

ЦИКЛИЧНОЕ Цикличное МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В
СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углероды, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	Ф, мг				
Завтрак																						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8.31	12.44	27.65	257.03	0.81	0.13	0.21	0.06	0.10	202.97	209.53	51.10	1.09	354.06	18.05	0.00	0.01	189	2008		
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.75	3.69	11.73	96.51	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	111.19	95.58	27.49	0.87	206.90	9.00	0.00	0.00	433	2008		
БАТОН	50	3.75	1.45	25.70	131.00	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	450	15.81	17.58	65.08	484.54	1.33	0.22	0.34	0.08	0.10	323.66	337.61	85.09	2.46	606.96	27.05	0.00	0.01				
II Завтрак																						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0.63	0.13	12.38	53.75	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00	442	2008		
Итого за прием пищи:	125	0.63	0.13	12.38	53.75	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00				
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ГОРОШЕК ЗЕЛ.КОНС.) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	3.56	6.57	10.80	116.80	5.45	0.07	0.06	0.25	0.00	45.30	67.15	24.14	1.15	378.04	4.10	0.00	0.03	81	2012		
СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	20.03	21.20	4.42	288.89	0.87	0.06	0.22	0.06	0.39	91.62	215.21	26.69	2.38	437.75	16.22	0.00	0.05	298	2008		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	3.39	4.08	21.66	136.98	0.00	0.04	0.01	0.02	0.07	8.07	25.44	5.04	0.58	39.72	0.47	0.01	0.01	205	2012		
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0.89	2.46	4.54	44.56	1.99	0.02	0.02	0.27	0.05	12.37	17.99	9.52	0.38	110.61	1.61	0.00	0.01	349	2012		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	6.78	27.09	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.63	0.00	1.89	0.00	0.84	0.00	0.00	0.00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3.64	0.48	23.31	112.18	0.00	0.10	0.04	0.00	0.00	9.90	47.85	10.45	2.20	74.80	3.08	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	775	31.51	34.79	71.50	726.50	8.31	0.29	0.35	0.60	0.51	175.89	373.64	77.73	6.69	1 041.76	25.48	0.01	0.10				
Полдник																						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	22.85	15.71	24.00	332.65	0.47	0.06	0.29	0.09	0.27	207.10	251.13	28.84	0.73	228.35	6.36	0.03	0.03	237	2012		
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1.94	4.02	9.57	82.55	0.26	0.02	0.06	0.02	0.05	53.20	40.33	6.55	0.09	79.75	4.58	0.00	0.00	351	2012		
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0.39	0.00	4.01	17.58	0.08	0.00	0.02	0.00	0.00	17.72	14.83	9.86	1.48	50.35	0.00	0.00	0.00	391	2012		
ПЕЧЕНЬЕ	30	2.25	2.94	22.32	125.10	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	8.70	27.00	6.00	0.63	33.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	430	27.43	22.67	59.90	557.88	0.81	0.10	0.39	0.11	0.32	286.72	333.29	51.25	2.93	391.45	10.94	0.03	0.03				
Всего за день:		75.38	75.17	208.86	1 822.67	12.95	0.62	1.08	0.79	0.93	795.02	1 053.29	219.07	13.83	2 040.17	63.47	0.04	0.14				



