****



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 ДЕНЬ | Наименование блюд | № рецептуры | До 3-х лет | От 3-x до 7 лет |
| выход | 6 | ж | у | ккал | выход | 6 | ж | у | ккал |
| Завтрак | Макароны, запеченные с сыром | 207 | 155 | 7,1 | 7,01 | 29,63 | 210 | 205 | 9,56 | 8,58 | 39,24 | 272 |
| Чай с сахаром | 392 | 150 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 28 | 200 | 0,07 | 0,03 | 10,99 | 45 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 1 | 45 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| ИТОГО |  |  |  | 9,59 | 14,57 | 51,24 | 374 |  | 12,08 | 16,16 | 64,85 | 453 |
| 2-йзавтрак | Фрукт яблоко | 368 |  100 | 0,52 | 0 | 13,5 | 58,5 | 100 | 0,69 | 0 | 18 | 78 |
| Обед | Салат из помидоров | 50 | 40 | 0,4 | 4,06 | 1,84 | 45,56 | 60 | 0,6 | 6.09 | 2,76 | 68,35 |
| *Борщ* с мясом | 62 | 150/15 | 5,9 | 4,4 | 8,2 | 96 | 200/20 | 7,9 | 5,8 | 11 | 128 |
| Котлеты рубленные мясные | 282 | 50 | 7,77 | 5,89 | 8,03 | 115,83 | *70* | 9,32 | 7,07 | 9,64 | 139 |
| Картофельное пюpe | 321 | 120 | 2,46 | 3,85 | 16,36 | 109,8 | 150 | 3,07 | 4,81 | 20,44 | 137,25 |
| Компот из сухофруктов | 376 | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,83 | 84,75 | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,8 | 113 |
| Хлеб ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| ИТОГО |  |  |  | 19,36 | 18,58 | 78,78 | 562,44 |  | 24,66 | 24,27 | 102,84 | 757,69 |
| ПОЛДНИК | Запеканка манная со сгущенным молоком | 188 | 150/15 | 6,61 | 4,78 | 41,4 | 235 | 200/20 | 9,2 | 7,06 | 54,37 | 318 |
| Чай с молоком | 3fi4 | 150 | 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77 | 200 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 |
| Итого |  |  |  | 9,26 | 7,11 | 52,71 | 312 |  | 12,05 | 9,47 | 68,73 | 409 |
| Вceгo |  |  |  | 38,21 | 40,26 | 182,73 | 1248,44 |  | 48,79 | 49,9 | 236,42 | 1619,69 |



*N•*

Наименование блюд

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | рецептуры | ВЫХод | 6 | ж | у | ккал | выход | 6 | ж | у |  | ккал |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Каша пшенная молочная жидкая | 185 | 155 | 3,42 | 0,98 | 24,63 | 121 | 205 | 4,55 | 1,31 | 31,19 |  | 155 |
|  | Кофейный *напиток* с молоком | 395 | 150 | 2,34 | 2 | 10,63 | 70 | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 |  | 101,12 |
|  | Бутерброд с маслом и повидлом | 5 | 45 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 |  | 136 |
| ИТОГО |  |  |  | 8,21 | 10,53 | 49,88 | 327 |  | 10,17 | 1 I ,54 | 61,77 |  | 392,12 |
| 2-й завтрак | Сок абрикосовый | 399 | 150 | 0,75 |  | 19,5 | 81 | 180 | 0,90 | 0 | 22,86 |  | 95,04 |
| Обед | Салат из свеклы | 33 | 30 | 0,43 | 1,83 | 2,51 |  |  60 | 0,57 | 2,45 | 3,34 |  | 37,56 |
|  | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 83 | 150/15 | 4 | 3,1 | 9,3 | 81 | 200/15 | 5,3 | 4,2 | 12,4 |  | 108 |
