|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | I день: | Неделя: первая | | | | | | |
| понедельник |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Суп молочный с гречневой крупой и сл. маслом | 150 | 4,47 | 4,1 | 12,8 | 106,8 | 0,7 | 222 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,30 | 15,0 | 78 |  |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| Сыр | 10 | 2,32 | 2,95 | - | 36 |  | 7 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,4 | 2,0 | 12,0 | 75,8 | 0,9 | 414 |
| *Итого:* | 345 | **11,32** | **13,2** | **46,55** | **357,6** | **1,6** |  |
| **2завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| *Итого:* | 100 | **0,5** | **-** | **10,1** | **42,4** | **2,0** |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с луком (чесноком) | 30 | 0,4 | 1,8 | 1,1 | 28,2 | 2,85 | 34 |
| Щи на мясном б-не со сметаной свеж. Капустой, картоф. | 150 | 1,2 | 4,1 | 5,2 | 53,3 | 13,3 | 73 |
| Плов с мясом птицы | 160 | 16,3 | 14,9 | 27,1 | 309,4 | 0,8 | 321 |
| Кисель | 150 | 0,16 | 0,01 | 26,4 | 106,5 | 0,1 | 397 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 |  |  |
| *Итого:* | 520 | 20,25 | **21,14** | **72,4** | **562,0** | **17,05** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Печенье пром. | 30 | 2,0 | 4,2 | 21,0 | 131,0 | - |  |
| *Итого:* | 180 | **6,2** | **9,0** | **27,0** | **215,2** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Сырники с морковью | 120 | 16,9 | 13,8 | 25,3 | 294 | 0,8 | 247 |
| Соус молочный сладкий | 30 | 0,6 | 1,4 | 3,97 | 30,45 | 0,09 | 369 |
| Салат из яблок с изюмом | 30 | 0,3 | 0,3 | 2,4 | 25,9 | 1,9 | (сб. 011) |
| Чай черный с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 330 | **17,8** | **15,5** | **41,67** | **390,35** | **2,81** |  |
| *Итого за I день:* | | 1475 | ***56,07*** | ***58,84*** | ***197,72*** | ***1567,55*** | ***24,66*** |  |

Меню (1) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

Меню (2) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | II день: вторник | Неделя: первая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 150 | 3,4 | 3,1 | 23,3 | 136,5 | - | 199 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Бутерброд с маслом сливочным, сыром | 40/5/10 | 5,82 | 6,93 | 20,01 | 163 | 0,07 |  |
| ***Итого:*** | 355 | **12,42** | **12,83** | **56,3** | **387,7** | **1,51** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| *Итого:* | 100 | **0,5** | **-** | **10,1** | **42,4** | **2,0** |  |
| **Обед** | Салат из моркови с раст. маслом | 30 | 0,4 | 1,8 | 1,98 | 25,9 | 0,1 | 42 |
| Суп вермишелевый на курином бульоне | 150 | 1,8 | 2,8 | 10,4 | 80,9 | 4,9 | 88 |
| Суфле куриное | 50 | 7,25 | 9,3 | 1,5 | 118,6 | 0,1 | 310 |
| Капуста тушеная | 110 | 2,64 | 4,0 | 7,9 | 90,1 | 0,04 | 200 |
| Компот из яблок | 150 | 0,1 | 0,1 | 19,9 | 81,3 | 1,4 | 390 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 |  |  |
| *Итого :* | 520 | **14,38** | **18,33** | **54,28** | **467,4** | **6,54** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток с м.д.ж 2,5-3,2% | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Плюшка с сахаром | 50 | 3,88 | 2,36 | 26,15 | 141 | - | 449 |
| *Итого:* | 180 | **8,08** | **7,16** | **32,15** | **225,2** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из свежей капусты со свеклой | 30 | 0,3 | 1,3 | 1,74 | 19,02 | 6,9 | 21 |
| Котлета рыбная | 50 | 7,2 | 2,3 | 4,9 | 69,3 | 0,2 | 255 |
| Пюре картофельное | 120 | 2,4 | 3,8 | 16,3 | 110,4 | 14,5 | 206 |
| Чай черн. с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40,0 | 0,02 | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,8 | 34,1 |  |  |
| *Итого:* | 420 | **11,22** | **7,64** | **39,74** | **272,82** | **21,62** |  |
| *Итого за II день* | | 1575 | ***46,6*** | ***45,96*** | ***192,57*** | ***1395,52*** | ***32,87*** |  |

