<u>ДЕНЬ 1 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые вег	пества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак				J	()		F
<u></u>	200	5,17	2,65	32,49	174	-	185
крупа геркулесовая			•		•		
молоко							
caxap							
масло сливочное							
соль							
Кофейный напиток	200	3,12	2,66	14,17	93	1,3	395
коф. напиток (порошок)		•	•	•			
молоко							
caxap							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	_	1
хлеб пшеничный		,	- , -	,	·		
масло сливочное							
<u>II-й завтрак</u>							
Сок	100	0,5	_	10,1	43	2,0	399
<u>Обед</u>	100	0,5	1	10,1	1.5	2,0	300
<u> </u>	50	0,52	2,5	2,96	35	2,76	-
Суп рисовый с куриным мясом	250	8,28	33,82	67,1	181	10,0	80
	250	0,20	33,62	07,1	101	10,0	- 00
птица	-						
рис	-						
морковь	_						
лук	_						
масло сливочное соль	-						
Гречневая каша рассыпчатая	130	1,53	0,88	6,89	42	_	165
крупа гречневая	130	1,55	0,00	0,07	72	_	700
масло сливочное	_						
Гуляш мясной	80	10,15	8,5	48,35	151	0,4	2//
мясо		10,10	0,5	.0,55	101	٥, .	
морковь							
лук							
масло сливочное							
мука							
томатная паста							
масло растительное							
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,01	27,76	113	0,4	3/6
сухие фрукты							
caxap							
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	-	
<u>Полдник</u>							
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-	
Кондитерка (конфета)	25	1	6,58	14,8	123	-	1
Чай с сахаром	200	0,05	0,01	6,92	37	0,03	435
чай (заварка)	200	-,00	-,01	-,	- /	-,00	
· · · · · ·							
caxap	1	2.00	4.5	0.20	62		242
Яйцо	1 шт.	2,08	4,6	0,28	63	-	213

<u>Итого:</u> <u>39,86</u> <u>69,58</u> <u>271,79</u> <u>1311</u> <u>16,89</u>
--

<u>ДЕНЬ 2 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые веп	цества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
<u>Завтрак</u>							
Запек. творожно-манная	150	26,29	18,08	25,73	372	0,34	235
творог							
манная крупа							
яйцо							
caxap							
ванилин							
масло растительное							
молоко	1						
масло сливочное	1						
Сгущеное молоко	25	1,7	2,08	14	80	_	-
Кофейный напиток	200	3,12	2,66	14,17	93	1,3	395
коф. напиток (порошок)						·	
молоко	1						
caxap							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	-	1
хлеб пшеничный		-,	5,51	,.,	**/		
масло сливочное	1						
<u> II-й завтрак</u>							
Фрукт (банан)	100	1,5	0,5	21	94	10,0	368
Обед		•					
Салат из свежих овощей	60	0,57	3,66	1,83	43	11,45	15
помидор (свежий)							
огурец (свежий)	İ						
масло растительное	1						
Суп картоф. с кур.мясом и сметаной	250	2,34	2,83	16,64	121	12,0	77
птица							
картофель							
сметана							
лук							
морковь							
соль							
масло сливочное							
томат							
Ленивые голубцы	180	9,47	13,1	16,81	240	41,6	298
мясо							
капуста белокачанная							
масло сливочное	1						
масло растительное	1						
	1						
TOMAT	1						
морковь	ł						
лук	ł						
сметана	ł						
рис		1 6 / :		0			070
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,01	27,76	113	0,4	376
сухие фрукты							
caxap							
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	-	
<u>Полдник</u>	157	7767	100	,,,,,,,	71771	0.37	7116
Макаронные из-ия с маслом и сыром макаронные изделия	150	3,03	10,0	22,71	272	0,14	206
макаронные изделия масло сливочное	1						
сыр	<u> </u>						
Чай с сахаром	200	0,05	0,01	6,92	37	0,03	435
чай (заварка)							
caxap							
Кондитерка (пряник)	50	2,95	2,35	37,5	168	-	