|  | Рыба тушеная с овощами | 247 | 60 | 5,74 | 2,89 | 1,54 | 55 | 80 | 7,66 | 3,85 | 2,2 |  | 74 |
|  | Рис отварной | 315 | 120 | 2,92 | 4,3 | 29,35 | 167,76 | 150 | 3,66 | 5,38 | 36,69 |  | 209,7 |
|  | Компот из яблок | 372 | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73,2 | 200 | 0,16 | 0,16 | 23,88 |  | 97,6 |
|  | Хлеб ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 |  | 69,34 |
| ИТОГО |  |  |  | 17,12 | 14,43 | 112,14 | 647,3 |  | 22,36 | 18,97 | 140,93 |  | 823,84 |
| **ПОЛДНИК** | Омлет натуральный | 215 | 65 | 5,73 | 11,04 | 1,10 | 127 | 85 | 7,52 | 13,46 | 1,51 |  | 157 |
|  | Ватрушка с творогом | 458 | 70 | 13,08 | 6,06 | 49,58 | 318 | 70 | 13,08 | 6,06 | 49,58 |  | 318 |
|  | Чай с лимоном | 393 | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,1 | 29 | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 |  | 41 |
| ИТОГО |  |  |  | 18,88 | 17,11 | 57,78 | 474 |  | 20,72 | 19,54 | 61,29 |  | 516 |
| Всего |  |  |  | 44,21 | 42,07 | 220,8 | 1448,3 |  | 53,18 | 50,05 | 263,99 |  | 1731,96 |

До 3-x лет

От 3-x до 7 лет



|  |
| --- |
|  |



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 3-й день | Наименование блюд | №рецептуры | До 3-x лет | От 3-x до 7 лет |
| выход | *6* | ж | у | ккал | выход | *6* | ж | у | ккал |
| Завтрак | Каша гречневая молочная вязкая | 168 | 155 | 4,67 | 4,86 | 20,94 | 146 | 205 | 6,21 | 5,28 | 27,9 | 184 |
| Какао с молоком | 397 | 150 | 3,15 | 2,75 | 12,96 | 89 | 200 | 4,08 | 3,55 | 17,58 | 118,9 |
| Бутерброд с сыром | 3 | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139 | 60 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| ИТО ГО |  |  |  | 12,55 | 14,49 | 48,46 | 374 |  | 16,97 | 17,28 | 64,87 | 482,9 |
| 2-й завтрак | Молоко кипяченое | 400 | 150 | 4,58 | 4,08 | 7,58 | 85,36 | 180 | 5,48 | 4,88 | 9,07 | 78,91 |
| Обед | Салат из свежих огурцов | 51 | 40 | 0,29 | 4,03 | 1.20 | 41,44 | 60 | 0,43 | 6,05 | 1,8 | 62,16 |
| Рассольник ленинградский | 76 | 150 | 1,7 | 2 | 7,7 | 55,2 | 200 | 2,2 | 2,6 | 10,3 | 73,6 |
| Мясные тефтели | 287 | 50 | 4,07 | 4,52 | 5,15 | 77,5 | 70 | 5,46 | 6,27 | 6,9 | 106 |
| Соус сметанный | 354 | 30 | 0,43 | 1,5 | 1,8 | 22,23 | 40 | 0,58 | 2 | 2,4 | 29,64 |
| Овощное paгy | 344 | 155 | 1,79 | 9,24 | 11,17 | 135 | 205 | 2,44 | 14,56 | 15,02 | 200 |
| Компот из с/ф | 376 | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,83 | 84,75 | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,8 | 113 |
| Хлеб ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| ИТОГО |  |  |  | 15,17 | 25,75 | 65,45 | 553,48 |  | 19,67 | 35,69 |  | 732,65 |
| **ПОЛДНИК** | Куриное суфле | 310 | 60 | 10,24 | 5,12 | 1,84 | 94 | 80 | 13,69 | 7,1 | 2,45 | 128 |
| Винегрет овощной | 45 | 40 | 0,55 |  | 3,38 | 37,92 | 60 | 0,82 | 3,71 | 5,07 | 56,88 |
| Чай с сахаром | 392 | 150 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 28 | 200 | 0,07 | 0,03 | 10,99 | 45 |