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША МАННАЯ ПОЛУЖИДКАЯ	200	6,09	8,60	25,88	205,55	0,69	0,06	0,15	0,04	0,08	140,75	114,53	18,69	0,32	225,69	12,00	0,00	0,00	416	2012		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	3,10	14,89	100,84	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	109,78	82,48	16,74	0,29	161,58	9,00	0,00	0,00	395	2012		
БАТОН	50/5	3,61	1,39	24,72	126,02	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	9,14	31,27	6,25	0,48	44,25	0,00	0,00	0,00		2012		
Итого за прием пищи:	455	12,84	13,09	65,49	432,41	1,21	0,14	0,27	0,06	0,08	259,67	228,28	41,68	1,09	431,52	21,00	0,00	0,00				
II Завтрак																						
СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	200	9,07	6,67	14,67	162,67	1,87	0,64	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	251	2012		
Итого за прием пищи:	200	9,07	6,67	14,67	162,67	1,87	0,64	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250/10/10	4,33	8,71	13,89	152,26	9,08	0,05	0,08	0,29	0,00	74,64	74,90	30,53	1,63	428,68	8,28	0,00	0,04	57	2012		
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	10,83	7,63	11,99	160,13	0,11	0,08	0,08	0,01	0,11	28,12	155,87	35,83	1,19	268,51	80,21	0,01	0,34	239	2008		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4,17	6,43	24,05	171,43	11,20	0,14	0,14	0,04	0,08	67,19	110,43	34,23	1,28	853,93	11,62	0,00	0,04	335	2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,65	0,00	1,89	0,00	87,00	0,00	0,00	0,00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	770	23,30	23,30	83,10	637,16	20,39	0,38	0,35	0,34	0,19	189,40	393,40	113,88	6,50	1 633,59	103,47	0,01	0,42				
Полдник																						
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	21,86	10,17	7,19	230,92	14,60	0,24	1,72	6,67	0,25	69,37	328,58	23,98	6,31	406,00	13,71	0,04	0,20	к/к	к/к		
РИС ОТВАРНОЙ	120	2,94	4,74	30,79	177,56	0,00	0,03	0,02	0,02	0,08	3,64	58,65	19,28	0,39	43,65	0,60	0,01	0,02	315	2012		
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	60	0,84	2,24	3,56	37,86	0,02	0,01	0,01	0,02	0,00	13,52	10,68	2,01	0,06	21,96	1,42	0,00	0,00	354	2012		
ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,12	0,00	7,80	31,63	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	8,12	4,45	3,56	0,44	15,51	0,00	0,00	0,00	430	2008		
БАТОН	60	4,50	1,74	30,84	157,20	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	11,40	39,00	7,80	0,60	55,20	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	528	30,26	18,89	80,18	635,17	14,64	0,35	1,78	6,71	0,33	106,05	441,36	56,63	7,80	542,34	15,73	0,05	0,22				
Всего за день:		75,47	61,95	243,44	1 867,41	38,11	1,51	2,93	7,11	0,60	555,12	1 063,04	212,19	15,39	2 607,45	140,20	0,06	0,64				

3 день

0,14	0,00	0,06
0,32	0,03	0,21

“Детский сад № 111”

г. Ярославль

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	6.44	7.78	26.76	203.83	0.67	0.11	0.15	0.04	0.06	140.55	145.90	33.66	0.78	241.97	12.74	0.00	0.01	262	1994		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.14	3.10	14.89	100.84	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	109.78	82.48	16.74	0.29	161.58	9.00	0.00	0.00	395	2012		
БАТОН	50	3.47	1.34	23.75	121.04	0.00	0.05	0.01	0.00	0.00	8.78	30.03	6.01	0.46	42.50	0.00	0.00	0.00		2012		
Итого за прием пищи:	450	13.05	12.22	65.40	425.71	1.19	0.19	0.27	0.06	0.06	259.11	258.41	56.41	1.53	446.05	21.74	0.00	0.01				
II Завтрак																						
КЕФИР	200	5.63	4.85	7.76	102.82	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03	401	2012		
Итого за прием пищи:	200	5.63	4.85	7.76	102.82	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03				
Обед																						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9.13	6.47	16.15	159.75	7.32	0.08	0.09	0.34	0.00	50.52	69.08	27.19	1.13	467.77	4.54	0.00	0.04	87	2012		
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	11.26	11.77	9.50	188.94	0.64	0.04	0.08	0.01	0.11	13.89	102.37	13.48	1.48	216.35	5.22	0.00	0.03	286	2012		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.15	6.80	21.36	159.67	10.38	0.12	0.10	0.04	0.11	35.21	84.21	29.07	1.18	762.36	8.44	0.00	0.03	321	2012		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	7.74	30.96	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.37	0.00	1.83	0.00	0.85	0.00	0.00	0.00	376	2012		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3.97	0.53	25.43	122.38	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	740	27.51	25.57	80.18	661.70	18.34	0.35	0.32	0.39	0.22	118.79	307.86	82.97	6.19	1 528.93	21.56	0.00	0.10				
Полдник																						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	180	17.50	14.47	39.70	361.90	0.38	0.09	0.21	0.08	0.27	146.84	193.22	25.42	1.30	209.99	6.47	0.03	0.03	212	2012		
СОУС ФРУКТОВЫЙ	50	0.12	0.02	14.14	55.10	3.20	0.00	0.00	0.00	0.00	4.77	2.88	2.70	0.09	28.06	0.00	0.00	0.00	359	2012		
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	185/3	0.12	0.00	3.15	13.05	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.19	4.45	3.59	0.44	15.38	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ПЕЧЕНЬЕ	35	2.63	3.43	26.04	145.95	0.00	0.03	0.02	0.00	0.00	10.15	31.50	7.00	0.74	38.50	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	453	20.37	17.92	83.03	576.00	3.60	0.12	0.24	0.08	0.27	169.95	232.05	38.71	2.57	291.93	6.47	0.03	0.03				
Всего за день:		66.56	60.56	236.37	1 766.23	23.69	0.71	1.07	0.56	0.55	751.85	950.32	200.49	10.45	2 558.91	67.77	0.03	0.17				

