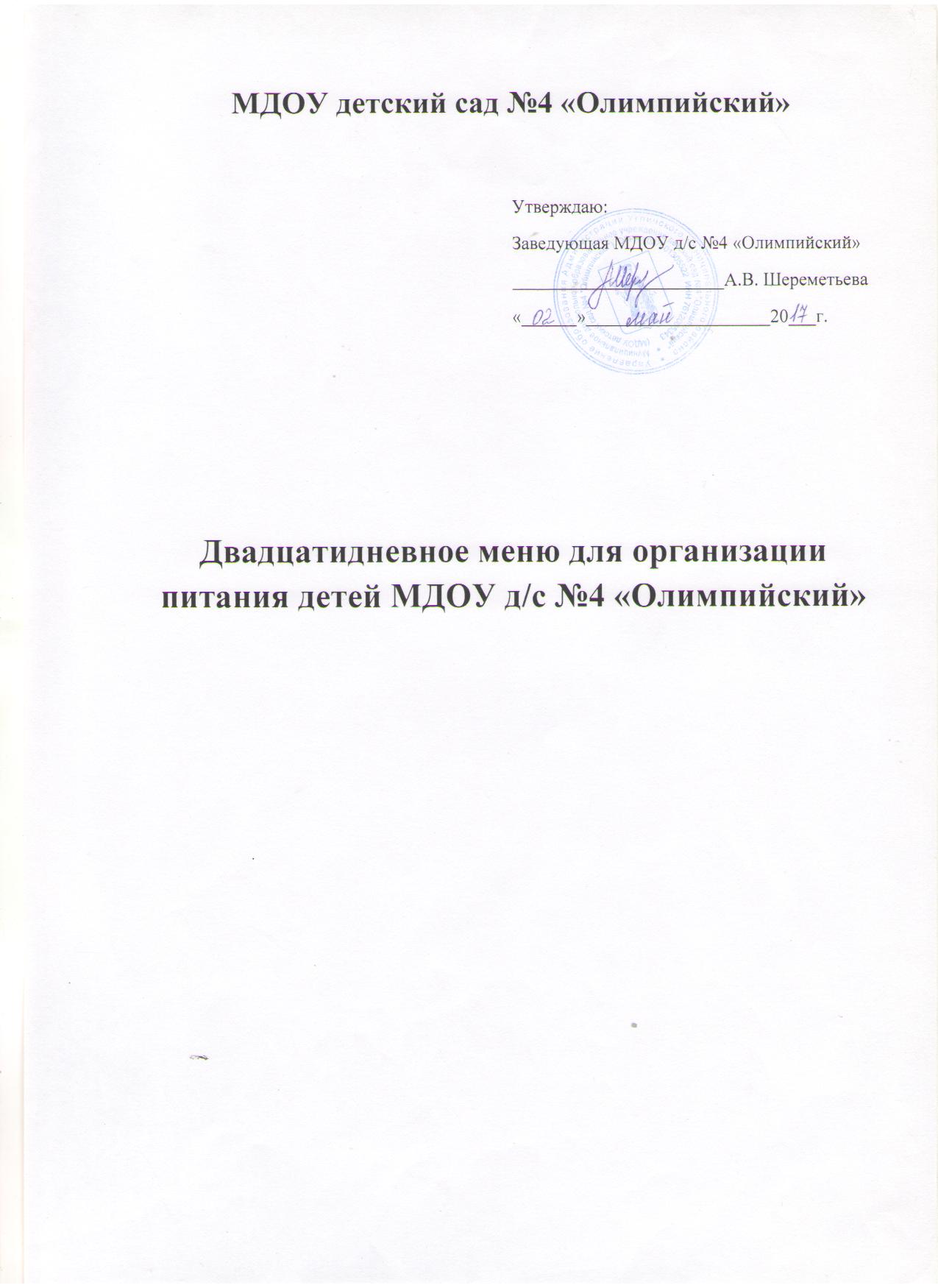
****

**МДОУ детский сад №4 «Олимпийский»**

Утверждаю:

Заведующая МДОУ д/с №4 «Олимпийский»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Шереметьева

«\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г.

**Двадцатидневное меню для организации питания детей МДОУ д/с №4 «Олимпийский»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 75 | Макароны отварные с маслом и сыром | сыр | 8 | 10 | 130 | 150 | 3,12 | 3,90 |
| масло сливочное | 4,4 | 5,2 | 1,90 | 2,25 |
| макароны | 44 | 51 | 1,32 | 1,53 |
| соль | 2 | 2,2 | 0,02 | 0,02 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | печенье | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,05 | 4,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 7+17 | Щи с мясом и сметаной | капуста | 45 | 62 | 180 | 250 | 1,35 | 1,86 |
| картофель | 36 | 50 | 1,26 | 1,75 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 0,7 | 1 | 0,18 | 0,26 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| 58 | Плов с мясом | Мясо (говядина, телятина) | 69 | 77 | 160 | 180 | 31,11 | 34,71 |
| масло растительное | 4,8 | 5,4 | 0,34 | 0,38 |
| рис | 43 | 48,6 | 2,34 | 2,65 |
| лук | 8 | 9 | 0,38 | 0,42 |
| морковь | 12,8 | 14,4 | 0,38 | 0,43 |
| томатная паста | 3,8 | 4,3 | 0,99 | 1,12 |
| соль | 1,6 | 1,8 | 0,02 | 0,02 |
| лавровый лист | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 37 | Каша кукурузная молочная | крупа кукурузная | 21 | 28 | 180 | 250 | 0,68 | 0,91 |
| молоко | 130 | 180 | 5,53 | 7,65 |
| сахар песок | 3,6 | 4,6 | 0,17 | 0,21 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 100 | Какао с молоком | какао | 3 | 4 | 150 | 200 | 1,99 | 2,65 |
| молоко | 113 | 150 | 4,80 | 6,38 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **84,89** | **101,41** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 37,4 | 31,5 | 167,4 | 1077 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 46,8 | 40,6 | 212,4 | 1385 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 32 | Каша пшенная молочная | пшено | 23,4 | 32 | 180 | 250 | 0,52 | 0,72 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционно | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | Кефир | 130 | 150 | 130 | 150 | 6,47 | 7,47 |
| Обед | | | | | | | | |
| 12 | Суп картофельный с рыбными консервами | картофель | 135 | 187 | 180 | 250 | 4,73 | 6,55 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| рыбные консервы | 25 | 30 | 6,50 | 7,80 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| 59 | Биточки мясные | Мясо (говядина, телятина) | 49 | 66 | 60 | 70 | 22,09 | 29,75 |
| хлеб пшеничный | 15 | 20 | 0,79 | 1,05 |
| лук | 7,2 | 9,6 | 0,34 | 0,45 |
| чеснок | 0,8 | 1 | 0,16 | 0,20 |
| соль | 0,6 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| Сухари панировочные | 6 | 8 | 0,54 | 0,72 |
| масло растительное | 3 | 4 | 0,21 | 0,29 |
| 82 | Капуста тушенная | капуста | 200 | 232 | 140 | 160 | 6,00 | 6,96 |
| масло сливочное | 5,2 | 6 | 2,25 | 2,59 |
| морковь | 3,9 | 4,5 | 0,12 | 0,14 |
| лук | 6,5 | 7,5 | 0,31 | 0,35 |
| томатная паста | 3,1 | 3,6 | 0,80 | 0,93 |
| мука пшеничная | 1,6 | 1,8 | 0,05 | 0,06 |
| сахар песок | 3,9 | 4,5 | 0,18 | 0,21 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 46 | Запеканка творожная | творог | 118 | 163 | 130 | 150 | 21,24 | 29,34 |
| молоко | 15,6 | 22 | 0,66 | 0,94 |
| крупа манная | 9,1 | 12,6 | 0,28 | 0,39 |
| яйцо | 0,3 | 0,35 | 1,26 | 1,47 |
| сахар песок | 9,1 | 12,6 | 0,42 | 0,59 |
| соль | 1,1 | 1,6 | 0,01 | 0,02 |
| масло сливочное | 3,9 | 5,4 | 1,69 | 2,33 |
| Сухари панировочные | 3,9 | 5,4 | 0,35 | 0,48 |
| 93 | Кисель из концентрата | кисель | 18 | 24 | 150 | 200 | 3,08 | 4,11 |
| сахар песок | 7,5 | 10 | 0,35 | 0,47 |
|  | Фрукт | апельсин | 130 | 100 | 130 | 100 | 9,10 | 7,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **108,80** | **135,49** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 39,2 | 47,4 | 135 | 1206 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 47,3 | 57,1 | 166,7 | 1496 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 33 | Каша рисовая молочная | рис | 20 | 26 | 180 | 250 | 1,09 | 1,42 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 4 | 0,17 | 0,19 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Сок фруктовый | Сок фруктовый | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,66 | 8,84 |
| Обед | | | | | | | | |
| 16 | Свекольник с мясом и сметаной | свекла | 104 | 128 | 180 | 250 | 2,60 | 3,20 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 2,2 | 3 | 0,57 | 0,78 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| огурцы консервированные | 20 | 30 | 0,73 | 1,10 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| крупа перловая | 4 | 5 | 0,09 | 0,11 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| лавровый лист | 0,003 | 0,01 | 0,00 | 0,01 |
| 71 | Котлета куриная | птица филе | 49 | 66 | 60 | 70 | 12,01 | 16,17 |
