | 0 | 9,4 | 0,94 | **78,33** |
| сахар | **30** | 35 | 51 | 37 | 39 | 35 | 33 | 46 | 27 | 37 | 34 | 374 | 37,4 | **124,67** |
| дрожжи | **0,5** | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,3 | 0 | 1,3 | 0 | 0 | 0,9 | 3,5 | 0,35 | **70,00** |
| крахмал | **3** | 0 | 9 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 | 0 | 25 | 2,5 | **83,33** |
| соль | **5** | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 49 | 4,9 | **98,00** |
|  | **1615,9** |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | **1319,94** | **2482,97** |
|  | **В среднем % выполнения норм = 81,55%** | | | | | | | | | | |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **А Н А Л И З** | | | | | | | | | | |  |  |  |
| **рекомендуемых наборов продуктов для организации питания детей (брутто)** | | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  | в дошкольных образовательных организациях с 3 - 7 лет. | | | | | | | | | | |  |  |  |
| **наименование продуктов** | **среднесут набо ры пищ. прод (брутто)** |  | | | | | | | | | | **всего за 10 дней** | **факт на 1 чел.** | % выполнения норм |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| молоко и кисломол.прод. | **450** | 148 | 440 | 291 | 310 | 565 | 287 | 287 | 573 | 216 | 275 | 3392 | 339,2 | **75,38** |
| творог | **40** | 0 | 91 | 0 | 82 | 0 | 73 | 0 | 90 | 0 | 0 | 336 | 33,6 | **84,00** |
| сметана | **11** | 5 | 8 | 0 | 33 | 0 | 5 | 14 | 3 | 5 | 20 | 93 | 9,3 | **84,55** |
| сыр | **6** | 0 | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13 | 0 | 13 | 11 | 50 | 5 | **83,33** |
| мясо (бескостное) | **60,5** | 102 | 0 | 0 | 76 | 100 | 61 | 0 | 61 | 0 | 67 | 467 | 46,7 | **77,19** |
| птица 1 кат.пот. | **27** | 0 | 0 | 178 | 0 | 0 | 0 | 39 | 0 | 0 | 0 | 217 | 21,7 | **80,37** |
| субпродукты | **30** | 124 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 96 | 0 | 243 | 24,3 | **81,00** |
| рыба (филе), в т.ч. слабо соленое | **39** | 0 | 102 | 134 | 0 | 0 | 0 | 83 | 0 | 87 | 0 | 406 | 40,6 | **104,10** |
| яйцо куриное столовое | **1** | 1,805 | 0,203 | 0,5 | 0,18 | 0,116 | 1,77 | 0,09 | 0,563 | 0,2 | 1,033 | 6,46 | 0,646 | **64,60** |
| картофель (25%) | **187** | 134 | 80 | 153 | 212 | 254 | 158 | 206 | 27 | 255 | 32 | 1511 | 151,1 | **80,80** |
| овощи , зелень | **275** | 305 | 370 | 269 | 105 | 146 | 359 | 290 | 183 | 212 | 171 | 2410 | 241 | **87,64** |
| фрукты(плоды ) свежие | **114** | 41 | 0 | 0 | 149 | 195 | 41 | 202 | 0 | 180 | 149 | 957 | 95,7 | **83,95** |
| фрукты (плоды) сухие | **11** | 0 | 0 | 22 | 0 | 22 | 0 | 22 | 0 | 0 | 22 | 88 | 8,8 | **80,00** |
| соки фруктовые (овощные) | **100** | 150 | 54 | 150 | 54 | 0 | 150 | 0 | 180 | 0 | 150 | 888 | 88,8 | **88,80** |
| Напиток витаминизированный | **50** | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 500 | 50 | **100,00** |
| хлеб ржаной | **50** | 35 | 35 | 35 | 35 | 35 | 40 | 40 | 40 | 35 | 40 | 370 | 37 | **74,00** |
| хлеб пшеничный | **80** | 65 | 65 | 60 | 80 | 40 | 51 | 75 | 40 | 86 | 60 | 622 | 62,2 | **77,75** |
| крупы , бобовые | **43** | 0 | 20 | 42 | 55 | 42 | 0 | 50 | 59 | 44 | 46 | 358 | 35,8 | **83,26** |
| макаронные изделия | **12** | 30 | 0 | 16 | 8 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0 | 29 | 98 | 9,8 | **81,67** |
| мука пшеничная | **29** | 0 | 14 | 0 | 3 | 57,5 | 10,5 | 66 | 7,8 | 2 | 60 | 220,8 | 22,08 | **76,14** |
| масло сливочное | **21** | 13,5 | 19,3 | 10,5 | 20,3 | 17 | 16,8 | 37,2 | 10,8 | 21 | 16,5 | 182,9 | 18,29 | **87,10** |
| масло растительное | **11** | 9 | 4 | 12 | 2 | 19 | 3 | 19 | 11 | 18 | 4 | 101 | 10,1 | **91,82** |
| кондитерские изделия | **20** | 40 | 0 | 45 | 0 | 30 | 0 | 0 | 40 | 0 | 0 | 155 | 15,5 | **77,50** |
| чай , фиточай | **0,6** | 0,4 | 0,4 | 0,9 | 0,4 | 0 | 0,4 | 0,4 | 0,9 | 0,4 | 0 | 4,2 | 0,42 | **70,00** |
| какао-порошок | **0,6** | 0 | 2,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,4 | 4,8 | 0,48 | **80,00** |
| кофейный напиток | **1,2** | 2 | 0 | 1,8 | 0 | 2 | 0 | 1,8 | 0 | 1,8 | 0 | 9,4 | 0,94 | **78,33** |
| сахар | **30** | 35 | 51 | 37 | 35 | 40 | 33 | 46 | 27 | 37 | 34 | 375 | 37,5 | **125,00** |
| дрожжи | **0,5** | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,3 | 0 | 1,3 | 0 | 0 | 0,9 | 3,5 | 0,35 | **70,00** |
| крахмал | **3** | 0 | 9 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 | 0 | 25 | 2,5 | **83,33** |
| соль | **5** | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 4,9 | 49 | 4,9 | **98,00** |
|  | **1708,4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1414,3** | **2509,60** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **В среднем % выполнения норм = 82,74%** | | | | | | | | | | |  |  |  |