<u>Итого:</u>	<u>56,11</u>	62,36	<u>230,55</u>	<u>1818</u>	<u>77,26</u>

<u>ДЕНЬ 3 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые веп	пества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак							, , , ,,
Каша пшённая молочная	200	4,32	5,7	30,86	192	9,94	185
пшено		•	•				
молоко	1						
caxap	1						
масло сливочное	1						
соль	1						
Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,2	119	1,6	397
какао (порошок)							
молоко	1						
caxap							
Бутерброд со слив. маслом и сыром	62	6,9	8,73	20,04	186	0,09	3
хлеб пшеничный		•	•				
масло сливочное	1						
сыр							
II-й завтрак	-						
Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10,0	368
<u>Обед</u>	-	•	•				
Салат из свежих овощей	60	0,57	3,66	1,83	43	11,45	75
помидор (свежий)							
огурец (свежий)							
масло растительное							
Суп гороховый с куриным мясом	250	6,64	6,43	27,93	155	5,81	81
птица							
горох							
картофель							
соль	4						
лук	4						
морковь	-						
масло сливочное	100	2.67	6.0	24.52	165	0.16	321
Картофельное пюре	180	3,67	6,0	24,52	165	0,16	32 1
картофель молоко	1						
масло сливочное	1						
Гуляш из печени	80	7,88	8,27	2,64	151	0,4	277
печень говяжья		•					
морковь	1						
лук	1						
масло сливочное	1						
мука							
томатная паста	1						
масло растительное	1						
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,01	27,76	113	0,4	3/6
сухие фрукты							
caxap							_
Хлеб рэканой	38	2,51	0,46	12,69	66	-	4
<u>Полдник</u>	70	5.00	0.77	27.74	251	10.00	469
Выпечка (булочка по-домашнему)	70	5,09	8,76	37,74	251	12,86	409
мука пшеничная	-						
молоко	-						
яйцо	1						
дрожжи (сухие)	-						
caxap	-						
масло растительное масло сливочное	-						
масло сливочное Кефир (ряженка)	200	5,8	5,0	8,4	101	0,6	401
кефир (ряженка)	200	1 3,3	5,5	о, г	101	0,0	
сахар	1						
т							
	-	_					=

<u>48,42</u> <u>57,04</u> <u>221,41</u>

<u>1589</u>

53,31

Итого:

<u>ДЕНЬ 4 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые веп	цества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак	•	•					
Каша манная молочная	200	4,38	5,1	30	182	-	185
манка (крупа)							
молоко							
caxap							
масло сливочное							
соль							
Кофейный напиток	200	3,12	2,66	14,17	93	1,3	395
коф. напиток (порошок)							
молоко							
caxap							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	-	1
хлеб пшеничный							
масло сливочное							
<u>II-й завтрак</u>							
Сок	100	0,5	-	10,1	43	2,0	399
Обед							
Рассольник с куриным мясом	250	5,87	5,11	16,92	121	7,53	76
птица							
огурей соленый							
картофель							
морковь							
рис							
лук							
сметана							
масло сливочное							
соль							
Рыба с овощами	150	21,6	5,55	12,75	185	13,8	247
рыба							
зелёный горошек							
лук							
морковь							
томатная паста							
масло сливочное							
масло растительное							
Сок	200	1	-	20,2	85	4,0	399
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	-	
<u>Полдник</u>		•					
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-	
Сгущеное молоко	25	1,7	2	14	80	-	
Сырок глазированный	40	6,6	10,24	12,08	151	=	
Чай с сахаром	200	0,05	0,01	6,92	37	0,03	435
чай (заварка)		-	•	-			
caxap							

<u>Итого:</u>]	<u>51,84</u>	<u>38,04</u>	<u>177,11</u>	<u>1233</u>	<u>28,66</u>
---------------	---	--------------	--------------	---------------	-------------	--------------