| хлеб пшеничный | 15 | 20 | 0,79 | 1,05 |
| лук | 7,2 | 9,6 | 0,34 | 0,45 |
| чеснок | 0,8 | 1 | 0,16 | 0,20 |
| молоко | 12 | 16 | 0,51 | 0,68 |
| соль | 0,6 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| Сухари панировочные | 6 | 8 | 0,54 | 0,72 |
| масло растительное | 3 | 4 | 0,21 | 0,29 |
| 78 | Пюре картофельное | картофель | 200 | 220 | 160 | 180 | 7,00 | 7,70 |
| молоко | 36 | 42 | 1,53 | 1,79 |
| масло сливочное | 4 | 4,5 | 1,73 | 1,94 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 120 | Блины печеные со сгущенкой | мука пшеничная | 50 | 55 | 60 | 70 | 1,62 | 1,78 |
| сахар песок | 4 | 5 | 0,19 | 0,23 |
| масло растительное | 10 | 12 | 0,71 | 0,86 |
| дрожжи | 1 | 1 | 0,10 | 0,10 |
| соль | 1 | 1 | 0,01 | 0,01 |
| молоко | 90 | 100 | 3,83 | 4,25 |
| молоко сгущенное | 20 | 25 | 3,45 | 4,31 |
| яйцо | 0,125 | 0,175 | 0,53 | 0,74 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **76,22** | **93,07** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 37 | 30,1 | 148,3 | 1219 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 45,4 | 38,9 | 187,8 | 1565 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 34 | Каша геркулесовая молочная | геркулес | 18 | 25 | 180 | 250 | 2,03 | 2,81 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционное | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | йогурт | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,83 | 9,03 |
| Обед | | | | | | | | |
| 8+17 | Рассольник с мясом и сметаной | картофель | 90 | 125 | 180 | 250 | 3,15 | 4,38 |
| рис | 3,6 | 5 | 0,20 | 0,27 |
| морковь | 9,5 | 12 | 0,29 | 0,36 |
| лук | 4,3 | 6 | 0,20 | 0,28 |
| огурцы консервированные | 12,6 | 21 | 0,46 | 0,77 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,008 | 0,01 | 0,01 |
| 64+84 | Ёжики мясные с соусом | Мясо (говядина, телятина) | 84 | 100 | 120/20 | 140/30 | 37,87 | 45,08 |
| молоко | 5 | 6 | 0,21 | 0,26 |
| яйцо | 0,1 | 0,125 | 0,42 | 0,53 |
| рис | 15 | 18 | 0,82 | 0,98 |
| чеснок | 3 | 3,6 | 0,60 | 0,72 |
| соль | 2,4 | 2,7 | 0,02 | 0,03 |
| лук | 24 | 29 | 1,13 | 1,36 |
| томатная паста | 10 | 12 | 2,60 | 3,12 |
| мука пшеничная | 6 | 7,2 | 0,19 | 0,23 |
| масло растительное | 4 | 4,8 | 0,29 | 0,34 |
| масло сливочное | 0,7 | 1 | 0,30 | 0,43 |
| мука пшеничная | 1,5 | 2 | 0,05 | 0,06 |
| томатная паста | 1,2 | 1,6 | 0,31 | 0,42 |
| морковь | 3,3 | 4,4 | 0,10 | 0,13 |
| сахар песок | 0,5 | 0,6 | 0,02 | 0,03 |
| соль | 0,3 | 0,4 | 0,00 | 0,00 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
|  | Овощи вареные | свекла | 60 | 60 | 30 | 30 | 1,50 | 1,50 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 118 | Манник | крупа манная | 45 | 45 | 100 | 100 | 1,40 | 1,40 |
| молоко | 60 | 60 | 2,55 | 2,55 |
| яйцо | 0,35 | 0,35 | 1,47 | 1,47 |
| сахар песок | 15 | 15 | 0,70 | 0,70 |
| масло сливочное | 4 | 4 | 1,73 | 1,73 |
| дрожжи | 1,2 | 1,2 | 0,11 | 0,11 |
|  | Молоко | молоко | 150 | 200 | 150 | 200 | 6,38 | 8,50 |
|  | Фрукт | банан | 130 | 100 | 130 | 100 | 10,40 | 8,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **114,13** | **132,93** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 40,9 | 39,4 | 127 | 1071 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 51,4 | 50,4 | 162,6 | 1354 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 31 | Каша манная молочная | крупа манная | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,56 | 0,78 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | вафли | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,5 | 4,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 9+17 | Суп картофельный с мясом | картофель | 135 | 187 | 180 | 250 | 4,73 | 6,55 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 9 | 10 | 0,42 | 0,47 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 63 | Тефтели мясные | Мясо (говядина, телятина) | 41 | 54 | 60 | 70 | 18,48 | 24,34 |
| хлеб пшеничный | 12 | 16 | 0,63 | 0,84 |
| молоко | 16 | 22 | 0,68 | 0,94 |
| лук | 14 | 19 | 0,66 | 0,89 |
| масло растительное | 4,5 | 6 | 0,32 | 0,43 |
| мука пшеничная | 4,2 | 5,6 | 0,14 | 0,18 |
| соль | 0,06 | 0,08 | 0,00 | 0,00 |
| 74 | Греча рассыпчатая | крупа гречневая | 46 | 55 | 100 | 130 | 3,20 | 3,82 |
| соль | 1 | 1,2 | 0,01 | 0,01 |
| масло сливочное | 3,5 | 4,2 | 1,51 | 1,81 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 3 | Винегрет | картофель | 91 | 105 | 130 | 150 | 3,19 | 3,68 |
| свекла | 28 | 32 | 0,70 | 0,80 |
| морковь | 27 | 28 | 0,81 | 0,84 |
| лук | 8 | 9 | 0,38 | 0,42 |
| огурцы консервированные | 22 | 26 | 0,81 | 0,95 |
| масло растительное | 13 | 15 | 0,93 | 1,07 |
| соль | 0,6 | 0,7 | 0,01 | 0,01 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **70,08** | **86,11** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 36,4 | 38,4 | 146,8 | 1156 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 46,9 | 47 | 202,7 | 1477 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 74 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом и сахаром | крупа гречневая | 46 | 55 | 100 | 130 | 3,20 | 3,82 |
