

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 44» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ



10-дневное меню МКДОУ «Детский сад № 44»
Возрастная категория от 2-х до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1							
день 1							
Завтрак	Суп молочный пшеничный	150	13,4	2,1	54,3	294	93
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,8	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07/0,09	0,008/0,01	18,3	61,6	393
Итого за завтрак						522	
II завтрак	Кисель, печенье	100/20	1,0/1,5	-/2,36	15,0/14,9	66,0/91,6	376
Итого за II завтрак						157,6	
Обед	Суп овощной со сметаной	150	1,8	3	9,9	69	61
	Котлеты (из птицы)	70	10,68	11,72	5,74	176,75	306
	Рис отварной и тушеные овощи	120	24	16,4	33,3	467	247
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180		-	21/28,2	80	372
Итого за обед						994,7	
Полдник	Плюшка с сахаром	100	7,0	2,6	4,2	220	474
	Чай с сахаром	180	0,07/0,1	-	15/20	61/80	391
Итого за полдник						361	
Итого за день						1513,4	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 2							
Завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	150	4,2	6,0	18,4	130	178
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07/0,09	0,008/0,01	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						358	
II завтрак	Сок	90	0,3	-	6,0	28	-
Итого за II завтрак						28	
Обед	Суп с крупой (горох) со сметаной	150	1,3	2,0	7,6	49,3	87
	Тефтели с томатным соусом	70	10	15	11,5	205,7	286/348
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						537	
Полдник	Картофель запеченный	180	3,8	8,3	2,1	202	346
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,	24,8	131	1
	Чай с сахаром	180	0,07	-	18,0	61	391
Итого за полдник						394	
Итого за день						1317	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 3							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	4,2	5,8	18	120,2	93
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07/0,09	0,008/0,01	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						348,2	
II завтрак	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	70	368
Итого за II завтрак						70	
Обед	Суп картофельный с крупой (рис) с сухариками и со сметаной	150	1,45	4,75	9,3	85,5	80
	Рыбные биточки	70	10,36	1,93	6,79	85,93	248
	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,2	6,0	23,2	160,5	321
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						614	
Полдник	Каша вязкая молочная гречневая	180	3,8	8,3	2,1	202	178
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	180	0,07	-	18,0	61	391
Итого за полдник						394	
Итого за день						1426,2	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 4							
Завтрак	Каша вязкая молочная манная	150	4,7	6,0	23,8	166,5	92.29
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07/0,09	0,008/0,01	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						394,5	
II завтрак	Бананы свежие	100	1,09	0,33	20,24	95	368
Итого за II завтрак						95	
Обед	Суп свекольник со сметаной	150	6,2	5,53	6	170,5	58
	Курица тушенная в соусе (джэд лыбжьэ)	180	28,62	21,27	10,09	438,76	396
	Паста пшеничная (гарнир)	150	5,93	1,19	33,76	172,8	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						1064	
Полдник	Рогалик с повидлом	100	6,8	8,12	67,0	365	291
	Чай с сахаром	180	0,07	-	18,0	61	391
Итого за полдник						426	
Итого за день						1979,5	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 5							
Завтрак	Суп молочный рисовый	150	4,2	6,0	23,8	166	178
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						394	
II завтрак	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	6,0	3,8	25,0	162,3	7
	Чай с сахаром	100	0,05	-	10,0	40,6	391
Итого за II завтрак						203	
Обед	Суп с макаронами и со сметаной	150	1,51	1,51	14,3	81	80
	Кулебяка с мясом	150	14,3	7,2	15,58	194,9	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						558	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,1	4,6	0,3	63	213
	Икра кабачковая	28	0,5	3,76	2,4	43,2	53
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	30,2	1
	Чай с сахаром	180	0,07	31,53	15	61	391
Итого за полдник						197,4	
Итого за день						1352,4	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 6							
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	150	4,9	6,2	26,3	180,2	92.29
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						408,2	
II завтрак	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	6,0	3,8	25,0	162,3	7
	Чай с сахаром	100	0,05	-	10,0	40,6	391
Итого за II завтрак						203	
Обед	Суп борщ с капустой и картофелем и со сметаной	150	1,9	3,9	13,8	107	66
	Чахохбили с курами	180	18,2	18,2	0,97	242,6	
	Макароны отварные (гарнир)	150	5,4	4,8	32	174	204
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						805,6	
Полдник	Картофель запеченный	180	3,8	8,3	21	202	346
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	150	0,08	-	18	72	391
Итого за полдник						405	
Итого за день						1821	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 7							
Завтрак	Суп молочный рисовый	150	4,9	6,2	26,3	180,2	178
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						408,2	
II завтрак	Кисель, печенье	100/20	1,0/1,5	2,36	14,9	91,6	376
Итого за II завтрак						91,6	
Обед	Суп с перловкой и со сметаной	150	1,4	4,7	9,2	84	80
	Гуляш говяжий	125	15,4	15,2	4,9	218	277
	Каша рассыпчатая гречневая (гарнир)	130	7,71	5,6	39,8	136,7	168
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						721	
Полдник	Пирожок с картофелем и творогом	100	7,08	2,63	41,8	219,07	524
	Чай с сахаром	150	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						280,07	
Итого за день						1500,8	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 8							
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150	5,5	6,05	26,6	182	314
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						410,0	
II завтрак	Сок	100	0,3	-	6,5	33,0	
Итого за II завтрак						33,0	
Обед	Суп с рисом, сухариками и со сметаной	150	1,45	4,75	9,3	85,5	
	Котлеты рыбные	70	10,36	1,93	6,79	85,93	248
	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,2	6,0	23,2	160,5	321
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						614	
Полдник	Макароны отварные с сыром	180	8,6	8,1	46,2	253,8	323
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	150	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						446	
Итого за день						1503	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 9							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	4,2	5,8	18	120,2	2317
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						348,2	
II завтрак	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	70	368
Итого за II завтрак						70	
Обед	Суп «Крестьянский» картофельный с пшеном и со сметаной	150	1,5	4,8	9,4	87	80
	Котлеты говяжьи	70	10,68	11,72	5,74	176,75	282
	Пюре гороховое (гарнир)	150	7,5	-	1,7	75,0	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						621	
Полдник	Каша вязкая молочная гречневая	150	6,07	6,16	29,52	185	178
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	150	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						377	
Итого за день						1416,2	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 10							
Завтрак	Каша вязкая молочная манная	150	4,7	6,05	23,25	146,5	92.29
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						374,5	
II завтрак	Чай с сахаром, печенье	100	0,05	-	10	40,6	391
Итого за II завтрак						40,6	
Обед	Суп «Рассольник» со сметаной	150	2,5	3	12	82	76
	Плов из птицы (курица)	120	22,5	15,5	31,24	353	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						717	
Полдник	Булочка домашняя	100	8,2	6,1	58,4	326,8	469
	Чай с сахаром	150	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						387,8	
Итого за день						1520,4	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Приложение №1