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША РИСОВАЯ ПОЛУЖИДКАЯ	200	5,67	6,81	30,05	205,21	0,69	0,05	0,15	0,03	0,05	142,02	134,37	28,39	0,36	223,56	12,39	0,00	0,01	415	2012		
ЧАЙ	180	0,12	0,00	7,99	32,41	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	5,25	4,45	2,92	0,44	15,30	0,00	0,00	0,00	394	2012		
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00	2008			
Итого за прием пищи:	430	9,54	8,26	63,74	368,62	0,71	0,11	0,18	0,03	0,05	156,77	171,32	37,81	1,30	284,86	12,39	0,00	0,01				
II Завтрак																						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200	0,15	0,02	30,03	118,33	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	15,15	8,31	4,81	0,11	35,46	0,00	0,00	0,00	383	2012		
Итого за прием пищи:	200	0,15	0,02	30,03	118,33	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	15,15	8,31	4,81	0,11	35,46	0,00	0,00	0,00				
Обед																						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	250	4,94	7,22	18,56	159,26	0,68	0,05	0,03	0,21	0,00	39,49	48,26	13,07	0,91	91,54	1,86	0,01	0,02	105	2008		
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	20,91	26,28	5,25	340,79	1,13	0,07	0,14	0,07	0,11	21,37	164,79	18,88	1,81	247,32	8,16	0,02	0,12	313	2008		
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,98	6,96	15,64	143,87	33,37	0,06	0,08	0,34	0,03	86,83	69,26	35,78	2,00	451,40	7,12	0,00	0,03	336	2012		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,60	0,10	31,70	131,00	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	21,00	23,00	16,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	2008			
Итого за прием пищи:	740	34,40	41,09	96,58	897,30	35,18	0,31	0,30	0,63	0,14	179,49	357,51	95,13	7,82	871,86	20,50	0,03	0,17				
Полдник																						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,95	18,94	3,06	242,78	0,26	0,06	0,39	0,24	2,48	102,74	205,30	16,14	2,24	227,32	26,46	0,03	0,05	214	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	8,57	34,73	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	8,74	4,45	3,69	0,44	15,58	0,00	0,00	0,00	430	2008		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	4,81	4,34	13,72	114,00	0,08	0,03	0,04	0,04	0,00	111,55	77,86	7,71	0,39	35,21	0,00	0,00	0,00	3	2012		
Итого за прием пищи:	410	19,88	23,28	25,35	391,51	0,36	0,09	0,44	0,28	2,48	223,03	287,61	27,54	3,07	278,11	26,46	0,03	0,05				
Всего за день:		63,97	72,65	215,70	1 775,76	40,09	0,51	0,92	0,94	2,67	574,44	824,75	165,29	12,30	1 470,29	59,35	0,06	0,23				