| соль | 1 | 1,2 | 0,01 | 0,01 |
| сахар песок | 8 | 10 | 0,37 | 0,47 |
| масло сливочное | 3,5 | 4,2 | 1,51 | 1,81 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | печенье | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,05 | 4,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 13+17 | Суп картофельно-вермишелевый с мясом | вермишель | 4 | 5 | 180 | 250 | 0,15 | 0,19 |
| морковь | 9,5 | 12 | 0,29 | 0,36 |
| лук | 4,3 | 6 | 0,20 | 0,28 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| картофель | 90 | 125 | 3,15 | 4,38 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| 63 | Тефтели мясные | Мясо (говядина, телятина) | 41 | 54 | 60 | 70 | 18,48 | 24,34 |
| хлеб пшеничный | 12 | 16 | 0,63 | 0,84 |
| молоко | 16 | 22 | 0,68 | 0,94 |
| лук | 14 | 19 | 0,66 | 0,89 |
| масло растительное | 4,5 | 6 | 0,32 | 0,43 |
| мука пшеничная | 4,2 | 5,6 | 0,14 | 0,18 |
| соль | 0,06 | 0,08 | 0,00 | 0,00 |
| 82 | Капуста тушенная | капуста | 200 | 232 | 140 | 160 | 6,00 | 6,96 |
| масло сливочное | 5,2 | 6 | 2,25 | 2,59 |
| морковь | 3,9 | 4,5 | 0,12 | 0,14 |
| лук | 6,5 | 7,5 | 0,31 | 0,35 |
| томатная паста | 3,1 | 3,6 | 0,80 | 0,93 |
| мука пшеничная | 1,6 | 1,8 | 0,05 | 0,06 |
| сахар песок | 3,9 | 4,5 | 0,18 | 0,21 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 35 | Каша пшеничная молочная | крупа пшеничная | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,45 | 0,63 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 98 | Кофейный напиток на молоке | кофейный напиток | 3 | 4 | 150 | 200 | 1,01 | 1,34 |
| молоко | 113 | 150 | 4,80 | 6,38 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **74,25** | **93,02** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 37,7 | 30,4 | 149,2 | 1065 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 47,7 | 37,5 | 203,5 | 1431 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 37 | Каша кукурузная молочная | крупа кукурузная | 21 | 28 | 180 | 250 | 0,68 | 0,91 |
| молоко | 130 | 180 | 5,53 | 7,65 |
| сахар песок | 3,6 | 4,6 | 0,17 | 0,21 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | Кефир | 130 | 150 | 130 | 150 | 6,47 | 7,47 |
| Обед | | | | | | | | |
| 6+17 | Борщ с мясом и сметаной | свекла | 37 | 51 | 180 | 250 | 0,93 | 1,28 |
| капуста | 18 | 25 | 0,54 | 0,75 |
| картофель | 23,4 | 32,5 | 0,82 | 1,14 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 2,2 | 3 | 0,57 | 0,78 |
| сахар песок | 1,8 | 2,5 | 0,08 | 0,12 |
| кислота лимонная | 0,09 | 0,12 | 0,03 | 0,04 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| лавровый лист | 0,003 | 0,008 | 0,00 | 0,01 |
| 57 | Жаркое по-домашнему с курой | птица | 69 | 69 | 170 | 190 | 8,83 | 8,83 |
| картофель | 160 | 180 | 5,60 | 6,30 |
| морковь | 21 | 23 | 0,63 | 0,69 |
| лук | 19 | 22 | 0,89 | 1,03 |
| масло сливочное | 9,6 | 10,8 | 4,15 | 4,67 |
| томатная паста | 1,9 | 2,1 | 0,49 | 0,55 |
| соль | 1,6 | 1,8 | 0,02 | 0,02 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 46 | Пудинг твороженный с изюмом | творог | 163 | 163 | 150 | 150 | 29,34 | 29,34 |
| молоко | 22 | 22 | 0,94 | 0,94 |
| крупа манная | 12,6 | 12,6 | 0,39 | 0,39 |
| яйцо | 0,35 | 0,35 | 1,47 | 1,47 |
| сахар песок | 12,6 | 12,6 | 0,59 | 0,59 |
| масло сливочное | 5,4 | 5,4 | 2,33 | 2,33 |
| Сухари панировочные | 5,4 | 5,4 | 0,48 | 0,48 |
| соль | 1,6 | 1,6 | 0,02 | 0,02 |
| изюм | 6 | 6 | 1,32 | 1,32 |
| 93 | Кисель из концентрата | кисель | 18 | 24 | 150 | 200 | 3,08 | 4,11 |
| сахар песок | 7,5 | 10 | 0,35 | 0,47 |
|  | Фрукт | груша | 130 | 100 | 130 | 100 | 19,50 | 15,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **122,91** | **130,67** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 66,2 | 52,6 | 125,7 | 1260 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 77,2 | 63,3 | 161,2 | 1560 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 34 | Каша геркулесовая молочная | геркулес | 18 | 25 | 180 | 250 | 2,03 | 2,81 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционное | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Сок фруктовый | Сок фруктовый | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,66 | 8,84 |
| Обед | | | | | | | | |
| 10+17 | Суп гороховый с мясом | картофель | 59 | 83 | 180 | 250 | 2,07 | 2,91 |
| горох | 14,6 | 20,3 | 0,57 | 0,80 |
| морковь | 12,6 | 21 | 0,38 | 0,63 |
| лук | 9 | 10 | 0,42 | 0,47 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 118 | Зразы манные с мясом | крупа манная | 42 | 46 | 140 | 160 | 1,31 | 1,43 |
| молоко | 90 | 100 | 3,83 | 4,25 |
| яйцо | 0,1 | 0,125 | 0,42 | 0,53 |
| Мясо (говядина, телятина) | 57 | 66 | 25,70 | 29,75 |
| масло растительное | 9 | 11 | 0,64 | 0,78 |
| соль | 1 | 1,2 | 0,01 | 0,01 |
| лук | 8 | 9 | 0,38 | 0,42 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 43 | Омлет натуральный | яйцо | 1 | 2 | 90 | 100 | 4,20 | 8,40 |
| молоко | 80 | 100 | 3,40 | 4,25 |