Меню (3) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | III день: среда | Неделя: первая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным | 150 | 3,8 | 4,6 | 1,4 | 147,8 | - | 182 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,4 | 2,0 | 12,0 | 75,8 | 0,9 | 414 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,30 | 15,0 | 78 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| ***Итого*** | 335 | **8,62** | **10,5** | **28,44** | **334,6** | **0,9** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| ***Итого*** | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** | ***418*** |
| **Обед** | Салат из свеклы с солёным огурцом | 30 | 0,4 | 1,8 | 2,0 | 26,2 | 3,3 | 37 |
| Суп крестьянский со сметаной | 150 | 1,4 | 2,85 | 6,96 | 45,8 | 3,9 | 86 |
| Гуляш из отварного мяса | 30/30 | 7,6 | 6,1 | 1,9 | 94,5 | 0,3 | 293 |
| Греча отварная | 110 | 5,5 | 3,9 | 23,9 | 155,2 | 0 | 330 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 | - |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 |  |  |
| *Итого:* | 530 | **17,39** | **14,98** | **68,16** | **472,1** | **9,6** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Булочка домашняя | 50 | 3,6 | 6,3 | 26,9 | 178,6 | - |  |
| *Итого:* | 200 | **7,8** | **11,1** | **32,9** | **262,8** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Омлет натуральный | 60 | 5,6 | 7,5 | 0,8 | 111,0 | 0,1 | 229 |
| Рагу из овощей с соусом №366 3-й вариант | 120 | 2,2 | 4,9 | 12,7 | 103,1 | 8,8 | 362 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,8 | 34,1 |  |  |
| Чай черный с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 350 | **9,12** | **12,64** | **42,94** | **288,2** | **8,92** |  |
| *Итого за III день:* | | 1515 | ***43,43*** | ***49,22*** | ***182,54*** | ***1400,1*** | ***21,9*** |  |

Меню (4) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1- 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | IV день: Четверг | Неделя: первая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным | 150 | 2,4 | 2,9 | 19,5 | 114,8 | 1,0 | 182 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Бутерброд с маслом сливочным, сыром | 40/5/10 | 5,82 | 6,93 | 20,01 | 163 | 0,07 |  |
| ***Итого:*** | 355 | **11,42** | **12,63** | **52,41** | **366,1** | **2,27** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Яблоко печеное с сахаром | 100 | **0,3** | **0,3** | **31,0** | **130,0** | **4,2** | 403 |
| *Итого:* | 100 | **0,3** | **0,3** | **31,0** | **130,0** | **4,2** | 403 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат витаминный | 30 | 0,4 | 1,8 | 2,7 | 26,2 | 9,7 |  |
| Борщ со сметаной на м/б-не | 150 | 1,2 | 4,1 | 7,35 | 78,0 | 6,2 | 63 |
| Запеканка картофельная с куриным мясом | 120 | 9,1 | 7,1 | 19,3 | 177,8 | 2,9 | 308 |
| Соус сметанный | 30 | 0,4 | 1,5 | 1,8 | 22,2 | 0,01 | 372 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,8 | 34,1 |  |  |
| *Итого:* | 500 | **12,72** | **14,74** | **58,75** | **424,1** | **19,11** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Булочка ванильная | 50 | 3,95 | 4,06 | 27,24 | 161 | - | 450 |
| *Итого:* | 200 | **8,15** | **8,86** | **33,24** | **245,2** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из моркови с маслом растительным | 30 | 0,4 | 1,8 | 1,9 | 25,9 | 0,1 | 42 |
| Запеканка рисовая с творогом | 120 | 7,28 | 5,9 | 39,9 | 242,4 | 0,06 | 203 |
| Соус молочный сладкий | 30 | 0,6 | 1,4 | 3,97 | 30,45 | 0,09 | 369 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 330 | **8,28** | **9,1** | **55,77** | **338,75** | **0,27** |  |
| *Итого за IV день:* | | *1485* | ***30,87*** | ***45,63*** | ***231,17*** | ***1504,15*** | ***27,05*** |  |