| Хлеб пшеничный |  | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71 | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94,67 |
| Итого |  |  |  | 13,2 | 7,91 | 26,7 | 230,92 |  | 17,74 | 11,24 | 37,83 | 324,55 |
| ВСЕГО |  |  |  | 40,92 | 48,15 | 140,61 | 1158,4 |  | 54,38 | 64,21 | 189,35 | 1540,1 |



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4-й день | Наименование блюд | N.°рецептуры |  |  |  |  | ВЫХОД |  |  |  |
| Завтрак | Kaшa рисовая молочная | 185 | 155 |  | 1,6 |  | 0,23 |  | 21,77 |  | 96 | 205 |  | 2,13 |  | 0,3 |  | 27,38 |  | 121 |
| Кофейный напиток | 395 | 150 |  | 2,34 |  | 2 |  | 10,63 |  | 70 | 200 |  | 3,17 |  | 2,68 |  | 15,96 |  | 101,12 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 1 | 45 |  | 2,45 |  | 7,55 |  | 14,62 |  | 136 | 40 |  | 2,45 |  | 7,55 |  | 14,62 |  | 136 |
| Итого |  |  |  |  | 6,39 |  | 9,78 |  | 47,02 |  | 302 |  |  | 7,75 |  | 10,53 |  | 57,96 |  | 358,12 |
| 2-й завтрак | Фрукт яблоко | 368 |  100 |  | 0,52 |  | 0 |  | 13,5 |  | 58,5 | 100 |  | 0,69 |  | 0 |  | 18 |  | 78 |
| Обед | Салат из моркови и яблок | 52 | 40 |  | 0,36 |  | 4 |  | 3,3 |  | 51,25 | 60 |  | 0,54 |  | 6,01 |  | 5 |  | 76,87 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 93 | 150 |  | 4,3 |  | 3,9 |  | 14,1 |  | 109 | 200 |  | 5,8 |  | 5,2 |  | 18,8 |  | 145,2 |
| Котлеты или биточки рыбные запеченные | 255 | 60 |  | 7,61 |  | 2,45 |  | 5,33 |  | 74 | 80 |  | 10,09 |  | 3,26 |  | 6,79 |  | 97 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 3 l3 | 150 |  | 8,86 |  | 5,98 |  | 39,81 |  | 248 | 200 |  | 11,79 |  | 6.77 |  | 53,06 |  | 320 |
| Компот из свежих плодов | 372 | 150 |  | 0,12 |  | 0,09 |  | 18,06 |  | 74 | 180 |  | 0,14 |  | 0,11 |  | 21,67 |  | 88 |
| Хлеб ржаной |  | 30 |  | 1,98 |  | 0,36 |  | 10,02 |  | 52 | 40 |  | 2,64 |  | 0,48 |  | 13,36 |  | 69,34 |
|  |  |  |  |  | 23,75 |  | 16,78 |  | 104,12 |  | 666,75 |  |  | 31,69 |  | 21,83 |  | 136,68 |  | 874,54 |
|  | Сырники со сгущенным молоком | 231 | 100/15 |  | 18,69 |  | 12,67 |  | 11,4 |  | 234 | 100/30 |  | 18,69 |  | 12,67 |  | 11,4 |  | 234 |
| Кисель | 380 | 150 |  | 0,67 |  | 0,05 |  | 21,44 |  | 88,8 | 200 |  | 0,9 |  | 0,06 |  | 28,59 |  | 118,4 |
| ИТОГО |  |  |  |  | 19,36 |  | 12,72 |  | 32,84 |  | 322,8 |  |  | 19,59 |  | 13,27 |  | 39,99 |  | 352,4 |
| Вceгo |  |  |  |  | 49,5 |  | 39,28 |  | 183,98 |  | 1291,55 |  |  | 59,03 |  | 45,63 |  | 234,63 |  | 1584,86 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **5 день** | Наименование блюд | №рецептуры | До 3-х лет | От 3-x до 7 лет |
| выход | 6 |  ж | у | ккал |
| Завтрак | Каша манная молочная | 185 | 155 | 2,4 | 3,82 | 16,1 | 108 | 205 | 3,4 | 0,3 | 26,31 | 121 |
| Какао с молоком | 397 | 150 | 3,15 | 2,75 | 12,96 | 89 | 200 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 |
| Хлеб пшеничный |  | 45 | 2,21 | 0,9 | 14,94 | 78,6 | 40 | 2,9 | 1,2 | 19,9 | 104,8 |