| соль | 0,4 | 0,5 | 0,00 | 0,01 |
| масло сливочное | 2,5 | 5 | 1,08 | 2,16 |
| 54 | Колбаса вареная | колбаса | 50 | 50 | 50 | 50 | 15,38 | 15,38 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **95,09** | **114,68** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 40,8 | 45,2 | 106,1 | 1070 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 52,4 | 59,8 | 153 | 1402 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 38 | Каша «Дружба» молочная | пшено | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,40 | 0,56 |
| рис | 14 | 19 | 0,76 | 1,04 |
| молоко | 94 | 130 | 4,00 | 5,53 |
| сахар песок | 3 | 4 | 0,14 | 0,19 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | йогурт | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,83 | 9,03 |
| Обед | | | | | | | | |
| 9+17 | Суп картофельный с мясом | картофель | 135 | 187 | 180 | 250 | 4,73 | 6,55 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 9 | 10 | 0,42 | 0,47 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 116 | Суфле мясное | Мясо (говядина, телятина) | 60 | 69 | 80 | 100 | 27,05 | 31,11 |
| масло сливочное | 3 | 4 | 1,30 | 1,73 |
| яйцо | 1 | 1 | 4,20 | 4,20 |
| молоко | 30 | 35 | 1,28 | 1,49 |
| 75 | Макароны отварные | масло сливочное | 4,4 | 5,2 | 130 | 150 | 1,90 | 2,25 |
| макароны | 44 | 51 | 1,32 | 1,53 |
| соль | 2 | 2,2 | 0,02 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 121 | Голубцы ленивые | капуста | 180 | 200 | 150 | 170 | 5,40 | 6,00 |
| рис | 25 | 30 | 1,36 | 1,64 |
| лук | 6,5 | 7,5 | 0,31 | 0,35 |
| морковь | 3,9 | 4,5 | 0,12 | 0,14 |
| Мясо (говядина, телятина) | 57 | 66 | 25,70 | 29,75 |
| соль | 1 | 1,2 | 0,01 | 0,01 |
| масло сливочное | 4,5 | 5,2 | 1,94 | 2,25 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Фрукт | киви | 130 | 100 | 130 | 100 | 26,00 | 20,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **139,14** | **152,39** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 56,5 | 52,1 | 164,5 | 1474 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 66,1 | 61,8 | 243,4 | 1807 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 31 | Каша манная молочная | крупа манная | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,56 | 0,78 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционное | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | вафли | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,50 | 4,50 |
| Обед | | | | | | | | |
| 13+17 | Суп рисовый с мясом | рис | 14,4 | 20 | 180 | 250 | 0,78 | 1,09 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 7,2 | 12,5 | 0,34 | 0,59 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| томатная паста | 0,36 | 0,5 | 0,09 | 0,13 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 51 | Котлета рыбная | рыба | 68 | 78 | 70 | 80 | 19,04 | 21,84 |
| хлеб пшеничный | 12,6 | 14,4 | 0,66 | 0,76 |
| молоко | 17,5 | 20 | 0,74 | 0,85 |
| Сухари панировочные | 7 | 8 | 0,63 | 0,72 |
| соль | 0,7 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| масло растительное | 3,5 | 4 | 0,25 | 0,29 |
| 78 | Пюре картофельное | картофель | 200 | 220 | 160 | 180 | 7,00 | 7,70 |
| молоко | 36 | 42 | 1,53 | 1,79 |
| масло сливочное | 4 | 4,5 | 1,73 | 1,94 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
|  | Овощи вареные | морковь | 60 | 60 | 30 | 30 | 1,80 | 1,80 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 113 | Пирог с капустой и яйцом | мука пшеничная | 45 | 45 | 80 | 80 | 1,46 | 1,46 |
| сахар песок | 2,4 | 2,4 | 0,11 | 0,11 |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 1,51 | 1,51 |
| яйцо | 0,125 | 0,125 | 0,53 | 0,53 |
| соль | 0,64 | 0,64 | 0,01 | 0,01 |
| дрожжи | 1,2 | 1,2 | 0,11 | 0,11 |
| молоко | 8,7 | 8,7 | 0,37 | 0,37 |
| масло растительное | 1,68 | 1,68 | 0,12 | 0,12 |
| капуста | 55 | 55 | 1,65 | 1,65 |
| масло сливочное | 2,6 | 2,6 | 1,12 | 1,12 |
| соль | 1 | 1 | 0,01 | 0,01 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **71,00** | **81,45** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 37,2 | 31,7 | 139,4 | 1058 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 46,2 | 37,6 | 188 | 1364 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 75 | Макароны отварные с маслом и сыром | сыр | 8 | 10 | 130 | 150 | 3,12 | 3,90 |
| масло сливочное | 4,4 | 5,2 | 1,90 | 2,25 |
| макароны | 44 | 51 | 1,32 | 1,53 |
| соль | 2 | 2,2 | 0,02 | 0,02 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | печенье | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,05 | 4,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 9+17 | Суп картофельный с мясом | картофель | 135 | 187 | 180 | 250 | 4,73 | 6,55 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 9 | 10 | 0,42 | 0,47 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| 82+17 | Капуста тушеная с мясом | капуста | 200 | 232 | 170 | 190 | 6,00 | 6,96 |
| масло сливочное | 5,2 | 6 | 2,25 | 2,59 |
| морковь | 3,9 | 4,5 | 0,12 | 0,14 |
| лук | 6,5 | 7,5 | 0,31 | 0,35 |