Меню (5) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1- 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | V день: Пятница | Неделя: первая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша рисовая молочная с сахаром и маслом слив. | 150 | 2,2 | 3,7 | 27,2 | 150,9 |  | 182 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,9 | 2,4 | 14,4 | 91 | - | 414 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| ***Итого*** | 345 | **7,8** | **10,1** | **61,64** | **370,9** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100,0 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| *Итого* | 100,0 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с морковью | 30 | 0,3 | 3 | 2,5 | 38,3 | 2,3 | 42 |
| Суп харчо | 150 | 3,15 | 3,3 | 13,4 | 96,2 | 5,7 | 101  Сб. 2011 |
| Котлета из куриного мяса | 60 | 11,2 | 2,5 | 9,4 | 105,8 | - | 322 |
| Овощи тушеные в сметанном соусе | 110 | 2,2 | 3,3 | 8,9 | 73,7 | 5,9 | 350/372 |
| Компот из яблок | 150 | 0,1 | 0,1 | 19,9 | 81,3 | 1,4 | 390 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 | - |  |
| *Итого:* | *515* | **17,94** | **12,38** | **59,2** | **420,9** | **15,3** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,28 | 20,12 | 96 | - |  |
| *Итого:* | 190 | **6,88** | **5,08** | **26,12** | **180,2** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Оладьи с повидлом | 150/30 | 11,9 | 11,1 | 72,9 | 437,6 | 1,3 | 432 |
| Чай без сахара | 150 | 0,06 | 0,08 | 0,3 | 2,16 | 0,1 |  |
| *Итого:* | *410* | **11,96** | **11,18** | **73,2** | **439,76** | **1,4** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за V день:* | | *1560* | ***45,08*** | ***38,74*** | ***230,26*** | ***1454,16*** | ***19,9*** |  |

Меню (6) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| VI день: понедельник | | Неделя: вторая | | | | | | |
| Наименование  блюда | | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Завтрак** | Каша «Дружба» с маслом сливочным (пшено, рис) | 150 | 3,4 | 3,8 | 23,3 | 140,3 | 0,1 | 199 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| ***Итого:*** | **340** | **9,28** | **7,0** | **56,2** | **380,8** | **1,3** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| Итого: | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с луком (чесноком) | 30 | 0,4 | 1,8 | 2,5 | 28,2 | 2,9 | 34 |
| Суп с рыбными консервами | 150 | 5,2 | 5,0 | 8,6 | 100,3 | 5,5 | 95 |
| Фрикадельки из филе птицы | 30/30 | 10,8 | 0,9 | 5,2 | 71,3 | - | 325 |
| Рис отварной | 110 | 2,64 | 3,2 | 27,5 | 149,3 | - | 330 |
| Компот из сухофруктов без сахара | 150 | 0,3 | 0,01 | 20,8 | 80,8 | 0,3 |  |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 | - |  |
| *Итого:* | 530 | **21,32** | **11,27** | **74,8** | **481,1** | **8,7** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Гренка из хлеба пшеничного | 20 | 2,5 | 0,32 | 15,2 | 73,64 | - | 123 |
| *Итого:* | 170 | **6,7** | **5,12** | **21,2** | **157,84** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из моркови с раст. маслом | 30 | 0,4 | 1,8 | 1,9 | 25,9 | 0,1 | 42 |
| Крупеник с творогом и молочным соусом | 120 | 14,48 | 10,48 | 26,8 | 259,2 | 0,3 | 200 |
| Соус молочный сладкий | 30 | 0,6 | 1,4 | 3,97 | 30,45 | 0,09 | 369 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 330 | **15,48** | **13,68** | **42,67** | **355,55** | **0,51** |  |
| *Итого за VI день:* | | 1470 | ***53,28*** | ***37,07*** | ***204,97*** | ***1417,69*** | ***13,71*** |  |