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША "ГЕРКУЛЕСОВАЯ"	205	4.30	6.93	20.03	160.02	0.24	0.10	0.07	0.03	0.08	64.04	107.68	35.26	0.94	150.86	5.64	0.00	0.01	413	2012		
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.75	3.69	12.70	100.38	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	111.21	95.58	27.49	0.87	206.93	9.00	0.00	0.00	433	2008		
БАТОН	60	4.50	1.74	30.84	157.20	0.00	0.07	0.02	0.00	0.00	11.40	39.00	7.80	0.60	55.20	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	465	12.55	12.36	63.57	417.60	0.76	0.20	0.20	0.05	0.08	186.65	242.26	70.55	2.41	412.99	14.64	0.00	0.01				
II Завтрак																						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0.63	0.13	12.38	53.75	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00	442	2008		
Итого за прием пищи:	125	0.63	0.13	12.38	53.75	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00				
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ) С ГОВЯДИНОЙ	250/10	7.34	5.93	18.74	158.03	4.60	0.18	0.08	0.22	0.08	52.95	94.62	35.06	2.22	498.78	4.97	0.00	0.03	99	2008		
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	120	17.21	16.38	32.40	345.65	0.39	0.06	0.11	0.01	0.15	15.19	185.40	34.72	2.21	310.03	7.54	0.01	0.06	285	2008		
СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	80	3.12	7.71	12.22	131.30	0.42	0.03	0.09	0.04	0.10	85.23	64.76	10.47	0.15	127.74	7.32	0.00	0.00	350	2012		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	7.74	30.96	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.65	0.00	1.89	0.00	0.87	0.00	0.00	0.00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3.97	0.53	25.43	122.38	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	720	31.64	30.55	96.53	788.32	5.41	0.38	0.33	0.27	0.33	172.82	396.98	93.54	6.98	1019.02	23.19	0.01	0.09				
Полдник																						
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	9.09	8.56	4.43	131.47	1.11	0.04	0.07	0.24	0.00	20.86	86.86	15.57	1.26	225.36	5.31	0.00	0.03	278	2012		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5.60	4.80	31.90	194.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	4.00	36.00	7.00	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	299	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	185	0.12	0.00	7.99	32.41	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.28	4.45	3.59	0.44	15.53	0.00	0.00	0.00	430	2008		
БАТОН	57	4.28	1.65	29.30	149.34	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	10.83	37.05	7.41	0.57	52.44	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	497	19.09	15.01	73.62	507.22	1.13	0.16	0.10	0.24	0.00	43.97	164.36	33.57	3.07	293.33	5.31	0.00	0.03				
Всего за день:		63,91	58,05	246,10	1766,89	9,80	0,75	0,63	0,56	0,41	412,19	812,35	202,66	14,21	1725,34	43,14	0,01	0,13				

7 день

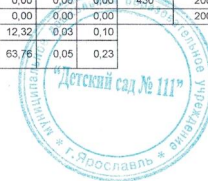
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,66	7,60	21,76	178,66	0,48	0,10	0,14	0,04	0,07	102,29	134,01	55,51	1,64	230,72	9,18	0,00	0,01	184	2008		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,79	13,41	90,79	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	98,83	74,33	15,10	0,26	145,55	8,10	0,00	0,00	395	2012		
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	420	11,49	11,55	55,73	374,25	0,95	0,17	0,25	0,05	0,07	208,72	234,34	75,81	2,30	413,07	17,28	0,00	0,01				
II Завтрак																						
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	200	9,07	6,67	14,67	162,67	1,87	0,64	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	251	2012		
Итого за прием пищи:	200	9,07	6,67	14,67	162,67	1,87	0,64	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Обед																						
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (СВЕКОЛЬНИК) СО СМЕТАНОЙ	250	4,53	8,95	17,32	166,84	8,18	0,08	0,09	0,30	0,00	64,33	83,30	32,92	1,63	550,02	8,70	0,00	0,04	58	2012		
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	13,15	14,01	10,32	219,76	0,07	0,05	0,09	0,03	0,19	16,06	130,16	20,01	2,07	240,21	5,25	0,00	0,03	282	2012		
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	150	2,18	8,14	12,48	133,03	11,10	0,07	0,07	0,52	0,08	33,05	55,46	26,23	1,14	441,64	5,31	0,00	0,03	351	2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,65	0,00	1,89	0,00	0,87	0,00	0,00	0,00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	740	23,83	31,63	73,29	674,97	19,35	0,31	0,30	0,85	0,27	132,89	321,12	92,45	7,24	1 314,34	22,62	0,00	0,10				
Полдник																						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	22,69	15,57	26,21	339,65	0,47	0,06	0,29	0,09	0,25	206,55	249,21	28,72	0,70	226,67	6,11	0,03	0,03	237	2012		
ЧАЙ СЛАДКИЙ	180	0,12	0,00	7,99	32,41	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,69	4,45	4,13	0,44	15,70	0,00	0,00	0,00	391	2012		
ПЕЧЕНЬЕ	23	1,73	2,25	17,11	95,91	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	6,67	20,70	4,60	0,48	25,30	0,00	0,00	0,00		2008		
ДЖЕМ ФРУКТОВЫЙ	35	0,20	0,03	24,75	96,42	5,60	0,00	0,00	0,00	0,00	6,93	5,04	4,41	0,16	49,00	0,00	0,00	0,00	15	2012		
Итого за прием пищи:	388	24,74	17,85	76,06	564,39	6,09	0,08	0,31	0,09	0,25	230,84	279,40	41,86	1,78	316,67	6,11	0,03	0,03				
Всего за день:		69,13	67,70	219,75	1 776,28	28,26	1,20	1,39	0,99	0,59	572,45	834,86	210,12	11,32	2 044,08	46,01	0,03	0,14				