| томатная паста | 3,1 | 3,6 | 0,80 | 0,93 |
| мука пшеничная | 1,6 | 1,8 | 0,05 | 0,06 |
| сахар песок | 3,9 | 4,5 | 0,18 | 0,21 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| Мясо (говядина, телятина) | 60 | 65 | 27,05 | 29,30 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 36 | Каша ячневая молочная | крупа ячневая | 15 | 20 | 180 | 250 | 0,38 | 0,51 |
| молоко | 95 | 126 | 4,04 | 5,36 |
| сахар песок | 3 | 4 | 0,14 | 0,19 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 100 | Какао с молоком | какао | 3 | 4 | 150 | 200 | 1,99 | 2,65 |
| молоко | 113 | 150 | 4,80 | 6,38 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **84,09** | **99,24** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 49,4 | 26,6 | 135,7 | 1032 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 61,8 | 35 | 192 | 1263 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 32 | Каша пшенная молочная | пшено | 23,4 | 32 | 180 | 250 | 0,52 | 0,72 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционное | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | Кефир | 130 | 150 | 130 | 150 | 6,47 | 7,47 |
| Обед | | | | | | | | |
| 7+17 | Щи с мясом и сметаной | капуста | 45 | 62 | 180 | 250 | 1,35 | 1,86 |
| картофель | 36 | 50 | 1,26 | 1,75 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 0,7 | 1 | 0,18 | 0,26 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| 64 | Ёжики мясные | Мясо (говядина, телятина) | 84 | 100 | 120 | 140 | 37,87 | 45,08 |
| молоко | 5 | 6 | 0,21 | 0,26 |
| яйцо | 0,1 | 0,125 | 0,42 | 0,53 |
| рис | 15 | 18 | 0,82 | 0,98 |
| чеснок | 3 | 3,6 | 0,60 | 0,72 |
| соль | 2,4 | 2,7 | 0,02 | 0,03 |
| лук | 24 | 29 | 1,13 | 1,36 |
| томатная паста | 10 | 12 | 2,60 | 3,12 |
| мука пшеничная | 6 | 7,2 | 0,19 | 0,23 |
| масло растительное | 4 | 4,8 | 0,29 | 0,34 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
|  | Овощи вареные | свекла | 60 | 60 | 30 | 30 | 1,50 | 1,50 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 46 | Запеканка творожная | творог | 118 | 163 | 130 | 150 | 21,24 | 29,34 |
| молоко | 15,6 | 22 | 0,66 | 0,94 |
| крупа манная | 9,1 | 12,6 | 0,28 | 0,39 |
| яйцо | 0,3 | 0,35 | 1,26 | 1,47 |
| сахар песок | 9,1 | 12,6 | 0,42 | 0,59 |
| соль | 1,1 | 1,6 | 0,01 | 0,02 |
| масло сливочное | 3,9 | 5,4 | 1,69 | 2,33 |
| Сухари панировочные | 3,9 | 5,4 | 0,35 | 0,48 |
| 93 | Кисель из концентрата | кисель | 18 | 24 | 150 | 200 | 3,08 | 4,11 |
| сахар песок | 7,5 | 10 | 0,35 | 0,47 |
|  | Фрукт | яблоко | 130 | 100 | 130 | 100 | 11,05 | 8,50 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **125,26** | **151,06** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 39,2 | 47,4 | 135 | 1206 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 47,3 | 57,1 | 166,7 | 1496 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **13 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 33 | Каша рисовая молочная | рис | 20 | 26 | 180 | 250 | 1,09 | 1,42 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 4 | 0,17 | 0,19 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Сок фруктовый | Сок фруктовый | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,66 | 8,84 |
| Обед | | | | | | | | |
| 8+17 | Рассольник с мясом и сметаной | картофель | 90 | 125 | 180 | 250 | 3,15 | 4,38 |
| рис | 3,6 | 5 | 0,20 | 0,27 |
| морковь | 9,5 | 12 | 0,29 | 0,36 |
| лук | 4,3 | 6 | 0,20 | 0,28 |
| огурцы консервированные | 12,6 | 21 | 0,46 | 0,77 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,008 | 0,01 | 0,01 |
| 55 | Гуляш куриный | птица филе | 151 | 172 | 70 | 80 | 37,00 | 42,14 |
| масло растительное | 6,3 | 7 | 0,45 | 0,50 |
| лук | 16,8 | 19 | 0,79 | 0,89 |
| томатная паста | 4,2 | 4,8 | 1,09 | 1,25 |
| мука пшеничная | 3,5 | 4 | 0,11 | 0,13 |
| соль | 0,7 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| 74 | Греча рассыпчатая | крупа гречневая | 46 | 55 | 100 | 130 | 3,20 | 3,82 |
| соль | 1 | 1,2 | 0,01 | 0,01 |
| масло сливочное | 3,5 | 4,2 | 1,51 | 1,81 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 83 | Рагу овощное с тушенкой | картофель | 72 | 83 | 150 | 170 | 2,52 | 2,91 |
| морковь | 38 | 44 | 1,14 | 1,32 |
| лук | 31 | 36 | 1,46 | 1,69 |
| капуста | 36 | 42 | 1,08 | 1,26 |
| томатная паста | 4,2 | 4,8 | 1,09 | 1,25 |
| масло сливочное | 9 | 10,5 | 3,89 | 4,54 |
| сахар песок | 1,3 | 1,5 | 0,06 | 0,07 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| мясные консервы | 30 | 35 | 10,06 | 11,74 |
| лавровый лист | 0,02 | 0,03 | 0,02 | 0,02 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **107,55** | **126,52** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 36 | 36,5 | 143,1 | 1083 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 46,5 | 45,8 | 194 | 1396 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **14 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 31 | Каша манная молочная | крупа манная | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,56 | 0,78 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционное | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | йогурт | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,83 | 9,03 |