Меню (7) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1- 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| VII день: вторник | | Неделя: вторая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Суп вермишелевый молочный с маслом слив. | 150 | 4,3 | 3,9 | 14,1 | 108,9 | 0,7 | 100 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,9 | 2,4 | 14,4 | 91 | - | 414 |
| Бутерброд с маслом сливочным, сыром | 40/5/10 | 5,06 | 7,27 | 14,62 | 162,25 | 0,19 |  |
| ***Итого:*** | 355 | **12,26** | **13,57** | **43,12** | **362,15** | **0,89** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| ***Итого:*** | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с раст. маслом | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 28,2 | 2,9 | 34 |
| Суп овощной на курином бульоне | 150 | 1,6 | 2,9 | 10,1 | 63,2 | 7,2 | 83  сб. 2011г. |
| Печень тушеная в сметане | 30/30 | 7,7 | 4,5 | 5,4 | 91,6 | 17,9 |  |
| Макароны отварные | 120 | 4,6 | 3,4 | 21,3 | 132,4 | - | 219 |
| Кисель | 150 | 0,16 | 0,01 | 26,4 | 106,6 | 0,1 | 397 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 | - |  |
| *Итого:* | 540 | **16,65** | **13,04** | **78,3** | **486,6** | **28,1** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Вафли | 40 | 1,3 | 11,7 | 25,1 | 205,6 | - |  |
| *Итого:* | 190 | **5,5** | **16,5** | **31,1** | **289,8** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из белокочанной капусты | 30 | 0,4 | 1,5 | 2,6 | 25,8 | 10,4 | 21 |
| Рыба, запеченная в омлете | 60 | 9,8 | 3,3 | 1,9 | 76,5 | 0,1 | 263 |
| Картофельное пюре | 120 | 2,4 | 3,8 | 16,3 | 110,4 | 14,5 | 206 |
| Чай с сахаром | 180 | 0 | 0 | 10 | 40 | 0,02 | 411 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 | - |  |
| *Итого:* | 420 | **14,58** | **8,96** | **41,0** | **303,9** | **25,02** |  |
| *Итого за VII день:* | |  | 1605 | ***49,49*** | ***52,07*** | ***203,62*** | ***1484,9*** | ***57,21*** |

Меню (8) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| VIII день: Среда | | Неделя: вторая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша рисовая молочная вязкая со сл. маслом и сахаром | 150 | 1,5 | 3,0 | 20,3 | 115,5 |  | 199 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| *Итого:* | *345* | **7,4** | **9,8** | **53,24** | **332,8** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| итого | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с яблоком | 30 | 0,33 | 1,6 | 3,4 | 29,01 | 2,8 | 36 |
| Суп картофельный с клецками на кур. бульоне | 150 | 2,0 | 3,6 | 10,3 | 72,9 | 3,5 | 91 |
| Курица тушеная в соусе | 60 | 7,5 | 2,3 | 2,4 | 60 | 0,3 | 318 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5,5 | 3,9 | 23,9 | 155,2 | 0 | 330 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 | - |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 | - |  |
| *Итого:* | 530 | **17,82** | **11,73** | **73,4** | **467,51** | **6,9** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный продукт | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Сушка | 30 | 2,82 | 1,8 | 20,1 | 107,7 | - |  |
| *Итого:* | 180 | **7,02** | **6,6** | **26,1** | **191,9** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Винегрет | 70 | 1,9 | 7,8 | 11,8 | 132,7 | 14,3 | 46 |
| Омлет натуральный | 60 | 5,6 | 7,5 | 0,7 | 95,3 | 0,12 | 229 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40 | 0,02 | 411 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 | - |  |
| Итого: | 310 | **9,48** | **15,66** | **32,7** | **319,2** | **14,44** |  |
| *Итого за VIII день:* | | 1465 | ***42,22*** | ***43,79*** | ***195,54*** | ***1353,81*** | ***25,74*** |  |

Меню (9) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1- 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| IX день: Четверг | | Неделя: вторая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочн. вязкая | 150 | 3,4 | 3,1 | 23,3 | 136,5 | 1,5 | 182 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,9 | 2,4 | 14,4 | 91 | - | 414 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| ***Итого:*** | 345 | **9,0** | **9,5** | **57,74** | **356,5** | **1,5** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| ***Итого:*** | 100 | **0,5** | **-** | **10,1** | **42,4** | **2,0** | **418** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 30 | 0,4 | 0,06 | 3,5 | 15,7 | 1,4 | 42 |
| **Обед** | Салат из Моркови с сахаром | 150 | 1,6 | 2,9 | 10,1 | 63,2 | 7,2 | 83 |
| Суп картофельный на курином бульоне | 120 | 10,7 | 12,9 | 13,5 | 212,8 | 28 | 166 |
| Запеканка капустная с мясом | 150 | 0,16 | 0,01 | 26,4 | 106,6 | 0,1 | 397 |
| Кисель | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб ржаной | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 |  |  |
| *Итого:* | 480 | **15,05** | **16,2** | **66,1** | **462,9** | **36,7** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 179 | - | 452 |
| *Итого:* | 200 | **7,84** | **11,06** | **32,96** | **263,2** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из белокочанной капусты | 30 | 0,4 | 1,5 | 2,6 | 25,8 | 10,5 | 21 |
| Вареники ленивые | 150 | 20,2 | 10,1 | 37,2 | 306,8 | 1,1 | 244 |
| Соус молочный сладкий | 30 | 0,6 | 1,4 | 3,97 | 30,45 | 0,09 | 369 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10,0 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 360 | **21,2** | **13,0** | **53,77** | **403,05** | **11,71** |  |
| *Итого IX за день:* | | 1485 | ***53,59*** | ***49,76*** | ***220,67*** | ***1528,05*** | ***53,11*** |  |