<u>ДЕНЬ 5 (с 3 - 7 лет)</u>

1 продуктов 6 пюда 6 пюда 6 пюда 7 процентуры 7 проце	Наименование блюд	Выход	Пип	IERLIE REI	нества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
Sammar S						=		
Section Sec		олюда	ОСЛКИ	жиры	углеводы	(RRail)	C	рецентуры
жение в в в в в в в в в в в в в в в в в в в		200	5.0	6.07	22.2	208		185
MANISON MANI	*	200	3,6	0,07	32,3	208		700
амало отпионное масло ститочное масло ститочн								
масло сиплочное моль борейный налишия морь натигих (поротнок) молько мо								
2001 3,12 2,66 14,17 93 1,3 395 кофр. інавиток (порошок) молко рожно рожно	<u> </u>							
Коф, напиток (порошок) молоко важар Бутерброд со став. масстам Вутерброд со став. масстам Масто ма								
молисо молисо молисо бунерифора со сине. Мислам Бунерифора со сине. Мислам 100 0,5 - 10,1 43 2,0 399 100 0,5 - 10,1 43 2,0 399 100 0,5 - 10,1 43 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,			1					205
Macro Children Macr		200	3,12	2,66	14,17	93	1,3	395
Бумерброд со слив. маслам Бумерброд со слив. маслам 11-й патрак Сок 100 0.5 1-0.1 11-й патрак Сок 100 0.5 1-0.1 1-0	`							
100 100								
H-B завтраж H-B завтраж Cok	_	25			12.50	440		4
18 давтрак 100 0.5 - 10.1 43 2.0 399		35	2,14	6,61	12,79	119	-	7
1-16 давтраж 100 0.5 - 10.1 43 2.0 399								
Сож 100 0.5 - 10.1 43 2,0 399 Обед Салат из свежей капусты 60 1.09 3.03 5.18 51 23.58 20 Канурат (свежая) морковь морковь 20 2.00 1.09 3.03 5.18 51 23.58 20 Канурат (свежая) морковь 2.00 8.6 8.41 14.33 167 9,11 87 Картофена морковь 250 8.6 8.41 14.33 167 9,11 87 Картофена морковь 250 8.6 8.41 14.33 167 9,11 87 Картофена морковь 3 180 13.32 15,0 45,11 313 0,9 304 массо отна 180 13.32 15,0 45,11 313 0,9 304 массо отна 180 13.32 15,0 45,11 313 0,9 304 массо отна 180 2,45 </td <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>4</td>								4
Обед натружны вы выпусты (свежая) Катаруета (свежая) 60 1,09 3,03 5,18 51 23,58 20 Катаруста (свежая) морковь 250 8,6 8,41 14,33 167 9,11 87 Каргофель морковь морковь 4,433 167 9,11 87 Каргофель морковь морковь 4,433 167 9,11 87 Комгоры рыбные морковь морковь 4,41 14,33 167 9,11 87 Морковь морковь морковь 4,41 14,33 167 9,11 87 Морковь морковь 4,42 15,0 45,11 313 0,9 304 Морковь масо растительное морковь 4,42 1,43 1,43 3,7 1,3 3,7 3,7 1,43 3,7 1,43 3,7 3,7 3,7 4,5 1,43 3,7 1,43 1,43 1,43 1,43 1,43		- II	1					
Сазати из свежей капусты капуста (поская) морковь капхра (поская) морковь капхра (поская) морковь каргофель морковь морков морков морковь морков		100	0,5	-	10,1	43	2,0	399
капуста (свежая) морковь какар какара какар		CO	1.00	2.02	F 10	£1	22.50	20
масло растительное Суп рыблий (из консервов) 250 8,6 8,41 14,33 167 9,11 87 консерыя рыблые морковь морко	•	60	1,09	3,03	5,18	51	23,58	20
желора диновная малего растительное Суп рыблый (из консерва») 250 8.6 8.41 14.33 167 9.11 87 картофель морковь морков соль Пало и при при при при при при при при при п	, , , ,	\dashv						
масло распительное масло сильонное масло силь		\dashv						
масло растительное Суп рыблый (из коисервое) 250 8.6 8.41 14.33 167 9.11 87 картофель морковь соль консервы рыбные вук пишено масло сливочное соль масло сливочное масло растительное масло растительное масло растительное масло растительное масло растительное компорты из сесм/мор.ягоды захар хагер распыя хагер распыя захар хагер распыя хагер распыя захар хагер распыя хагер распыя захар хагер распыя захар хагер пишеничный заусара		- 						
Суп рыблый (из консераев) картофель морковь консервы рыбные пук пшено масло одивочное воне пук масло одивочное масло одивочное масло распительное Кампот из свеж/марлягой зва 2,51 0,46 12,69 66 - Подник Колбасные изделия Колбасные изделие Колбасн								
картофель морковь осль оконсервы рыбные нук пшено масло сливочное соль Плов с мясом масло сливочное масло сливочное масло растительное масло раст	-	250	8,6	8,41	14,33	167	9, 11	87
морковь морков морковь морковь морковь морковь морковь морковь морковь морков морковь			l					
жонсервы рабные мясло сливочное мясло опивочное мясло опивочное мясло опивочное мясло опивочное мясло распительное мясло распи	* *							
консервы рыбные прук пшено масло сливочное мясо рие прук мясо рие масло сливочное масло сливочное масло растительное масло рас	*							
лук масло сливочное масло растительное масло растит								
лицено масло сливочное золь Илов с мясом масло одиностивочное масло сливочное масло одиностивочное масло одиности одиностивочное масло одиностивочное масло одиностивочное масл								
масло сливочное соль Плов с мясом 180 13,32 15,0 45,11 313 0,9 304 мясо рис пук морковь масло растительное Компоти и свеж/морягоо 200 0,14 - 2,8 128 1,83 375 Виморож ятолы захар Хлеб ржаной 38 2,51 0,46 12,69 66 - Полдник Колбаеные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пиеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 варистрет 180 2,45 16,8 198 - Чай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435								
Плов с мясом 180 13,32 15,0 45,11 313 0,9 304 мясо оне тук морковь масло растительное Компот из свеже/мор.ягод 200 0,14 - 2,8 128 1,83 375 Виморож ягоды вахар Хлеб ряканой 38 2,51 0,46 12,69 66 - Поллинк Колбасные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Винерет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 виегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 виегрет масло растительное веленый горошек Солова (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Чай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435								