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ПШЕННАЯ	205	5,60	7,76	24,40	190,59	0,52	0,10	0,12	0,04	0,08	114,49	124,66	31,00	0,76	199,50	10,11	0,00	0,01	417	2012		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	6,52	9,57	122,22	1,09	0,05	0,22	0,03	0,00	214,20	151,20	23,52	0,17	306,60	18,90	0,00	0,00	434	2008		
БАТОН	55	3,38	1,31	23,13	117,90	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00		2012		
Итого за прием пищи:	460	14,89	15,59	57,10	430,71	1,61	0,20	0,35	0,07	0,08	337,24	305,11	60,37	1,38	547,50	29,01	0,00	0,01				
II Завтрак																						
НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,01	0,01	8,04	32,27	0,29	0,00	0,00	0,00	0,00	8,24	0,00	1,80	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00				
Итого за прием пищи:	200	0,01	0,01	8,04	32,27	0,29	0,00	0,00	0,00	0,00	8,24	0,00	1,80	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00				
Обед																						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10/10	3,85	8,58	16,27	158,34	6,64	0,08	0,07	0,21	0,00	49,72	81,49	27,27	1,24	499,00	5,30	0,00	0,04	76	2012		
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	21,82	13,75	11,05	255,72	0,39	0,12	0,34	0,16	1,59	111,68	300,48	47,40	2,10	468,67	118,74	0,03	0,45	264	2012		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,76	6,02	21,29	155,01	9,86	0,12	0,13	0,03	0,08	62,31	99,40	30,44	1,13	755,35	10,50	0,00	0,03	335	2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,67	0,00	1,89	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	62,20	11,40	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	760	33,40	28,88	82,75	726,28	16,89	0,43	0,59	0,40	1,67	243,18	533,57	118,40	6,87	1 805,52	137,90	0,03	0,52				
Полдник																						
ПОДЛИВА ИЗ ВАРеной КУРЫ	50/50	12,15	17,83	5,50	231,28	1,84	0,05	0,08	0,21	0,03	16,31	98,98	15,71	1,11	202,65	4,95	0,01	0,07	179	204		
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,66	4,52	38,51	209,41	0,00	0,03	0,02	0,02	0,08	4,37	73,12	24,12	0,49	54,35	0,75	0,01	0,02	315	2012		
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,12	0,00	8,96	36,28	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	8,30	4,45	3,59	0,44	15,56	0,00	0,00	0,00	430	2008		
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	500	19,68	23,80	78,67	607,97	1,86	0,14	0,13	0,23	0,11	38,48	209,05	49,92	2,54	318,56	5,70	0,02	0,09				
Всего за день:		67,98	68,28	226,56	1 797,23	20,65	0,77	1,07	0,70	1,86	627,14	1 047,73	230,49	10,79	2 672,36	172,61	0,05	0,62				