| Обед | | | | | | | | |
| 6+17 | Борщ с мясом и сметаной | свекла | 37 | 51 | 180 | 250 | 0,93 | 1,28 |
| капуста | 18 | 25 | 0,54 | 0,75 |
| картофель | 23,4 | 32,5 | 0,82 | 1,14 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 2,2 | 3 | 0,57 | 0,78 |
| сахар песок | 1,8 | 2,5 | 0,08 | 0,12 |
| кислота лимонная | 0,09 | 0,12 | 0,03 | 0,04 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| Мясо (говядина, телятина) | 20 | 25 | 9,02 | 11,27 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| лавровый лист | 0,003 | 0,008 | 0,00 | 0,01 |
| 59 | Котлета мясная | Мясо (говядина, телятина) | 49 | 66 | 60 | 70 | 22,09 | 29,75 |
| хлеб пшеничный | 15 | 20 | 0,79 | 1,05 |
| лук | 7,2 | 9,6 | 0,34 | 0,45 |
| чеснок | 0,8 | 1 | 0,16 | 0,20 |
| молоко | 12 | 16 | 0,51 | 0,68 |
| соль | 0,6 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| Сухари панировочные | 6 | 8 | 0,54 | 0,72 |
| масло растительное | 3 | 4 | 0,21 | 0,29 |
| 78 | Пюре картофельное | картофель | 200 | 220 | 160 | 180 | 7,00 | 7,70 |
| молоко | 36 | 42 | 1,53 | 1,79 |
| масло сливочное | 4 | 4,5 | 1,73 | 1,94 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 14 | Вермишель молочная | молоко | 144 | 200 | 180 | 250 | 6,12 | 8,50 |
| вермишель | 14,4 | 20 | 0,56 | 0,77 |
| масло сливочное | 1,8 | 2,5 | 0,78 | 1,08 |
| сахар песок | 1,8 | 2,5 | 0,08 | 0,12 |
| соль | 1,1 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
|  | Чай | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Конфета | конфета | 20 | 20 | 20 | 20 | 7,50 | 7,50 |
|  | Фрукт | апельсин | 130 | 100 | 130 | 100 | 9,10 | 7,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **101,80** | **121,76** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 38,6 | 42,2 | 144,1 | 1205 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 47,7 | 50,4 | 178 | 1470 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 40 | Каша гречневая молочная | крупа гречневая | 20 | 26 | 180 | 250 | 1,39 | 1,81 |
| молоко | 100 | 156 | 4,25 | 6,63 |
| сахар песок | 3 | 4 | 0,14 | 0,19 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | вафли | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,50 | 4,50 |
| Обед | | | | | | | | |
| 10+17 | Суп картофельно-фасолевый с мясом | картофель | 59 | 83 | 180 | 250 | 2,07 | 2,91 |
| фасоль | 14,6 | 20,3 | 2,02 | 2,80 |
| морковь | 12,6 | 21 | 0,38 | 0,63 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 117 | Суфле рыбное | рыба | 100 | 120 | 80 | 90 | 28,00 | 33,60 |
| масло сливочное | 3 | 4 | 1,30 | 1,73 |
| яйцо | 1 | 1 | 4,20 | 4,20 |
| молоко | 30 | 35 | 1,28 | 1,49 |
| 5 | Икра морковная | морковь | 61 | 81 | 40 | 50 | 1,83 | 2,43 |
| лук | 13 | 17 | 0,61 | 0,80 |
| масло растительное | 4 | 6 | 0,29 | 0,43 |
| томатная паста | 2,4 | 3 | 0,62 | 0,78 |
| сахар песок | 0,7 | 0,9 | 0,03 | 0,04 |
| кислота лимонная | 0,02 | 0,02 | 0,01 | 0,01 |
| соль | 0,3 | 0,4 | 0,00 | 0,00 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 104 | Булочка нарезная | мука пшеничная | 44,8 | 59,4 | 60 | 70 | 1,45 | 1,92 |
| сахар песок | 4,2 | 5,6 | 0,20 | 0,26 |
| масло сливочное | 1,2 | 1,6 | 0,52 | 0,69 |
| дрожжи | 0,6 | 0,8 | 0,06 | 0,08 |
| соль | 0,6 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| молоко | 19 | 26 | 0,81 | 1,11 |
| масло сливочное | 1,8 | 2,4 | 0,78 | 1,04 |
| яйцо | 0,1 | 0,125 | 0,42 | 0,53 |
| масло растительное | 0,15 | 0,2 | 0,01 | 0,01 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Фрукт | банан | 130 | 100 | 130 | 100 | 10,40 | 8,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **89,07** | **103,80** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 46 | 26,1 | 124,9 | 1000 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 58,3 | 32,7 | 175,7 | 1335 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 74 | Греча рассыпчатая со сгущенкой | крупа гречневая | 46 | 55 | 100 | 150 | 3,20 | 3,82 |
| молоко сгущенное | 25 | 30 | 4,31 | 5,17 |
| соль | 1 | 1,2 | 0,01 | 0,01 |
| масло сливочное | 3,5 | 4,2 | 1,51 | 1,81 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | печенье | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,05 | 4,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 7+17 | Щи с мясом и сметаной | капуста | 45 | 62 | 180 | 250 | 1,35 | 1,86 |
| картофель | 36 | 50 | 1,26 | 1,75 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 0,7 | 1 | 0,18 | 0,26 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 53 | Гуляш мясной | Мясо (говядина, телятина) | 151 | 151 | 70 | 80 | 68,07 | 68,07 |
| масло растительное | 6,3 | 7 | 0,45 | 0,50 |
| лук | 16,8 | 19 | 0,79 | 0,89 |
| томатная паста | 4,2 | 4,8 | 1,09 | 1,25 |
| мука пшеничная | 3,5 | 4 | 0,11 | 0,13 |