180 13,32 15,0 45,11 313 0,9 304 мясо оне оне оне оне оне оне оне оне оне он								
мясо орис олук морковь масло сливочное масло растительное масло расти		180	13.32	15.0	45.11	313	0.9	304
морковь масло сливочное масло растительное Компот из свемс/мор.ягод вахар Хлеб руканой Волдник Колбасные изделия Винегрет 180 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 картофель вевекла морковь отурец соленый тук масло растительное веленый горошек Сдоба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Най с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435			1 '		,		•	
масло сливочное масло растительное Компот из свежс/мор.ягод Вактор распительное Компот из свежс/мор.ягод Вактор распительное Компот из свежс/мор.ягод Вактор распительное Колбасные изделия Банегрет 180 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 Винегрет Морковь Вогурец соленый Пук масло растительное веленый горошек Сооба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Ий с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435	рис							
морковь масло растительное Компот из свежс/мор.ягод Вакар Жлеб рыканой Волдник Колбасные изделия Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 Вакартофель	лук							
масло растительное Компот из свеж/мор.ягодо Вахар Хлеб ржаной 38 2,51 0,46 12,69 66 - Полдник Колбасные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 картофель Векла морковь отурец соленый тук масло растительное веленый горошек Сооба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Най с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435	морковь							
Компот из свеж/мор.ягод 200 0,14 - 2,8 128 1,83 375 свахар 38 2,51 0,46 12,69 66 - Полдник Колбасные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пиеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет картофель свекла морковь 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 морковь отурец соленый пук масло растительное зеленый горошек Соба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Чий с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435	масло сливочное							
СВ/морож ягоды СВА ржаной ЗВ 2,51 0,46 12,69 66 - —————————————————————————————————	масло растительное							
ахаар Хлеб ржаной 38 2,51 0,46 12,69 66 - 10 лдник Колбасные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 картофель свекла морковь отурец соленый пук масло растительное веленый горошек СОоба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - 435 445 445 445 445 445 445 44	Компот из свеж/мор.ягод	200	0,14	-	2,8	128	1,83	375
Хлеб ржаной 38 2,51 0,46 12,69 66 - Полдник Колбасные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 картофель 28екла 45 морковь 29 20 16,8 198 - СОбба (тотовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Чай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435	св/морож ягоды							
Полдник 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 Картофель Свекла	caxap							
Колбасные изделия 53 7,04 12,21 0,83 141 - 275 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,3 14,49 71 - Винегрет 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 картофель Свекла Морковь морковь морковь морковь морковь масло растительное масло растительное <td>_</td> <td>38</td> <td>2,51</td> <td>0,46</td> <td>12,69</td> <td>66</td> <td>i</td> <td>]</td>	_	38	2,51	0,46	12,69	66	i]
30 2,37 0,3 14,49 71 - 180 175 1,53 45 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 1,53 45 1,53 45 1,53 45 1,53 45 1,53 1,53 45 1,53 1,53 45 1,53 1,53 45 1,53				•				.==
Винегрем 180 2,45 11,11 15,19 175 1,53 45 картофель свекла морковь отурец соленый тук масло растительное веленый горошек Сооба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - 49ай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435 най (заварка)	Колбасные изделия							275
картофель свекла морковь огурец соленый пук масло растительное веленый горошек Сооба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - 49ай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435								16
СВЕКЛА МОРКОВЬ ОТУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПУК МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ЗВЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК СООба (ГОТОВАЯ) 50 6,0 4,25 16,8 198 - 440 с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435 най (заварка)		180	2,43	11,11	15,19	1/5	1,53	40
морковь огурец соленый лук масло растительное зеленый горошек СОоба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Най с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435 най (заварка)	• •							
огурец соленый пук масло растительное веленый горошек		_						
масло растительное веленый горошек	морковь	_						
масло растительное веленый горошек		_						
желеный горошек Сдоба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Чай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435 най (заварка)	лук	_						
Сдоба (готовая) 50 6,0 4,25 16,8 198 - Чай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435 най (заварка)	масло растительное							
Чай с сахаром 200 0,05 0,01 6,92 37 0,03 435 най (заварка)		50	6.0	1.25	16.0	100		-
най (заварка)	, ,							435
· · · · ·	-	200	5,05	5,01	5,72	31	0,00	,,,,
	•							
	1							_

