



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДА НЕВИННОМЫССКА

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок»
города Невинномысска

ПРИКАЗ

30.05.2024 г.

№ 76-о/д

Невинномысск

Об утверждении примерного 10 дневного меню

В целях организации сбалансированного рационального питания детей, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд,
п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить примерное 10-дневное меню для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 лет (приложение 1) и от 3 до 7 лет (приложение 2), посещающих муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок» города Невинномысска с 12-часовым режимом функционирования на летний - осенний сезон 2024 года.

2. Ввести в работу данное меню с 03.06. 2024 г.

3. Кладовщику, Шпак Н.М., составлять ежедневное меню-требование в соответствии с примерным 10-дневным меню для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 лет (приложение 1) и от 3 до 7 лет (приложение 2), посещающих муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок» города Невинномысска с 12-часовым режимом функционирования на летний - осенний сезон 2024 года.

4. Возложить ответственность за соблюдение примерного 10-дневного меню для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет, посещающих муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок» города Невинномысска с 12-часовым режимом функционирования на летний - осенний сезон 2024 года на поваров Губскую Л.И., Шпак Н.М., кладовщика Шпак Н.М.

5. Контроль за соблюдением данного приказа оставляю за собой.

Заведующий
МБДОУ № 47 г. Невинномысска



Л.В. Комарова

Приложение 1
к приказу МБДОУ № 47
г. Невинномыска
от 30.05.2024г. № 76-о/д

***Примерное 10 дневное меню
для организации питания детей с 1,5 до 3 лет;
посещающих муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение «Центр
развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок»
города Невинномыска,
с 12-часовым пребыванием
(сезон: летний – осенний)***

1 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (гречка)		150	5,8	7,7	20,4	79,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	150	0,1	0	8	31,9	0
Итого выход 300		325	0	0	0	0	0
Второй завтрак							
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
Суп картофельный	206	150	1,6	3,1	14,4	88	11,1
Плов из птицы (бедро)	893-2	30/180	11,9	10,2	31,1	242	3,7
Томат свежий		20	0,1	0	0,8	3,8	5
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		540	0	0	0	0	0
Полдник							
Молоко	1226	186	5,1	4,4	8,2	93,3	0
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
200		200	0	0	0	0	0
Ужин							
Капуста тушеная	440	120	2,9	3,6	13,5	95,7	63,9
Шницель рыбный натуральный	675	70	10,9	4,4	6,7	109	1,2
Хлеб пшеничный		30	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Чай	12033	180	0	0	11,1	41,3	0
Итого выход 400		400	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			46,6	38,7	176,5	1127,6	86,9

2 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная «Геркулес» жидкая	548	150	6,9	8,1	25,23	200,2	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1203	150	0	0	10,1	37,6	0
Итого выход 300		425	0	0	0	0	0
Второй завтрак							
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
Борщ сибирский	320	150	2,4	3,1	11,1	80,4	12,5
Сметана		3	0,08	0,45	0,11	4,8	0
Биточки, рубленные из птицы	671	60	9,1	6,7	5,4	118,1	0
Макароны отварные	429	100	3,6	1,5	26,3	129,4	0
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		523	0	0	0	0	0
Полдник							
Кефир	1226	150	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Яйцо отварное		40	5,1	4,6	0,3	62,8	0
Икра кабачковая		30	0,6	2,7	2,6	36	2,1
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин							
Запеканка из творога	620	180	29	6,4	27,3	280,9	0,7
Соус молочный сладкий	1041	30	0,9	1,8	4,8	38,8	0
Какао на цельном молоке	1221	180	5,1	4,6	71,6	111,3	0
Итого выход 400		400	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			75,18	49,05	249,34	1485,6	20,6

3 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	С
			Б	Ж	У		
			Завтрак				
Каша молочная пшеничная жидкая 1/2	548	150	4,7	5,5	23	158,8	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	150	0,1	0	8	31,9	0
Итого выход 300		430	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп картофельный с пшеном	297	150	1,5	1,2	12	61,9	7,7
Котлета рубленая из птицы	667	60	9,6	7,3	9,7	135,3	0
Свекла тушеная	442	70	1,4	2,3	7,9	55,4	7,3
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		490	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко кипяченое	1226	170	4,7	4,3	8	90,1	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Рыба припущенная	478	75	14,6	0,6	0,3	65	0,3
Соус томатный		30	0,4	2,7	1,8	33,1	3,6
Пюре картофельное	429	100	2,3	2,9	17	99,6	12
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Чай	12033	180	0	0	11,1	41,3	0
Итого выход 400		425	0	0	0	0	0
Итого			49,4	28,2	185,8	1163	34,9