| Итого |  |  |  | 7,76 | 7,47 | 44 | 275,6 275,6 |  | 9,97 | 4,69 | 62,3 |  332,8 332,8 |
| 2-й завтрак | Фрукт яблоко | 368 |  100 | 0,52 | 0 | 13,5 | 58,5 | 100 | 0,69 | 0 | 18 | 78 |
| Обед | Салат овощной | l5 | 40 | 0,4 | 2,46 | 1,5 | 29,58 | 40 | 0,4 | 2,46 | 1,5 | 29,58 |
| Суп картофельный с рыбнымифрикадельками |  | 150 | 3,4 | 1,9 | 9,4 | 6,74 | 200 | 4,5 | 2,5 | 12,5 | 89,8 |
| Голубцы ленивые | 298 | 120 | 10,61 | 8,11 | 15,04 | 164 | 160 | 14,12 | 9,04 | 20,26 | 219 |
| Coyc сметанный с томатом | 355 | 15 | 0,3 | 0,75 | 1,06 | 12,02 | 30 | 0,53 | 1,5 | 2,1 | 24,03 |
| Компот из сухофруктов | 374 | 150 | 0,34 | 0,08 | 25,5 | 103,95 | 200 | 0,45 | 0,1 | 34 | 138,6 |
| Хлеб ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 1 0,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| Итого |  |  |  | 18,47 | 16,12 | 55,8 | 514,88 |  | 24,42 | 18,54 | 121,72 | 755,93 |
|  | Омлет | 215 | 85 | 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157 | 105 | 9,29 | 16,63 | 1,87 | 193,95 |
| Булочка домашняя | 469 | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 179 | 100 | 7,28 | 12,52 | 53,92 | 358 |
| Чай с сахаром | 392 | 150 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 28 | 200 | 0,07 | 0,03 | 10,99 | 45 |
| Итого |  |  |  | 11,2 |  19,73 | 35,46 | 364 |  | 16,64 | 29,18 | 66,78 | 596,95 |
| Вceгo |  |  |  | 37,43 | 43,32 | 135,26 | 1154,48 |  | 51,03 | 52,41 | 250,3 | 1685,68 |



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| б-й день | наименование блюд | №рецептуры | До 3-x лет | От 3-x до 7 нет |
|   |  | выход | *6* | ж | у | ккал | выход | *6* | ж | у | ккал |
| Завтрак | Каша пшенная молочная вязкая | 168 | 155 | 4,23 | 1,24 | 29,26 | 145 | 200 | 5,64 | 1,65 | 37,38 | 187 |
| Чaй с лимоном | 393 | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,1 | 29 | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 |
| Бутерброд с сыром | 3 | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139 | 60 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
|  |  |  |  | 9,03 | 8,13 | 50,92 | 313 |  | 12,44 | 10,12 | 66,97 | 408 |
| 2-й завтрак | Сок виноградный | 399 | 150 | 0,45 | 0,30 | 24,45 | 102 | 180 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | 123 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты | 20 | 40 | 0,57 | 2,03 | 3,61 | 34,96 | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 |
| Суп картофельный с бобовыми (гороховый) | 81 | 150 | 3,3 | 3,2 | 9,8 | 80,9 | 200 | 4,4 | 4,2 | 13,1 | 108 |
| Бефстроганов из отварного мяса | 278 | 50/30 | 7,76 | 6,22 | 1,65 | 93,5 | *70/40* | 10,34 | 8,29 | 2,19 | 124,5 |
| Макаронные изделия отварные | 204 | 100 | 3,68 | 3,01 | 17,63 | 112,3 | 100 | 3,68 | 3,01 | 17,63 | 1 I2,3 |
| Кисель | 383 | 150 | 0,07 |  | 16,7 | 67,05 | 200 | 0,09 |  | 22,56 | 89,4 |