<u>55,13</u> <u>70,12</u>

203,7

<u> 1811</u>

31,17

Итого:

<u>ДЕНЬ 6 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые вег	пества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак	,		1 1	, ,	()	-	1 . 71
Каша рисовая молочная	200	2,9	5,1	31,06	182	-	185
рис				,			
молоко							
caxap	-						
масло сливочное							
соль	200	1 42	1 2 62	17.0	110	1.0	397
Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,2	119	1,6	397
какао (порошок)	-						
молоко							
caxap	62	6.0	0 72	20.04	106	0.00	3
Бутерброд со слив. маслом и сыром	62	6,9	8,73	20,04	186	0,09	J
хлеб пшеничный	-						
масло сливочное	-						
сыр							-
<u>II-й завтрак</u>	100	0.7	1	10.1	42	2.0	399
Сок	100	0,5	-	10,1	43	2,0	399
<u>Обед</u> Салат из горошка и кукурузы	60	1,63	3,12	3,74	50	6,6	12
* ****	υυ	1,05	3,12	3,74	30	0,0	12
Зелёный горошек консервирован. Масло растительное	1						
Кукуруза консервированная	-						
Куриный бульон с яйцом	250	18,5	6,5	0,5	135	0,75	108
•	230	10,3	0,5	0,5	133	0,73	100
птица	-						
лук	-						
морковь	-						
масло сливочное	-						
яйцо	130	2 15	2.7	22,85	169		205
Рожки отварные с маслом	130	2,15	3,7	22,63	109	-	200
макаронные изделия	-						
масло сливочное	00	2.05		47.01	120	0.07	286
Тефтели мясные (2 шт.)	80	3,25	6,6	47,81	128	0,07	200
мясо	_						
хлеб пшеничный	_						
молоко							
масло сливочное							
лук репчатый	4						
яйцо	4						
масло растительное		_					
Соус томатно-мучной	40	0,66	1,92	1,19	31	0,5	348
томат	1						
мука							
лук репчатый							
морковь	1						
масло растительное	1						
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,01	27,76	113	0,4	376
* ***	200	J,77	5,01	27,70	113	U, T	0,0
сухие фрукты сахар	1						
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	=	1
ллео ржанои <u>Полдник</u>	50	۷,٦1	0,40	14,09	00	-	1
	200	0,05	0,01	6,92	37	0,03	435
Чай с сахаром	200	0,05	0,01	0,92	31	0,03	400
чай (заварка) сахар	1						
Бутерброд с повидлом	55	2,47	0,31	28,82	128	0,48	2
ա <i>չու</i> ւբյայա է ուսեսառատ	JJ	۷,4/	0,31	40,04	140	0,40	
повидло							