4 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептур ы	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (пшено) 1/2	548	150	3,5	3,7	16,8	111,8	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0	37,5	0
Чай	1203	150	0	0	10,1	37,6	0
Итого выход 300		525	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп картофельный с макаронными изделиями	307	150	1,7	2,1	14,4	80	7,7
Птица, тушенная с овощами	909	160	11	10,7	26,3	234,3	20,6
Соус красный основной	1011	20	0,2	0,3	1,5	9,5	1
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		540	0	0	0	0	0
Уплотненный полдник			0	0	0	0	0
Кефир	1226	186	5,6	4,6	7,4	94,8	1,3
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Омлет натуральный	558	80	8,2	10,1	1,5	129,7	0
Икра кабачковая	119	120	2,1	6,4	12,5	114,4	39,7
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
Итого выход 400		400	0	0	0	0	0
Итого			40,73	43,7	163,3	1203	74,3

5 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Вита мин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак				
Каша молочная манная	385	150	6,6	7,5	26,9	196,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0	37,5	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
Итого выход 300		355	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Борщ Украинский	278	150	1,5	2	10,9	65,8	14,4
Сметана		3	0,08	0,45	0,11	4,8	0
Котлета, рубленые из птицы	671	60	9,6	7,3	9,7	135,3	0
Каша вязкая пшеничная		100	3,1	1,5	1,8	97,2	0
Соус красный основной	1011	20	0,2	0,3	1,5	9,5	1
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		523	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко	1226	186	5,1	4,4	8,2	93,3	0
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Фрикадельки рыбные с томатным соусом	517	50	6,55	1	3,9	50,25	0,65
Пюре картофельное	429	120	2,7	3,8	20,4	122,1	14,4
Соус томатный	1011	20	0,2	0,3	1,5	9,5	1
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб пшеничный		20	0,3	1,5	1,3	19,5	0
Чай	12033	150	0	0	10,1	37,6	0
Итого выход 400		410	0	0	0	0	0
Итого			42,96	35,65	161,31	1194,65	37,45

6 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность, ккал	С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (пшено) 1/2	548	150	5,8	7,7	20,4	79,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	5	5	0,03	4,1	0	37,5	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	150	0,1	0	8,03	31,9	0
Итого выход 300		325	0	0	0	0	0
Второй завтрак							
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
Щи из свежей капусты с картофелем	187	150	1,1	3	6,1	54,9	18,6
Сметана		3	0,08	0,45	0,11	4,8	0
Биточки, рубленые из птицы	671	60	9,1	6,7	5,4	118,1	0
Каша рассыпчатая гречневая	378	60	3,6	1,6	19,6	102,7	0
Соус томатный		20	0,2	20	0,6	3	2
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		503	0	0	0	0	0
Полдник							
Кефир	1226	186	5,6	4,6	7,4	94,8	1,3
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
200		240	0	0	0	0	0
Ужин							
Котлета рыбная (минтай)	54-3р	70	9,94	4	5,04	89,2	0
Макароны, запеченные с яйцом	569	110	6,3	6,5	20,6	145,3	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Чай	1203	180	0	0	11,1	41,3	0
Итого выход 400		400	0	0	0	0	0
Итого			50,35	60,35	167,78	1119	27,9

7 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая	385	150	6,6	7,5	26,9	196,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1203	150	0	0	10,1	37,6	0
Итого выход 300		425	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп картофельный с макаронными изделиями	297	150	1,7	2,1	14,4	80	7,7
Сметана		3	0,08	0,45	0,11	4,8	0
Котлета рубленая из птицы	667	60	9,6	7,3	9,7	135,3	0
Свекла тушенная	442	80	1,68	2,64	9,68	66,88	8,96
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		483	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко кипяченое	1226	170	4,7	4,3	8	90,1	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Фрикадельки рыбные с томатным соусом	517	50	6,55	1	3,9	50,25	0,65
Соус томатный		30	4	2,7	1,8	33,1	3,6
Рагу из овощей	445	150	3,15	3	20,25	117,3	42,9
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Итого выход 400		440	0	0	0	0	0
Итого			46,76	35,79	187,04	1210,83	67,81