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 44» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ



10-дневное меню МКДОУ «Детский сад № 44»
Возрастная категория от 3-х до 7—х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 1							
Завтрак	Суп молочный пшениный	200	17,6	2,8	54,3	294	93
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,8	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07/0,09	0,008/0,01	18,3	61,6	393
Итого за завтрак					522		
II завтрак	Кисель, печенье	100/20	1,0/1,5	-/2,36	15,0/14,9	66,0/91,6	376
Итого за II завтрак					157,6		
Обед	Суп овощной со сметаной	200	2,4	3	9,9	69	61
	Котлеты (из птицы)	70	10,68	11,72	5,74	176,75	306
	Рис отварной и тушеные овощи	120	24	16,4	33,3	467	247
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	36	-	21/28,2	80	372
Итого за обед					994,7		
Полдник	Плюшка с сахаром	100	7,0	2,6	4,2	220	474
	Чай с сахаром	200	0,07/0,1	-	15/20	61/80	391
Итого за полдник					361		
Итого за день					1513,4		

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 2							
Завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	200	4,2	6,0	18,4	130	178
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07/0,09	0,008/0,01	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						358	
II завтрак	Сок	90	0,3	-	6,0	28	-
Итого за II завтрак						28	
Обед	Суп с крупой (горох) со сметаной	200	1,3	2,0	7,6	49,3	87
	Тефтели с томатным соусом	70	10	15	11,5	205,7	286/348
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						537	
Полдник	Картофель запеченный	180	3,8	8,3	2,1	202	346
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,	24,8	131	1
	Чай с сахаром	180	0,07	-	18,0	61	391
Итого за полдник						394	
Итого за день						1317	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 3							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	4,2	5,8	18	120,2	93
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07/0,09	0,008/0,01	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						348,2	
II завтрак	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	70	368
Итого за II завтрак						70	
Обед	Суп картофельный с крупой (рис) с сухариками и со сметаной	200	1,45	4,75	9,3	85,5	80
	Рыбные биточки	70	10,36	1,93	6,79	85,93	248
	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,2	6,0	23,2	160,5	321
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						614	
Полдник	Каша вязкая молочная гречневая	200	3,8	8,3	2,1	202	178
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	200	0,07	-	18,0	61	391
Итого за полдник						394	
Итого за день						1426,2	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 4							
Завтрак	Каша вязкая молочная манная	200	4,7	6,0	23,8	166,5	92.29
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07/0,09	0,008/0,01	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						394,5	
II завтрак	Бананы свежие	100	1,09	0,33	20,24	95	368
Итого за II завтрак						95	
Обед	Суп свекольник со сметаной	200	6,2	5,53	6	170,5	58
	Курица тушеная в соусе (джэд лыбжьэ)	180	28,62	21,27	10,09	438,76	396
	Паста пшеничная (гарнир)	150	5,93	1,19	33,76	172,8	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						1064	
Полдник	Рогалик с повидлом	100	6,8	8,12	67,0	365	291
	Чай с сахаром	200	0,07	-	18,0	61	391
Итого за полдник						426	
Итого за день						1979,5	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 день 5							
Завтрак	Суп молочный рисовый	200	4,2	6,0	23,8	166	178
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						394	
II завтрак	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	6,0	3,8	25,0	162,3	7
	Чай с сахаром	100	0,05	-	10,0	40,6	391
Итого за II завтрак						203	
Обед	Суп с макаронами и со сметаной	200	1,51	1,51	14,3	81	80
	Кулебяка с мясом	150	14,3	7,2	15,58	194,9	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202,0	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						558	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,1	4,6	0,3	63	213
	Икра кабачковая	28	0,5	3,76	2,4	43,2	53
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	30,2	1