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Угловоды, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ЯЧНЕВАЯ	200	5.24	8.22	23.11	188.10	0.52	0.08	0.13	0.04	0.09	124.95	149.32	23.33	0.54	198.06	9.00	0.01	0.02	418	2012		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.11	3.10	12.90	92.74	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	109.01	81.53	16.22	0.27	160.12	9.00	0.00	0.00	395	2012		
БАТОН	40	2.25	0.87	15.42	78.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	5.70	19.50	3.90	0.30	27.60	0.00	0.00	0.00		2012		
Итого за прием пищи:	420	10.60	12.19	51.43	359.44	1.04	0.14	0.25	0.06	0.09	239.66	260.35	43.45	1.11	385.78	18.00	0.01	0.02				
II Завтрак																						
КЕФИР	200	5.63	4.85	7.76	102.82	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03	437	2008		
Итого за прием пищи:	200	5.63	4.85	7.76	102.82	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03				
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250/5	4.98	4.82	18.86	138.96	6.60	0.11	0.08	0.20	0.00	40.44	96.56	42.76	1.86	539.31	5.69	0.00	0.04	80	2012		
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	10.45	10.89	6.09	164.05	0.34	0.03	0.07	0.01	0.11	10.86	92.92	11.64	1.34	193.09	4.82	0.00	0.03	288	2008		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4.83	4.57	30.81	183.82	0.00	0.06	0.02	0.02	0.08	11.12	36.00	7.13	0.82	56.32	0.68	0.01	0.01	204	2012		
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0.65	1.84	3.25	32.70	1.52	0.01	0.02	0.09	0.03	5.88	9.01	5.40	0.22	78.32	0.89	0.00	0.00	349	2012		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	6.78	27.09	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.63	0.00	1.89	0.00	0.84	0.00	0.00	0.00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3.97	0.53	25.43	122.38	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	745	24.88	22.65	91.22	669.00	8.46	0.32	0.24	0.32	0.22	87.73	286.69	80.22	6.64	949.48	15.44	0.01	0.08				
Полдник																						
МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/35	24.13	21.79	42.85	489.51	2.67	0.11	0.44	2.34	0.43	316.64	340.58	71.79	1.72	520.56	12.32	0.03	0.10	258	2008		
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	185	0.12	0.00	4.12	16.92	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.21	4.45	3.59	0.44	15.41	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ПЕЧЕНЬЕ	45	3.38	4.41	33.48	187.65	0.00	0.04	0.02	0.01	0.00	13.05	40.50	9.00	0.95	49.50	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	425	27.63	26.20	80.45	674.08	2.69	0.15	0.47	2.35	0.43	337.90	385.53	84.38	3.11	585.47	12.32	0.03	0.10				
Всего за день:		68.74	65.89	230.86	1 805.34	12.75	0.66	1.20	2.76	0.74	869.29	1 074.57	230.45	11.02	2 212.73	63.76	0.05	0.23				