8 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Вита мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с макаронами	548	150	5,4	5,3	21,1	151,2	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	150	0,1	0	8,03	31,9	0
Итого выход 300		330	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп овощной	300	150	1,2	3	7,9	62	11,9
Жаркое по-домашнему	820	39/180	14,5	10,9	24,4	248,2	19,7
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		540	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Кефир	1226	150	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Яйцо отварное		40	5,1	4,6	0,3	62,8	0
Икра кабачковая		30	0,6	2,7	2,6	36	2,1
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Пудинг из творога с рисом	236	200	30,53	7,79	37,78	339,64	0,8
Соус молочный сладкий	1041	30	0,9	1,8	4,8	3,8	0
Какао на цельном молоке	1221	180	5,1	4,6	71,6	131	0
Итого выход 400		410	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			75,73	46,19	249,41	1443,24	39,5

9 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная пшеничная жидкая (1/2)	385	150	4,7	5,5	23	158,8	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1203	150	0	0	10,1	37,6	0
Итого выход 300		425	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Борщ Украинский	278	150	1,5	2	10,9	65,8	14,4
Сметана		3	0,08	0,45	0,11	4,8	0
Плов из птицы (бедро)	893-2	30/180	11,9	10,2	31,1	242	3,7
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		540	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко кипяченое	1226	170	4,2	3,8	7,1	79,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Итого выход 200		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Капуста тушеная	440	120	2,7	3,6	13,4	95,3	64,5
Шницель рыбный натуральный	511	80	12,3	4,8	7,3	120,3	1,4
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
Итого выход 400		400	0	0	0	0	0
Итого			46,08	35,15	185,21	1203,1	88

10 день (Ясли).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Капа молочная рисовая жидкая	548	150	4,3	6,2	25,3	169,4	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	150	0,1	0	8,03	31,9	0
Итого выход 300		330	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп с клецками	213	39/150	2,4	3,4	15,8	100,6	5,4
Биточки, рубленые из птицы	671	60	9,1	6,7	5,4	118,1	0
Пюре картофельное	429	100	2,3	2,9	17	99,6	12
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	13,7	54,2	0
Итого выход 450		540	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Кефир	1226	186	5,6	4,6	7,4	94,8	1,3
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
Итого выход (200-250)		200	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Омлет натуральный	588	80	8,2	10,1	1,5	129,7	0
Икра кабачковая	119	120	2,1	6,4	12,5	114,4	39,7
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Чай	1203	180	0	0	11,1	41,3	0
Итого выход 400		400	0	0	0	0	0
Итого			44,8	42,4	185,93	1298,2	62,4

Приложение 2
к приказу МБДОУ № 47
г. Невинномыска
от 30.05.2024г. № 76-о/д

***Примерное 10 дневное меню
для организации питания детей с 3 до 7 лет;
посещающих муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение «Центр
развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок»
города Невинномыска,
с 12-часовым пребыванием
(сезон: летний - осенний)***

1 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак				
Суп молочный с крупой (гречка)	548	200	7,7	10,5	27,4	231,1	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
400		415	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп картофельный с бобовыми	206	200	4,7	4,2	17,8	123,7	6,8
Плов из птицы	893-2	36/210	13,9	11,9	31,1	279	4,3
Томаты свежие		30	0,2	0	1,3	5,7	7,5
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		660	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко	1226	208	5,8	5,2	9,7	0	110
Печенье		42	4,2	2,1	16,8	52,6	0
250		250	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Капуста тушеная	440	160	3,4	4,5	16,7	119,2	80,7
Шницель рыбный натуральный	511	80	12,3	4,8	7,3	120,3	1,4
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Чай	1203	180	0	0	11,1	41,3	0
450		450	0	0	0	0	0
Итого			61,4	48,3	220,1	1369,9	212,7

2 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная «Геркулес» жидкая	548	200	8,95	5,5	328,4	258,5	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	12033	180	0	0	11,1	41,3	0
400		515	0	0	0	0	0
Второй завтрак							
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
Борщ сибирский	320	200	3,3	3,3	14,8	97,8	16,5
Сметана		4	0,1	0,6	0,15	96,4	0
Биточки, рубленые из птицы	671	80	13,7	9,7	8,1	174,4	0
Макароны отварные	569	120	4,7	1,7	33,8	165,3	0
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		654	0	0	0	0	0
Полдник							
Кефир	1226	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Яйцо отварное		40	5,1	4,6	0,3	62,8	0
Икра кабачковая		30	0,6	2,7	2,6	36	2,1
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
250		270	0	0	0	0	0
Ужин							
Запеканка из творога	620	220	38,8	7,5	34,3	356,7	1
Соус молочный сладкий	1041	30	0,9	1,8	4,8	38,8	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Какао на цельном молоке	1221	180	5,1	4,6	71,6	131	0
450		450	0	0	0	0	0
Итого			96,75	51,6	592,85	1930,7	24,9