Меню (10) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1- 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| X день: Пятница | | Неделя: вторая | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша «Дружба» вязкая с маслом сливочным (пшено, рис) | 150 | 3,4 | 3,8 | 23,3 | 140,3 | 0,1 | 199 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| *Итого:* | 345 | **9,3** | **10,6** | **56,24** | **357,6** | **1,3** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| итого | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с раст. маслом | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 28,2 | 2,9 | 34 |
| Суп картоф. с мясными фрикадельками | 150 | 3,2 | 2,9 | 9,9 | 77,9 | 6,6 | 89 |
| Котлеты рыбные | 50 | 6,4 | 2,1 | 4,4 | 61,6 | 0,1 | 271 |
| Картофельное пюре | 120 | 2,5 | 3,8 | 14,6 | 98,0 | 12,9 | 339 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 | - |  |
| *Итого:* | *530* | **14,99** | **11,03** | **64,8** | **415,5** | **22,8** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Ватрушка (пирожок) с джемом | 60 | 3,8 | 2,6 | 37,8 | 190 | 0,06 | 441 |
| *Итого:* | 210 | **8,0** | **7,4** | **43,8** | **274,2** | **1,26** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Оладьи с повидлом | 150/30 | 11,9 | 11,1 | 72,9 | 437,6 | 1,3 | 432 |
| Чай с молоком | 150 | 2,2 | 1,95 | 11,9 | 74,2 | 1,2 | 413 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого:* | 330 | **14,1** | **13,05** | **84,8** | **511,8** | **2,5** |  |
| *Итого за X день:* | | 1515 | ***46,89*** | ***42,08*** | ***259,74*** | ***1601,5*** | ***29,86*** |  |

Меню (11) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1 – 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| XI день: Понедельник | | Неделя: третья | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша манная молочная вязкая с маслом слив. | 150 | 2,4 | 2,9 | 19,5 | 114,8 |  | 182 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,9 | 2,4 | 14,4 | 91 | - | 414 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| *Итого:* | 345 | **8,0** | **9,3** | **53,94** | **334,8** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| итого | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из белокочанной капусты с раст. маслом | 30 | 0,4 | 1,5 | 2,6 | 26,3 | 10,4 | 21 |
| Щи на мясном б-не со сметаной свеж. капустой, картоф. | 150 | 1,26 | 5,0 | 5,2 | 53,3 | 13,3 | 73 |
| Тефтели мясные | 30/30 | 4,3 | 4,8 | 5,6 | 82,5 | 0,3 | 303 |
| Греча отварная | 110 | 5,5 | 3,9 | 23,9 | 155,2 | 0 | 330 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 |  |  |
| *Итого:* | 530 | 12,74 | **15,56** | **68,3** | **454,3** | **24,3** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Гренка из пшеничного хлеба | 40 | 4,9 | 0,63 | 30,4 | 147,28 | - | 123 |
| *Итого:* | 190 | **9,1** | **5,43** | **36,4** | **231,48** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из моркови и яблок | 30 | 0,2 | 1,6 | 6,1 | 24,6 | 2,1 | 41 |
| Сырники запеченные с повидлом 100/30 | 130 | 18,81 | 12,67 | 30,9 | 309 | 0,40 | 245 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10,0 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 310 | **19,01** | **14,27** | **47,0** | **373,6** | **2,52** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за XI день:* | | 1475 | ***49,35*** | ***44,56*** | ***215,74*** | ***1436,58*** | ***30,02*** |  |