| *Хлеб* ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| ИТOГO |  |  |  | 17,81 | 15,12 | 83,86 | 542 |  | 22,54 | 39 | 103,59 | 678 |
| **ПОЛДНИк** | Запеканка картофельная с печенью | 291 | 120 | 7,64 | 3,91 | 20,36 | 147 | 160 | 10,18 | 6,25 | 27,33 | 206 |
| Сок абрикосовый | 399 | 150 | 0,75 | 0 | 19,5 | 81 | 180 | 0,90 | 0 | 22,86 | 95,04 |
| Хлеб пшеничный |  | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71 | 40 | 3, 16 | 0,4 | 19,32 | 94,67 |
| Итого |  |  |  | 12,66 | 6,54 | 46,16 | 295 |  | 16,19 | 9,06 | 61,01 | 391,67 |
| Вceгo |  |  |  | 39,50 | 29,79 | 180,94 | 1150,71 |  | 51,17 | 38,57 | 231,57 | 1478,65 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 7-й день | Наименование блюд | №рецептуры | До 3-x лет | От 3-x до 7 лет |
| выход | 6 | ж | у | ккал | выход | 6 | ж | у | ккал |
| Завтрак | Каша овсяная ‹Геркулес» жидкая | 185 | 155 | 2,85 | 5,01 | 14,29 | 114 | 200 | 3,79 | 5.48 | 19,03 | 141 |
| Какао с молоком | 397 | 150 | 3,15 | 2,b*5* | 12,96 | 89 | 150 | 4,08 | 3,55 | 17,58 | 118,9 |
| Бутерброд с маслом | 1 | 45 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого |  |  |  | 8,45 | 15,31 | 41,87 | 339 |  | 10,32 | 16,58 | 51,23 | 395,9 |
| 2-й завтрак | Сок абрикосовый | 399 | 150 | 0,75 |  | 19,5 | 81 | 180 | 0,90 | 0 | 22,86 | 95,04 |
| Обед | Салат из свежих помидоров с луком | 14 | 40 | 0,46 | 2,48 | 1,89 | 31,64 | 40 | 0,46 | 2,48 | 1,89 | 31,64 |
| Борщ с мясом | 62 | 150 | 5,9 | 4,4 | 8,2 | 96 | 200 | 7,9 | 5,8 | 11 | 128 |
| Котлета рубленная из птицы | 294 | 50 | 7,77 | 5,89 | 8,03 | 115,83 |  70 | 9,32 | 7,07 | 9,64 | 139 |
| Капуста тушеная | 132 |  120 | 1,98 | 3,71 | 9,49 | 79 | 150 | 3,13 | 5,56 | 14,38 | 120 |
| Компот из с/ф | 376 | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,83 | 84,75 | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,8 | 113 |
| Хлеб ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| ИТOГO |  |  |  | 19,17 | 16,86 | 77,96 | 540,22 |  | 24,79 | 21,41 | 100,93 | 696,02 |
| **ПОЛДНИК** | Творожный пудинг с соусом | 235 | 100/15 | 15,14 | 10,76 | 24,33 | 25,5 | 100/30 | 15,14 | 10,76 | 24,33 | 25,5 |
| Соус абрикосовый | 359 | 15 | 0,07 | 0,01 | 9,68 | 39,06 | 30 | 0,14 | 0,02 | 19,36 | 78,12 |
| Чай с сахаром | 392 | 150 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 28 | 200 | 0,07 | 0,03 | 10,99 | 45 |
| Итого |  |  |  | 15,25 | 10,78 | 41 | 92,56 |  | 15,35 | 10,81 | 54,68 | 148,62 |
| Вceгo |  |  |  | 42,87 | 42,95 | 160,83 | 971,78 |  | 50,46 | 48,8 | 206,84 | I 240,54 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 8-и день | Наименование блюд | N•.рецептуры | До 3-x дет | От 3-к до 7 лет |
| выход | 6 | ж | у | ккал | выход | 6 | ж | у | ккал |
| Завтрак | Каша гречневая молочная вязкая | 168 | 155 | 4,67 | 4,86 | 20,94 | 146 | 205 | 6,21 | 5,28 | 27,9 | 184 |
| Кофейный напиток с молоком | 395 | 150 | 2,34 | 2 | 10,63 | 70 | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,12 |