| соль | 0,7 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| 73 | Рис отварной | рис | 45 | 57 | 130 | 150 | 2,45 | 3,11 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| масло сливочное | 4,5 | 5,2 | 1,94 | 2,25 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 35 | Каша пшеничная молочная | крупа пшеничная | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,45 | 0,63 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 98 | Кофейный напиток на молоке | кофейный напиток | 3 | 4 | 150 | 200 | 1,01 | 1,34 |
| молоко | 113 | 150 | 4,80 | 6,38 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **120,82** | **133,17** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 38 | 33,2 | 157,4 | 1120 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 48 | 40,8 | 203,7 | 1477 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **17 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 32 | Каша пшенная молочная | пшено | 23,4 | 32 | 180 | 250 | 0,52 | 0,72 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | Кефир | 130 | 150 | 130 | 150 | 6,47 | 7,47 |
| Обед | | | | | | | | |
| 13+17 | Суп вермишелевый с мясом | вермишель | 14,4 | 20 | 180 | 250 | 0,56 | 0,77 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 7,2 | 12,5 | 0,34 | 0,59 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| томатная паста | 0,36 | 0,5 | 0,09 | 0,13 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,001 | 0,01 | 0,00 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 57 | Жаркое по-домашнему с курой | птица | 69 | 69 | 170 | 190 | 8,83 | 8,83 |
| картофель | 160 | 180 | 5,60 | 6,30 |
| морковь | 21 | 23 | 0,63 | 0,69 |
| лук | 19 | 22 | 0,89 | 1,03 |
| масло сливочное | 9,6 | 10,8 | 4,15 | 4,67 |
| томатная паста | 1,9 | 2,1 | 0,49 | 0,55 |
| соль | 1,6 | 1,8 | 0,02 | 0,02 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
|  | Овощи вареные | морковь | 60 | 60 | 30 | 30 | 1,80 | 1,80 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 46 | Пудинг твороженный с изюмом | творог | 163 | 163 | 130 | 150 | 29,34 | 29,34 |
| молоко | 22 | 22 | 0,94 | 0,94 |
| крупа манная | 12,6 | 12,6 | 0,39 | 0,39 |
| яйцо | 0,35 | 0,35 | 1,47 | 1,47 |
| сахар песок | 12,6 | 12,6 | 0,59 | 0,59 |
| масло сливочное | 5,4 | 5,4 | 2,33 | 2,33 |
| Сухари панировочные | 5,4 | 5,4 | 0,48 | 0,48 |
| соль | 1,6 | 1,6 | 0,02 | 0,02 |
| изюм | 6 | 6 | 1,32 | 1,32 |
| 93 | Кисель из концентрата | кисель | 18 | 24 | 150 | 200 | 3,08 | 4,11 |
| сахар песок | 7,5 | 10 | 0,35 | 0,47 |
|  | Фрукт | груша | 130 | 100 | 130 | 100 | 19,50 | 15,00 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **115,14** | **119,99** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 39,5 | 41,5 | 126,9 | 1210 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 50,6 | 54,3 | 165,3 | 1552 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **18 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 34 | Каша геркулесовая молочная | геркулес | 18 | 25 | 180 | 250 | 2,03 | 2,81 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционное | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Сок фруктовый | Сок фруктовый | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,66 | 8,84 |
| Обед | | | | | | | | |
| 16 | Свекольник с мясом и сметаной | свекла | 104 | 128 | 180 | 250 | 2,60 | 3,20 |
| морковь | 12,6 | 17,5 | 0,38 | 0,53 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| томатная паста | 2,2 | 3 | 0,57 | 0,78 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| огурцы консервированные | 20 | 30 | 0,73 | 1,10 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| сметана | 9 | 12 | 2,02 | 2,70 |
| крупа перловая | 4 | 5 | 0,09 | 0,11 |
| лавровый лист | 0,003 | 0,01 | 0,00 | 0,01 |
| 59 | Биточки мясные | Мясо (говядина, телятина) | 49 | 66 | 60 | 70 | 22,09 | 29,75 |
| хлеб пшеничный | 15 | 20 | 0,79 | 1,05 |
| лук | 7,2 | 9,6 | 0,34 | 0,45 |
| чеснок | 0,8 | 1 | 0,16 | 0,20 |
| соль | 0,6 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| Сухари панировочные | 6 | 8 | 0,54 | 0,72 |
| масло растительное | 3 | 4 | 0,21 | 0,29 |
| 75 | Макароны отварные | масло сливочное | 4,4 | 5,2 | 130 | 150 | 1,90 | 2,25 |
| макароны | 44 | 51 | 1,32 | 1,53 |
| соль | 2 | 2,2 | 0,02 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 43 | Омлет натуральный | яйцо | 1 | 2 | 90 | 100 | 4,20 | 8,40 |
| молоко | 80 | 100 | 3,40 | 4,25 |
| соль | 0,4 | 0,5 | 0,00 | 0,01 |
| масло сливочное | 2,5 | 5 | 1,08 | 2,16 |
| 54 | Колбаса вареная | колбаса | 50 | 50 | 50 | 50 | 15,38 | 15,38 |
|  | Молоко | молоко | 150 | 200 | 150 | 200 | 6,38 | 8,50 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **99,17** | **125,44** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 39,5 | 41,5 | 126,9 | 1210 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 50,6 | 54,3 | 165,3 | 1552 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **19 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 33 | Каша рисовая молочная | рис | 20 | 26 | 180 | 250 | 1,09 | 1,42 |