Итого: 46,16 40,08 230,68 1386 12,52						
	Mm aza:	46 16	<u>40,08</u>	<u>230,68</u>	<u>1386</u>	12.52

<u>ДЕНЬ 7 (с 3 - 7 лет)</u>

паименование олюд	выход	Пип	цевые веп	цества	энерг. ценность	витамин,мг	IAō
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	С	рецептуры
<u>Завтрак</u>	150	1 26 20	10.00	05.70	272	0.04	225
Запек. творожно-манная	150	26,29	18,08	25,73	372	0,34	235
творог							
манная крупа							
ОДЙК							
сахар ванилин							
масло растительное							
молоко							
масло сливочное	25	1,7	2,08	14	80		-
Сгущеное молоко Кофейный напиток	200	3,12	2,66	14,17	93	1,3	395
коф. напиток (порошок)	200	3,12	2,00	11,17	75	1,0	000
<u> </u>							
молоко сахар							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	-	1
хлеб пшеничный		_,	-,	,			
масло сливочное	-						
масло сливочное <u>II-й завтрак</u>							-
<u>11-и завтрак</u> Фрукт (банан)	100	1,5	0,5	21	94	10	368
<u> Ооед</u>	100	1,3	0,5	21	ノサ	10	000
Салат из свежих овощей	60	0,57	3,66	1,83	43	11,45	15
помидор (свежий)				•			
огурец (свежий)							
масло растительное							
Щи с куриным мясом	250	5,5	5,0	6,68	76	20,03	67
птица							
картофель							
капуста							
морковь							
лук сметана							
томатная паста							
масло сливочное							
Картофельное пюре	180	3,67	6,0	24,52	165	0,16	321
картофель	100	3,07	0,0	24,32	103	0,10	OZ 1
молоко							
масло сливочное							
Котлета мясная	80	12,43	9,42	12,85	185	0,09	282
мясо		•	•	•			
хлеб пшеничный							
молоко							
панировочные сухари							
лук	4						
одий	-						
масло растительное Компот из свеж/мор.ягод	200	0,14	-	2,8	128	1,83	3/5
св/морож ягоды	200	0,14		۷,0	120	1,00	3/3
caxap							
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	-	
<u>Полдник</u>							
Каша "Дружба"	200	4,25	5,22	27,4	174	-	185
пшено							
рис							
caxap	4						
масло сливочное молоко	4						
молоко Кондитерка (конфета)	25	1,0	6,58	14,8	123		-
коноитерка (конфета) Чай с сахаром	200	0,05	0,01	6,92	37	0,03	435
	200	0,03	0,01	0,92	31	0,03	700
чай (заварка) сахар	-						
Y							

<u>Итого:</u>	<u>64,82</u>	<u>66,27</u>	<u>191,26</u>	<u>1718</u>	<u>45,2</u>

<u>ДЕНЬ 8 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые вег	пества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак	•	•					
Каша манная молочная	200	4,38	5,1	30	182	-	185
манка (крупа)		•			•		
молоко							
caxap	1						
масло сливочное	1						
соль							
Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,2	119	1,6	397
какао (порошок)							
молоко							
caxap							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	-	1
хлеб пшеничный							
масло сливочное							
<u>II-й завтрак</u>							
Фрукт (мандарин)	100	0,8	0,3	13,3	53	26,7	368
<u>Обед</u>							00
Суп вермишелевый с курин. масом	250	5,33	5,06	11,92	103	0,5	82
птица							
макаронные изделия	4						
морковь	-						
лук	-						
масло сливочное	4						
соль	100	2.71		15.70	120	40.70	34
Свёкла тушеная с зелен. горошком	180	2,71	6,1	15,73	128	13,73	34
свекла зелёный горошек	-						
соль	1						
масло растительное	1						
Тефтели мясные с рисом	80	2,76	6,03	6,90	131	0,29	287
мясо		, , ,	-,			-, -	
крупа рис							
мука							
лук	1						
яйшо	1						
масло растительное	1						
Соус томатно-сметанный	40	0,71	2,0	2,81	32	_	355
•	+0	0,71	۷,0	۷,01	32	-	555
томат	1						
мука	1						
сметана	-						
масло растительное		1					070
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,01	27,76	113	0,4	376
сухие фрукты							
caxap							1
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	-	1
<u>Полдник</u>					•	•	45-
Чай с сахаром	200	0,05	0,01	6,92	37	0,03	435
чай (заварка)							
caxap							
Кондитерка (пряник)	50	2,95	2,35	37,5	168	-	