| Хлеб пшеничный |  | 45 | 2,21 | 0,9 | 14,94 | 78,6 | 40 | 2,9 | 1,2 | 19,9 | 104,8 |
| Итого |  |  |  | 9,22 | 7,76 | 46,51 | 294,6 |  | 12,28 | 9,16 | 63,76 | 389,92 |
| 2-й завтрак | Сок виноградный | 399 | 150 | 0,45 | 0,30 | 24,45 | 102 | 180 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | 123 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты сморковью | 53 | 40 | 0,65 | 4,03 | 4,24 | 54 | 60 | 0,98 | 6,04 | 6,37 | 80,96 |
| Суп с рыбными консервами | 87 | 150 | *5* | 2,2 | 8,6 | 100,4 | 200 | 6,7 | 3 | 11,5 | 133,8 |
| Гуляш из отварного мяса | 277 | 60/30 | 3,86 | 3,11 | 9,9 | 47,25 | 70/40 | 5,16 | 4,08 | 13, I | 62,5 |
| Рис отварной | 315 | 120 | 2,92 | 4,3 | 29,35 | 167,76 | 150 | 3,66 | 5,38 | 36,69 | 209,7 |
| Компот из яблок | 372 | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73,2 | 200 | 0,16 | 0,16 | 23,88 | 97,6 |
| Хлеб ржаной |  | 30 | 1 ,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| Итого |  |  |  | 14,98 | 14,42 | 104,47 | 596,61 |  | 19,84 | 19,5 | 134,24 | 776,9 |
|  | Яйцо отварное | 213 | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 |
| Оладьи с повидлом | 449 | 60/5 | 4,56 | 4,06 | 27,57 | 166 | 120/10 | 9,05 | 8,11 | 55,15 | 330 |
| Чай с лимоном | 393 | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,1 | 29 | 200 | 0,12 | 0,02 | I 0,2 | 41 |
| Итого |  |  |  | 9,71 | 8,67 | 34,95 | 258 |  | 14,25 | 12,73 | 65,63 | 434 |
| Вceгo |  |  |  | 33,91 | 30,85 | 185,93 | 1149,21 |  | 46,37 | 41,39 | 263,63 | 1600,82 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9-й день | Наименование блюд | № рецептуры |  | Дети до 3-х лет |  |  |  |  | выход |  | 6 | OТ 3-xж | до | 7 лету | ккал |
| Завтрак | Каша овсяная с маслом сливочным | 185 | 155 |  | 7,2 |  | 9 |  | 16,59 |  | 229 | 200 |  | 9,6 | 14,8 |  | i |  | 22,12 | 330 |
| Какао с молоком | 397 | 150 |  | 3,15 |  | 2,75 |  | 12,96 |  | 89 | 200 |  | 4,08 | 3,55 |  |  |  | 17,58 | 118,9 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 1 | 45 |  | 2,45 |  | 7,55 |  | 14,62 |  | 136 | 40 |  | 2,45 | 7,55 |  |  |  | 14,62 | 136 |
|  |  |  |  |  | 12,8 |  | 19,3 |  | 44,17 |  | 454 |  | l | 16,13 | 25,9 |  |  |  | 54,35 | 584,9 |
| 2-й завтрак | Фрукт яблоко | 368 | **100** |  | 0,52 |  | 0 |  | 13,5 |  | 58,5 | 100 |  | 0,69 | 0 |  |  |  | 18 | 78 |
| Обед | Салат из свеклы и моркови | 19 | 40 |  | 0,5 |  | 4 |  | 3,6 |  | 48 | 60 |  | 0,7 | 6,0 |  |  |  | 5,5 | 72,0 |
| Щи из свежей капусты | 67 | 150 |  | 1,44 |  | 2,9 |  | 5,1 |  | 51 | 200 |  | 1,92 | 3,9 |  |  |  | 6,8 | 67,8 |
| Жаркое по-домашнему | 276 | 170 |  | 20,8 |  | 5,33 |  | 18,5 |  | 205 | 220 |  | 27,53 | 7,47 |  |  |  | 21,95 | 265 |
| Компот из сухофруктов | 374 | 150 |  | 0,34 |  | 0,08 |  | 25,5 |  | 103,95 | 200 |  | 0,45 | 0,1 |  |  |  | 34 | 138,6 |