	Чай с сахаром	200	0,07	31,53	15	61	391
Итого за полдник						197,4	
Итого за день						1352,4	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 6							
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	4,9	6,2	26,3	180,2	92.29
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						408,2	
II завтрак	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	6,0	3,8	25,0	162,3	7
	Чай с сахаром	100	0,05	-	10,0	40,6	391
Итого за II завтрак						203	
Обед	Суп борщ с капустой и картофелем и со сметаной	200	1,9	3,9	13,8	107	66
	Чахохбили с курами	180	18,2	18,2	0,97	242,6	
	Макароны отварные (гарнир)	150	5,4	4,8	32	174	204
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						805,6	
Полдник	Картофель запеченный	180	3,8	8,3	21	202	346
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	200	0,08	-	18	72	391
Итого за полдник						405	
Итого за день						1821	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 7							
Завтрак	Суп молочный рисовый	200	4,9	6,2	26,3	180,2	178
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						408,2	
II завтрак	Кисель, печенье	100/20	1,0/1,5	2,36	14,9	91,6	376
Итого за II завтрак						91,6	
Обед	Суп с перловкой и со сметаной	200	1,4	4,7	9,2	84	80
	Гуляш говяжий	125	15,4	15,2	4,9	218	277
	Каша рассыпчатая гречневая (гарнир)	130	7,71	5,6	39,8	136,7	168
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						721	
Полдник	Пирожок с картофелем и творогом	100	7,08	2,63	41,8	219,07	524
	Чай с сахаром	200	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						280,07	
Итого за день						1500,8	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 8							
Завтрак	Каша молочная пшенная	200	5,5	6,05	26,6	182	314
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						410,0	
II завтрак	Сок	100	0,3	-	6,5	33,0	
Итого за II завтрак						33,0	
Обед	Суп с рисом, сухариками и со сметаной	200	1,45	4,75	9,3	85,5	
	Котлеты рыбные	70	10,36	1,93	6,79	85,93	248
	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,2	6,0	23,2	160,5	321
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						614	
Полдник	Макароны отварные с сыром	180	8,6	8,1	46,2	253,8	323
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	200	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						446	
Итого за день						1503	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей


Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 9							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	4,2	5,8	18	120,2	2317
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						348,2	
II завтрак	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	70	368
Итого за II завтрак						70	
Обед	Суп «Крестьянский» картофельный с пшеном и со сметаной	200	1,5	4,8	9,4	87	80
	Котлеты говяжьи	70	10,68	11,72	5,74	176,75	282
	Пюре гороховое (гарнир)	150	7,5	-	1,7	75,0	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	200	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						621	
Полдник	Каша вязкая молочная гречневая	150	6,07	6,16	29,52	185	178
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,5	24,8	131	1
	Чай с сахаром	200	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						377	
Итого за день						1416,2	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 день 10							
Завтрак	Каша вязкая молочная манная	200	4,7	6,05	23,25	146,5	92.29
	Бутерброд с маслом сливочным	50/5	3,94	5,4	24,85	166,4	6
	Чай с лимоном	200	0,07	0,008	15,3	61,6	393
Итого за завтрак						374,5	
II завтрак	Чай с сахаром, печенье	100	0,05	-	10	40,6	391
Итого за II завтрак						40,6	
Обед	Суп «Рассольник» со сметаной	150	2,5	3	12	82	76
	Плов из птицы (курица)	120	22,5	15,5	31,24	353	
	Хлеб пшеничный	70	5,5	2,56	41,5	202	1
	Компот из сушеных фруктов витаминизированный	180	0,27	-	21	80,0	372
Итого за обед						717	
Полдник	Булочка домашняя	100	8,2	6,1	58,4	326,8	469
	Чай с сахаром	200	0,07	-	15,0	61	391
Итого за полдник						387,8	
Итого за день						1520,4	

Возможна дополнительная выдача кондитерских изделий, фруктов, свежих овощей

С приказом ознакомлены:

Афашагова И.Х. 

Гергова А.А. 

Бардош Г.В. 

Кочетов О.В. 