<u>Итого:</u>	<u> 28,98</u>	<u>37,65</u>	<u>195,52</u>	<u>1251</u>	<u>43,25</u>

<u>ДЕНЬ 9 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые веі	пества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак	олюда	ослки	мпры	утлеводы	(Ithui)		роцонтуры
Вермишель молочная	200	4,4	5,2	18,8	145	0,9	93
вермишель		.,,.	-,-	,-		-,-	
молоко	_						
caxap							
масло сливочное							
соль	_						
Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,2	119	1,6	397
какао (порошок)	200	1,2	3,02	17,2	11)	1,0	007
молоко	-						
caxap							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	_	1
хлеб пшеничный		2,1 .	0,01	12,//	11,		•
масло сливочное							
ІІ-й завтрак							1
Сок	100	0,5	-	10,1	43	2,0	399
Обед	-	•			•		
Салат из свежих овощей	60	0,57	3,66	1,83	43	11,45	15
помидор (свежий)				·	•		
огурец (свежий)							
масло растительное							
Борщ с кур.мясом и сметаной	250	2,03	5,0	14,11	110	8,78	62
птица							
свекла							
картофель							
капуста белокачанная							
морковь							
лук							
сахар сметана	-						
кислота лимонная							
томатное пюре							
масло сливочное	_						
соль							
Рыба под омлетом	140	21,31	6,5	4,08	173	1,43	249
рыба		•		•	•		
яйцо							
молоко							
масло растительное							
соль							<u> </u>
Сок	200	1	-	20,2	77	3,6	399
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66	-	
<u>Полдник</u>							
Выпечка (плюшка)	75	3,2	3,6	24,99	269	0,02	466
мука пшеничная							
молоко							
яйцо							
дрожжи (сухие)							
caxap							
масло растительное							
масло сливочное							
Ряженка (кефир)	200	5,8	5,0	8,4	101	0,6	401
ряженка (кефир)		•				•	
caxap							

<u>Итого:</u>	47,66	39,65	145,19	1384	30,38

<u>ДЕНЬ 10 (с 3 - 7 лет)</u>

Наименование блюд	Выход	Пип	цевые вег	цества	Энерг. ценность	Витамин,мг	Nº
и продуктов	блюда	белки	жиры	углеводы	(Ккал)	C	рецептуры
Завтрак	•	•		•			
Каша пшённая молочная	200	4,32	5,7	30,86	192	9,94	185
пшено							
молоко							
caxap							
масло сливочное							
соль							
Кофейный напиток	200	3,12	2,66	14,17	93	1,3	395
коф. напиток (порошок)		•		•	•		
молоко							
caxap							
Бутерброд со слив. маслом	35	2,14	6,61	12,79	119	-	1
хлеб пшеничный		•		•	•		
масло сливочное	1						
<u>II-й завтрак</u>	-						1
	100	0,5	-	10,1	43	2,0	399
Обед							
Суп картоф. с кур. мясом и фасолью	250	6,64	6,5	27,93	135	11,08	81
птица		1				·	
картофель	1						
лук	1						
морковь							
масло сливочное							
фасоль							
томат							
соль							
Капуста тушеная с мясом	180	3,7	6,0	16,96	135	30,93	336
мясо		•		•	•		
капуста белокачанная							
масло растительное							
морковь							
лук							
томатная паста							
Компот из свеж/мор.ягод	200	0,14	-	2,8	128	1,83	375
св/морож ягоды							
caxap							
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	-	
Полдник		•		•	•		
	65	3,79	7,57	7,9	195	0,58	115
хлеб пшеничный		•					
молоко	1						
caxap	1						
яйцо	1						
Кисель (из концентрата)	200	0,14	-	27,48	111	1,83	437
кисель		.,		.,		,	1
	1						

<u>Итого:</u>	Ī	<u>27</u>	<u>35,5</u>	<u>163,68</u>	<u>1217</u>	<u>59,49</u>
ИТОГО за весь период:		466	516	2031	14718	398
Среднее значение за период:		47	52	203	1472	40
Содержание белков, жиров,	!					
углеводов в меню за период в % от колларийности		13	32	55		