Меню (12) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| XII день: Вторник | | Неделя: третья | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша «Янтарная» (пшенная с яблоками) и сл. маслом | 150 | 6,1 | 7,3 | 28,8 | 204,8 | **1,1** | 194 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Бутерброд с маслом сливочным, сыром | 40/5/10 | 5,06 | 7,27 | 14,62 | 162,25 | 0,19 |  |
| ***Итого:*** | 355 | **14,36** | **17,37** | **56,32** | **455,35** | **2,49** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| ***Итого:*** | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Огурец соленый | 30 | 0,3 | 0,06 | 1,4 | 12,0 | 4,3 |  |
| Суп гороховый на мясном  б-не с гренками | 150/10 | 4,4 | 3,4 | 15,9 | 112,6 | 3,5 | 87 |
| Суфле из отварного мяса (куриное) | 60 | 10,26 | 5,3 | 1,8 | 96 | 0,02 | 327 |
| Картофельное пюре | 120 | 2,5 | 3,8 | 14,6 | 98,0 | 12,9 | 339 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 |  |  |
| *Итого:* | 550 | **19,74** | **12,92** | **64,7** | **455,6** | **21,02** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,28 | 20,12 | 96 |  |  |
| *Итого:* | 190 | **6,88** | **5,08** | **26,12** | **180,2** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Оладьи с повидлом | 150/30 | 11,9 | 11,1 | 72,9 | 437,6 | 1,3 | 432 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10,0 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 330 | **11,9** | **11,1** | **82,9** | **477,6** | **1,32** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за XI1 день:* | | 1525 | ***53,38*** | ***46,47*** | ***240,14*** | ***1611,15*** | ***28,03*** |  |

Меню (13) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1- 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| XIII день: Среда | | Неделя: третья | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша рисовая молочная вязкая со сл. маслом и сахаром | 150 | 1,5 | 3,0 | 20,3 | 115,5 |  | 199 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,9 | 2,4 | 14,4 | 91 | - | 414 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| ***Итого:*** | 345 | **7,1** | **9,4** | **54,74** | **335,5** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| ***Итого:*** | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с маслом растительным | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 28,2 | 2,9 | 34 |
| Свекольник со сметаной | 150 | 1,6 | 4,0 | 8,9 | 78,9 | 5,3 | 64 |
| Жаркое по-домашнему | 160 | 20,0 | 5,4 | 15,9 | 180,7 | 1,4 | 292 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0,0 | 20,8 | 85,8 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 | - |  |
| *Итого:* | 520 | **24,49** | **11,63** | **60,7** | **438,2** | **9,9** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Печенье | 35 | 2,1 | 2,7 | 21,3 | 166,8 | - |  |
| *Итого:* | 185 | **6,3** | **7,5** | **27,3** | **251** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из белокочанной капусты с морковью | 30 | 0,4 | 2,2 | 2,7 | 26,3 | 9,7 | 21 |
| Котлета рыбная любительская | 50 | 6,7 | 2,1 | 5,4 | 67,5 | 1,7 | 272 |
| Соус томатный | 30 | 0,3 | 1,3 | 2,4 | 22,35 | 0,7 | 366 |
| Рис отварной | 110 | 2,64 | 3,2 | 27,5 | 149,3 | - | 330 |
| Чай с сахаром и лимоном | 150 | 0,1 | 0,01 | 12,2 | 49,5 | 2,8 | 412 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 42,7 |  |  |
| *Итого:* | 400 | **11,82** | **9,17** | **60,4** | **357,65** | **14,9** |  |
| *Итого за XIII день:* | | 1550 | ***50,21*** | ***37,7*** | ***213,24*** | ***1424,75*** | ***28,0*** |  |