3 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецепт уры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	С
			Б	Ж	У		
			Завтрак				
Каша молочная пшеничная жидкая (1/2)	385	200	6	7,6	29,8	209,5	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток без молока	1221	180	5,1	4,5	19,5	139,5	0
400		420	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп картофельный с крупой пшено	304	200	1,9	1,7	16	82,4	10,2
Котлета	667	80	17,3	13,1	16,4	248,5	0,8
Свекла тушеная	442	110	2,2	3,6	13,3	92	12,3
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		640	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко кипяченое	1226	200	5,6	5	9,4	0	106
Хлеб пшеничный		30	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Повидло		20	0,1	0	613	49	0,1
250		250	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Рыба припущенная	478	90	17,4	0,8	0,3	77,8	0,4
Соус томатный		30	4	2,7	1,8	33,1	3,6
Пюре картофельное	429	150	3,5	4,6	25,4	152,3	18
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Чай	1203	180	0	0	11,1	41,3	0
450		490	0	0	0	0	0
Итого			1,8	45,3	846,5	1537,3	155,4

4 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (пшениной). 1/2	236	200	4,7	4,6	17,8	128,3	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1221	180	0	0	11,1	41,3	0
400		505	0	0	0	0	0
Второй завтрак							
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
			0	0	0	0	0
Суп картофельный с макаронными изделиями	307	200	2,2	2,7	19,2	105,8	10,2
Птица, тушенная с овощами	909	200	13,9	13,3	31,5	295,7	25,2
Соус красный основной	1011	30	0,3	0,4	2,5	14,8	1,6
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		50	0,6	0	0,3	3,8	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		680	0	0	0	0	0
Полдник							
			0	0	0	0	0
Кефир	1226	208	5,82	6,6	8,5	123	1,5
Печенье		42	4,2	2,1	16,8	52,6	0
250		250	0	0	0	0	0
Ужин							
			0	0	0	0	0
Омлет натуральный	558	110	11,1	13,6	2,1	174,6	0
Икра кабачковая	119	150	2,7	8	15,7	142,9	49,7
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Кофейный напиток без молока	12033	180	5,1	4,5	19,5	139,5	0
450		470	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			48,92	51,7	144,7	1177,3	90,2

5 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Вита мин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак				
Капа молочная манная	548	200	8,5	10,3	34,8	260	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
400		415	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Борщ Украинский	278	200	1,9	2,6	14,3	86,1	19,1
Сметана		4	0,1	0,6	0,15	96,4	0
Котлеты, рубленые из птицы	671	80	12,9	9,5	12,9	186,9	0
Пюре из бобовых	410	100	11,6	5	26,8	191,2	0
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		634	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко	1226	208	5,8	5,2	9,7	0	110
Печенье		42	4,2	2,1	16,8	52,6	0
250		250	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Фрикадельки рыбные с томатным соусом	517	50	6,55	1	3,9	50,25	0,65
Соус томатный		20	0,3	1	1,9	18,7	2,4
Пюре картофельное	429	200	4,6	5,8	34	199,2	24
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Чай	12033	180	0	0	11,1	41,3	0
450		500	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			66,05	48,2	153,5	1585,65	162,15

6 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность, ккал	С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (пшениной) 1/2	548	200	4,7	4,2	20,8	135,7	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Масло сливочное	5	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
400		415	0	0	0	0	0
Второй завтрак							
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
Щи из свежей капусты с картофелем	187	200	1,4	4	8,3	73,1	24,8
Сметана		4	0,1	0,6	0,15	96,4	0
Птица отварная	637	80	20,1	14	0,7	209,5	0,2
Каша рассыпчатая гречневая	378	90	5,4	2,4	29,2	153,4	0
Соус томатный		30	4	2,7	1,8	33,1	3,6
Томаты свежие		30	0,2	0	1,3	5,7	7,5
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		650	0	0	0	0	0
Полдник							
Кефир	1226	208	5,82	6,6	8,5	123	1,5
Печенье		42	4,2	2,1	16,8	52,6	0
250		250	0	0	0	0	0
Ужин							
Котлета рыбная (минтай)	54-3р	70	9,94	4	5,04	89,2	0
Макароны, запеченные с яйцом	569	150	8,6	6,5	28,1	198,1	0
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб пшеничный		20	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Чай	1203	200	0	0	12,1	45,2	0
450		470	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			73,86	52,2	214,29	1615	41,6