| Хлеб ржаной |  | 30 |  | 1,98 |  | 0,36 |  | 10,02 |  | 52 | 40 |  | 2,64 | 0,48 |  |  |  | 13,36 | 69,34 |
|  |  |  |  |  | 25,58 |  | 12,67 |  | 76,12 |  | 518,45 |  |  | 33,93 | 17,95 |  |  |  | 99,61 | 690,74 |
|  | Фрикадельки из птицы | 308 | 60 |  | 10,69 |  | 0,87 |  | 5,28 |  | 72 | 80 |  | 14,35 | 1,17 |  |  |  | 6,88 | 95 |
| Салат из свеклы | 33 | 30 |  | 0,43 |  | 1,83 |  | 2,51 |  | 28,17 | 40 |  | 0,57 | 2,45 |  |  |  | 3,34 | 37,56 |
| Чай с сахаром | 392 | 150 |  | 0,04 |  | 0,01 |  | 6,99 |  | 28 | 200 |  | 0,07 | 0,03 |  |  |  | 10,99 | 45 |
| Хлеб пшеничный |  | 30 |  | 2,37 |  | 0,3 |  | 14,49 |  | 71 | 40 |  | 3,16 | 0,4 |  |  |  | 19,32 | 94,67 |
|  |  |  |  |  | 13,53 |  | 3,01 |  | 29,27 |  | 199,17 |  |  | 18,15 | 4,05 |  |  |  | 40,53 | 272,23 |
| Вceгo |  |  |  |  | 51,98 |  | 34,98 |  | 1149,66 |  | 1171,62 |  |  | 68,21 | 47,9 |  |  |  | 194,49 | 1547,87 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10-й день | Наименование блюд | рецептуры |  | От 3-x до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша гречневая вязкая молочная | 168 | 155 | 4,67 | 4,86 | 20,94 | 146 | 205 | 6,17 | 1,65 | 32,72 | 170 |
| Кофейный напиток с молоком | 395 | 150 | 2,34 | 2 | 10,63 | 70 | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,12 |
| Бутерброд с сыром | 3 | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139 | 60 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| ИТОГО |  |  |  | 11,74 | 13,74 | 46,13 | 355 355 |  | 16,02 | 12,78 | 68,07 451,12 | 451,12 |
| 2-й завтрак | Сок яблочный | 399 | 150 | 0,75 |  | 15,15 | 64 | 180 | 0,90 |  | 18,18  |  76 |
| Oбeд | Помидор свежий | 15 | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,2 | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,5 |
| Рассольник Ленинградский | 76 | 150 | 1,7 | 2 | 7,7 | 55,2 | 200 | 2,2 | 2,6 | 10,3 | 73,6 |
| Плов из птицы | 304 | 160 | 16,59 | 5,81 | 26,76 | 226 | 210 | 22,26 | 7,73 | 35,69 | 301 |
| Компот из сухофруктов | 376 | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,83 | 84,75 | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,8 | 113 |
| Хлеб ржаной |  | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,34 |
| ИТОГО |  |  |  |  21,65 | 8,29 | 81,56 | 489,15 |  | 29,14 | 10,93 | 107,63 | 647,44 |
|  | Творожная запеканка со сгущенныммолоком | 237 | 100/15 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247 | 100/30 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247 |
| Чай с молоком | 394 | 150 | 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77 | 200 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 |
| Хлеб пшеничный |  | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71 | 40 | 3,16 | 0,4 | 9,32 | 94,67 |
| Итого |  |  |  | 22,56 |  | 14,68 | 42,95 395 |  14,86 30.83 432,67 |  23,55 | 14,86 | 50,83 | 432,67 |
| Вceгo |  |  |  | 55,95 | 36,71 | 170,64 | 1239,15 |  | 68,71 | 38,54 | 226,53 | 1531,23 |