Меню (14) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1-3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| XIV день: Четверг | | Неделя: третья | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша пшенная молочная с тыквой и маслом сл. | 150 | 5,5 | 5,0 | 26,4 | 172,7 | 2,4 | 183 |
| Какао с молоком | 150 | 3,2 | 2,8 | 12,9 | 88,3 | 1,2 | 416 |
| Бутерброд с сыром и маслом слив. | 40/5/10 | 5,06 | 7,27 | 14,62 | 162,25 | 0,19 | - |
| *Итого:* | 435 | **13,76** | **15,07** | **53,92** | **423,25** | **3,79** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| Итого | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат витаминный | 30 | 0,4 | 1,8 | 2,7 | 26,2 | 9,7 | 224 |
| Суп лапша с курицей | 150 | 1,5 | 3,1 | 7,3 | 63,8 | 0,3 | 94 |
| Голубцы ленивые с куриным мясом | 130 | 11,4 | 7,3 | 16,4 | 177,9 | 16,2 | 315 |
| Компот из сухофруктов без сахара | 150 | 0,3 | 0,0 | 9,2 | 39,2 | 0,3 | 394 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 |  |  |
| *Итого:* | 490 | **15,58** | **12,56** | **45,8** | **358,3** | **26,5** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | Кисломолочный напиток | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Гренка из хлеба пшеничного | 40 | 4,9 | 0,63 | 30,4 | 147,28 | - | 123 |
| *Итого:* | 190 | **9,1** | **5,43** | **36,4** | **195,48** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из моркови с яблоком | 30 | 0,3 | 0,2 | 2,8 | 26,1 | 1,7 | 45 |
| Запеканка рисовая с творогом | 120 | 7,3 | 5,9 | 39,9 | 242,4 | 0,06 | 203 |
| Соус молочный | 30 | 0,6 | 1,4 | 3,9 | 30,5 | 0,09 | 369 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10,0 | 40,0 | 0,02 | 411 |
| *Итого:* | 330 | **10,2** | **9,17** | **70,36** | **425,05** | **3,1** |  |
| *Итого за XIV день:* | | *1545* | ***55,27*** | ***48,63*** | ***237,71*** | ***1656,18*** | ***46,79*** |  |

Меню (15) **УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий\_\_\_\_\_\_\_

**(ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 1 – 3 ГОДА)**

12-часовой режим пребывания

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| XV день:Пятница | | Неделя: третья | | | | | | |
| **Завтрак** | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| Каша пшенная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным | 150 | 3,4 | 3,1 | 23,3 | 136,5 | - | 199 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,9 | 2,4 | 14,4 | 91 | - | 414 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,68 | 0,4 | 20,0 | 96 | - |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,6 | 0,04 | 33,0 |  | 6 |
| ***Итого*** | 345 | **9,0** | **9,5** | **57,74** | **356,5** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100 | 0,5 | - | 10,1 | 42,4 | 2,0 | 418 |
| *Итого* | 100 | ***0,5*** | ***-*** | ***10,1*** | ***42,4*** | ***2,0*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Икра свекольная | 30 | 0,7 | 1,4 | 3,6 | 18,0 | 2 | 55 |
| Рассольник «Ленинградский» со сметаной | 150 | 1,6 | 4,1 | 10,4 | 85,5 | 7,3 | 82 |
| Тефтели из рыбы паровые | 50 | 7,7 | 0,6 | 4,4 | 47,5 | 0,04 | 276 |
| Картофельное пюре | 120 | 2,5 | 3,8 | 14,6 | 98,0 | 12,9 | 339 |
| Компот из яблок | 150 | 0,1 | 0,1 | 19,9 | 81,3 | 1,4 | 390 |
| Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,1 | 25,6 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,15 | 7,5 | 39,0 | - |  |
| *Итого:* | *530* | **14,79** | **10,33** | **65,5** | **394,9** | **23,64** |  |
| **Полдник** | Кисломолочный продукт | 150 | 4,2 | 4,8 | 6,0 | 84,2 | 1,2 | 420 |
| Булочка домашняя | 50 | 3,6 | 6,3 | 26,9 | 178,6 | - |  |
| *Итого :* | 200 | **7,8** | **11,1** | **32,9** | **262,8** | **1,2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | Салат из белокочанной капусты с морковью | 30 | 0,4 | 2,2 | 2,7 | 26,3 | 9,7 | 21 |
| Котлета куриная | 60 | 11,2 | 2,5 | 9,4 | 105,8 | - | 322 |
| Гречка отварная со слив. маслом | 110 | 5,5 | 3,9 | 23,9 | 155,2 | 0 | 330 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0 | 10 | 40 | 0,02 | 411 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 51,2 | - |  |
|  | *Итого:* | 380 | **19,08** | **8,96** | **56,2** | **378,5** | **9,72** |  |
| *Итого за XV день:* | | *1555* | ***51,17*** | ***39,89*** | ***221,54*** | ***1434,2*** | ***36,56*** |  |