7 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая	548	200	8,5	10,3	34,8	260	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1203	180	0	0	11,1	41,3	0
400		415	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп картофельный с макаронными изделиями	307	200	2,2	2,7	19,2	105,8	10,2
Сметана		4	0,1	0,6	0,15	96,4	0
Свекла тушенная	442	100	2,1	3,3	12,1	83,6	1,2
Котлета рубленая из птицы	667	80	12,9	9,5	12,9	186,9	0
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		614	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко кипяченое	1226	200	5,6	5	9,4	0	106
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Повидло		20	0,1	0	613	49	0,1
250-300		250	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Рагу из овощей	445	200	4,2	4	27	156,4	57,2
Фрикадельки рыбные с томатным соусом	517	50	6,55	1	3,9	50,25	0,65
Соус томатный		40	0,7	2,1	4,1	37,3	4,7
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Кофейный напиток (без молока)	1203	180	0,1	0	10	40,4	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
450		510	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			53,95	43,8	837,55	1507,55	184,05

8 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Вита мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с макаронами	548	200	7,3	6,7	28,4	200,5	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток (без молока)	1221	180	0,1	0	10	40,4	0
400		420	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед							
Суп овощной	300	200	1,5	4	10,7	82,4	15,9
Жаркое по-домашнему	820	47/227	18,3	14	30,9	315	24,8
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		677	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Кефир	1226	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Яйцо отварное		40	5,1	4,6	0,3	62,8	0
Икра кабачковая		30	0,6	2,7	2,6	36	2,1
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
250		250	0	0	0	0	0
Ужин							
Пудинг из творога с рисом	236	220	33,66	8,58	41,6	373,56	0,8
Соус молочный сладкий	1041	30	0,9	1,8	4,8	38,8	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Какао на цельном молоке	1221	180	5,1	4,6	71,6	131	0
450		450	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			87,96	52,98	290,2	1743,56	48,9

9 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная пшеничная (1/2)	385	200	6	7,6	29,8	209,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1221	180	-	-	11,1	41,3	0
400		405	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Борщ Украинский	278	200	1,9	2,6	14,3	86,1	19,1
Сметана		4	0,1	0,6	0,15	96,4	0
Плов из птицы	893-2	36/210	13,9	11,9	31,1	279	4,3
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		674	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Молоко кипяченое	1226	200	5,6	5	9,4	0	106
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Повидло		20	0,1	0	613	49	0,1
250		250	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Капуста тушеная	440	150	3,4	4,5	16,7	119,2	80,7
Шницель рыбный натуральный	511	80	12,3	4,8	7,3	120,3	1,4
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Кофейный напиток без молока	1221	200	0,1	0	11	44,5	0
450		460	0	0	0	0	0
			0	0	0	0	0
Итого			46,6	30,9	823,75	1445,5	215,6

10 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная рисовая жидкая	548	200	7,5	10,3	35,8	259,3	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток без молока	1221	200	0,1	0	11	44,5	0
400		440	0	0	0	0	0
Второй завтрак			0	0	0	0	0
Сок яблочный		100	0,5	0,1	10,1	46	2
100			0	0	0	0	0
Обед			0	0	0	0	0
Суп с клецками	213	52/200	3,2	4,9	21,2	138,1	7,2
Биточки, рубленые из птицы	671	80	13,7	9,7	8,1	174,4	0
Пюре картофельное	429	150	3,5	4,6	25,4	152,3	18
Огурец свежий		20	0,2	0	0,6	3	2
Хлеб ржаной		50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	15,4	60,7	0
600		680	0	0	0	0	0
Полдник			0	0	0	0	0
Кефир	1226	208	5,82	6,6	8,5	123	1,5
Печенье		42	4,2	2,1	16,8	52,6	0
250		250	0	0	0	0	0
Ужин			0	0	0	0	0
Омлет натуральный	588	110	11,1	13,6	2,1	174,6	0
Икра кабачковая	119	120	2,1	6,4	12,5	114,4	39,7
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Чай	1203	200	0	0	12,1	45,2	0
450		460	0	0	0	0	0
Итого			60,42	59,7	231,4	1629,4	70,4