| молоко | 97 | 135 | 4,12 | 5,74 |
| сахар песок | 3,6 | 4 | 0,17 | 0,19 |
| соль | 1,5 | 2 | 0,02 | 0,02 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Сыр порционный | Сыр | 15 | 15 | 15 | 15 | 5,85 | 5,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Напиток кисломолочный | йогурт | 130 | 150 | 130 | 150 | 7,83 | 9,03 |
| Обед | | | | | | | | |
| 11 + 17 | Суп картофельный с мясом и зеленым горошком | картофель | 59 | 82 | 180 | 250 | 2,07 | 2,87 |
| зелёный горошек | 18 | 25 | 2,36 | 3,27 |
| морковь | 12,6 | 21 | 0,38 | 0,63 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мясо (говядина,телятина) на кости | 20 | 25 | 5,52 | 6,91 |
| 82+17 | Капуста тушеная с мясом | капуста | 200 | 232 | 170 | 190 | 6,00 | 6,96 |
| масло сливочное | 5,2 | 6 | 2,25 | 2,59 |
| морковь | 3,9 | 4,5 | 0,12 | 0,14 |
| лук | 6,5 | 7,5 | 0,31 | 0,35 |
| томатная паста | 3,1 | 3,6 | 0,80 | 0,93 |
| мука пшеничная | 1,6 | 1,8 | 0,05 | 0,06 |
| сахар песок | 3,9 | 4,5 | 0,18 | 0,21 |
| лавровый лист | 0,01 | 0,02 | 0,01 | 0,02 |
| Мясо (говядина, телятина) | 60 | 65 | 27,05 | 29,30 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 118 | Оладьи печеные с маслом и песком | мука пшеничная | 55 | 55 | 80 | 80 | 1,78 | 1,78 |
| яйцо | 0,15 | 0,15 | 0,63 | 0,63 |
| молоко | 80 | 80 | 3,40 | 3,40 |
| дрожжи | 2,5 | 2,5 | 0,24 | 0,24 |
| сахар песок | 5 | 5 | 0,23 | 0,23 |
| масло растительное | 10 | 10 | 0,71 | 0,71 |
| масло сливочное | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| соль | 1,5 | 1,5 | 0,02 | 0,02 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Фрукт | яблоко | 130 | 100 | 130 | 100 | 11,05 | 8,50 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **98,69** | **108,75** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 47,7 | 34,6 | 154,9 | 1112 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 51,1 | 42,9 | 196,6 | 1378 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **20 день** | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Продукты | Закладка продукта | | Масса порции | | Cтоимость дня | |
| 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | до 3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 31 | Каша манная молочная | крупа манная | 18 | 25 | 180 | 250 | 0,56 | 0,78 |
| молоко | 101 | 140 | 4,29 | 5,95 |
| сахар песок | 3,6 | 5 | 0,17 | 0,23 |
| соль | 1,8 | 2,5 | 0,02 | 0,03 |
| масло сливочное | 4 | 5 | 1,73 | 2,16 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
|  | Масло сливочное порционно | масло сливочное | 10 | 10 | 10 | 10 | 4,32 | 4,32 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
|  | Кондитерское изделие | вафли | 30 | 30 | 30 | 30 | 4,50 | 4,50 |
| Обед | | | | | | | | |
| 12 | Суп картофельный с рыбными консервами | картофель | 135 | 187 | 180 | 250 | 4,73 | 6,55 |
| морковь | 9,5 | 13,2 | 0,29 | 0,40 |
| лук | 9 | 12,5 | 0,42 | 0,59 |
| масло растительное | 1,8 | 2,5 | 0,13 | 0,18 |
| рыбные консервы | 25 | 30 | 6,50 | 7,80 |
| лавровый лист | 0,007 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| 59 | Котлета мясная | Мясо (говядина, телятина) | 49 | 66 | 60 | 70 | 22,09 | 29,75 |
| хлеб пшеничный | 15 | 20 | 0,79 | 1,05 |
| лук | 7,2 | 9,6 | 0,34 | 0,45 |
| чеснок | 0,8 | 1 | 0,16 | 0,20 |
| молоко | 12 | 16 | 0,51 | 0,68 |
| соль | 0,6 | 0,8 | 0,01 | 0,01 |
| Сухари панировочные | 6 | 8 | 0,54 | 0,72 |
| масло растительное | 3 | 4 | 0,21 | 0,29 |
| 124 | Перловка отварная | крупа перловая | 45 | 57 | 130 | 150 | 1,02 | 1,30 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| масло сливочное | 4,5 | 5,2 | 1,94 | 2,25 |
| 91 | Компот из смеси сухофруктов с В | сухофрукты | 15 | 20 | 150 | 200 | 2,63 | 3,50 |
| сахар песок | 15 | 20 | 0,70 | 0,93 |
| кислота лимонная | 0,08 | 0,1 | 0,03 | 0,03 |
|  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 1,37 | 1,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 83 | Рагу овощное с тушенкой | картофель | 72 | 83 | 150 | 170 | 2,52 | 2,91 |
| морковь | 38 | 44 | 1,14 | 1,32 |
| лук | 31 | 36 | 1,46 | 1,69 |
| капуста | 36 | 42 | 1,08 | 1,26 |
| томатная паста | 4,2 | 4,8 | 1,09 | 1,25 |
| масло сливочное | 9 | 10,5 | 3,89 | 4,54 |
| мясные консервы | 30 | 35 | 10,06 | 11,74 |
| сахар песок | 1,3 | 1,5 | 0,06 | 0,07 |
| соль | 1,3 | 1,5 | 0,01 | 0,02 |
| лавровый лист | 0,02 | 0,03 | 0,02 | 0,02 |
| 96 | Чай с сахаром | чай | 0,3 | 0,4 | 150 | 200 | 0,21 | 0,28 |
| сахар песок | 12 | 16 | 0,56 | 0,75 |
|  | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 30 | 30 | 1,58 | 1,58 |
| **Стоимость дня** | | | | | | | **86,02** | **106,04** |
| **Средняя стоимость по двадцатидневному меню** | | | | | | | **99,21** | **115,85** |
| Пищевая и энергетическая ценность | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества, г | | | | Энергетическая ценность | |  |  |  |
|  |  |  |
| Возраст | Б | Ж | У | Ккал | |  |  |  |
| 1,5-3 лет | 30,2 | 32,4 | 151 | 1093 | |  |  |  |
| 3-7 лет | 36,3 | 39,6 | 202,5 | 1382 | |  |  |  |