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША "ДРУЖБА"	200	6.15	11.78	33.40	265.01	0.52	0.10	0.12	0.06	0.15	110.02	136.42	33.33	0.77	205.31	10.11	0.00	0.01	190	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.00	0.00	9.00	35.99	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.33	0.00	0.48	0.00	0.44	0.00	0.00	0.00	394	2012		
БАТОН	65	4.88	1.89	33.41	170.30	0.00	0.07	0.02	0.00	0.00	12.35	42.25	8.45	0.65	59.80	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	465	11.03	13.67	75.81	471.30	0.52	0.17	0.14	0.06	0.15	124.70	178.67	42.26	1.42	265.55	10.11	0.00	0.01				
II Завтрак																						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200	0.15	0.02	30.03	118.33	3.84	0.00	0.00	0.00	0.00	15.15	8.31	4.81	0.11	35.46	0.00	0.00	0.00	383	2012		
Итого за прием пищи:	200	0.15	0.02	30.03	118.33	3.84	0.00	0.00	0.00	0.00	15.15	8.31	4.81	0.11	35.46	0.00	0.00	0.00				
Обед																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	250/10	5.47	11.00	9.51	160.13	12.51	0.06	0.08	0.28	0.00	70.19	75.68	26.26	1.30	383.18	6.17	0.00	0.04	67	2012		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	150/30	10.66	19.22	21.36	301.90	11.07	0.15	0.14	0.40	0.15	27.79	134.36	39.29	1.83	854.45	9.05	0.00	0.09	258	2008		
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0.20	0.03	0.63	3.50	2.50	0.01	0.01	0.00	0.00	5.75	10.50	3.50	0.25	35.25	0.75	0.00	0.00		2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	8.71	34.83	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.67	0.00	1.69	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	402	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4.63	0.62	29.67	142.77	0.00	0.13	0.06	0.00	0.00	12.60	60.90	13.30	2.80	95.20	3.92	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	735	20.96	30.87	69.88	643.13	26.08	0.35	0.29	0.68	0.15	125.00	281.44	84.24	6.18	1 368.98	19.89	0.00	0.13				
Полдник																						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4.12	7.26	13.97	138.47	0.52	0.04	0.11	0.04	0.08	107.14	82.16	13.50	0.30	161.74	9.18	0.00	0.00	112	2008		
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	8.99	18.24	52.85	411.63	0.26	0.10	0.10	0.05	0.22	64.98	98.88	15.90	0.76	166.49	6.52	0.02	0.02	469	2012		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/9	0.12	0.00	9.63	38.98	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.74	4.45	3.68	0.44	15.61	0.00	0.00	0.00	420	2008		
Итого за прием пищи:	419	13.23	25.50	76.45	589.08	0.80	0.14	0.22	0.09	0.30	180.84	165.49	33.08	1.50	343.84	15.70	0.02	0.02				
Всего за день:		45.37	70.06	252.17	1 821.85	31.24	0.66	0.65	0.83	0.60	445.69	653.91	164.39	9.21	2 013.83	45.70	0.02	0.16				

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг	
Итого за весь период	659,96	670,08	2 311,84	18 013,11	253,36	8,29	11,87	16,01	9,63	6 137,94	9 283,67	2 138,07	123,78	22 117,84	762,33	0,38	2,67	
Среднее значение за период	66,00	67,01	231,18	1 801,31	25,34	0,83	1,19	1,60	0,96	613,79	928,37	213,81	12,38	2 211,78	76,23	0,04	0,27	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14,7	33,5	51,8															

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Сад 12 часов	447	185	752	448





МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	КАША МАННАЯ ПОЛУЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША РИСОВАЯ ПОЛУЖИДКАЯ 200	КАША "ТЕРКУЛЕСОВАЯ" 205	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ 205	КАША ЯЧНЕВАЯ 200	КАША "ДРУЖБА" 200
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 200
БАТОН 50	БАТОН 50/5	БАТОН 55	БАТОН 50	БАТОН 50	БАТОН 60	БАТОН 40	БАТОН 55	БАТОН 40	БАТОН 65
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 125	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 200	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ 200	КЕФИР 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 125	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ 200	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ 200	КЕФИР 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ 200
Обед									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС.) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ) С ГОВЯДИНОЙ 250/10	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (СВЕКОЛЬНИК) СО СМЕТАНОЙ 250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 250/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 250/5	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250/10
СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 80	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ 80	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) 80	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ 80	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ) 120	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 80	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР 150/30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 140	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 80	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ) 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 25
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70
ХЛЕБ РЖАНОЙ 55		ХЛЕБ РЖАНОЙ 60						ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ 100	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ 180	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150	ПОДЛИВА ИЗ ВАРеной КУРЫ 50/50	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 160/35	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50	РИС ОТВАРНОЙ 120	ЧАЙ С САХАРОМ 185/9	СОУС ФРУКТОВЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 155	ЧАЙ СЛАДКИЙ 180	РИС ОТВАРНОЙ 150	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 185	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 200	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 60	БАТОН 52	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 185/3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40/20	ЧАЙ С САХАРОМ 185	ПЕЧЕНЬЕ 23	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ПЕЧЕНЬЕ 45	ЧАЙ С САХАРОМ 200/9
ПЕЧЕНЬЕ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180/8		ПЕЧЕНЬЕ 35		БАТОН 57	ДЖЕМ ФРУКТОВЫЙ 35	БАТОН 50		
	БАТОН 60								