

СОГЛАСОВАНО

Директор




СБ	Основное организационное двухнедельное меню для воспитанников от 1-3 и от 3-7 лет дошкольных образований детских учреждений Маринско-Посадского муниципального округа											
	МЕНЮ НА 1 день					МЕНЮ НА 2 день						
	Категория: 1-3 лет					Категория: 3-7 лет						
Наименование блюда		выход (г)	Пищевая ценность			Пищевая ценность			белки	жиры	углеводы	ккал
			белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы				
ЗАВТРАК												
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	155	4,5	4,5	24	145,5	185	5,4	5,4	28,8	174,6	
96*	Масло сливочное	7		5,7	0,1	51,8	7		5,7	0,1	51,8	
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6	
378**	Чай с молоком	150	1	1,2	12,3	64,5	180	1,3	1,4	14,8	77,4	
	ИТОГО	342,00	7,02	11,56	46,12	309,40	402,00	8,22	12,66	53,42	351,40	
ЗАВТРАК 2												
	Кефир	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00	
	ИТОГО	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00	
ОБЕД												
ТТК	Салат из свежей капусты	30	0,4	3,03	2,055	37,3	30	0,4	3,03	2,055	37,3	
149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	0,75	0,77	8,06	67,53	180	0,9	0,92	9,67	81,03	
508*	Гречка отварная рассыпчатая	120	4,26	3,48	15,96	112,4	150	5,33	4,35	19,95	140,5	
388*	Биточек из куриной грудки	60	4,38	5,76	3,24	83,4	80	5,85	7,68	4,32	111,2	
639*	Компот из сухофруктов	150	0,12	0,12	20,9	81,66	180	0,14	0,14	25,08	97,9	
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	112,2	30	4,4	0,8	2	112,2	
	ИТОГО	540,00	14,31	13,96	72,02	494,49	650,00	17,02	16,92	63,08	580,13	
ПОЛДНИК												
238*	Запеканка с творогом и морковью со сладким соусом	130,00	7,38	5,65	23,10	167,30	130,00	7,38	5,65	23,10	167,30	
685	Чай с сахаром	150,00	0,20		10,50	42,00	180,00	0,24		12,60	50,40	
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6	
	ИТОГО	310,00	9,10	5,81	43,32	256,90	340,00	9,14	5,81	45,42	265,30	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1292,00	34,53	33,33	166,76	1116,79	1492,00	38,48	37,39	167,22	1252,83	

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.А. Сафарова

УТВЕРЖДАЮ

И.И. Васильев С.А.

МЕНЮ НА 2 день

Наименование блюда

Выход (гр)

Категория: 1-3 лет

Категория: 3-7 лет

	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Пищевая ценность			ккал	
			белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК									
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	155	3,3	2,9	11,9	185	4	3,4	14,2	115,2
693*	Какао с молоком	150	2,84	2,4	19,35	180	3,41	2,88	23,22	128,7
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	30	1,52	0,16	9,72	47,6
97*	Сыр порциями	8	0,08	7,25	0,13	8	0,08	7,25	0,13	66,1
	ИТОГО	343,00	7,74	12,71	41,10	403,00	9,01	13,69	47,27	357,60
	ЗАВТРАК 2									
ПР	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	100	0,50	0,10	10,10	46,00
ПР	Печенье	20	2,90	2,90	21,60	20	2,90	2,90	21,60	135,00
	ИТОГО	120,00	3,40	3,00	31,70	120,00	3,40	3,00	31,70	181,00
	ОБЕД									
78*	Помидор в нарезке	20	0,24	1,14	1,2	20	0,24	1,14	1,2	88,97
124*	Щи из свежей капусты на курином бульоне	155	1,15	3,7	4,9	185	1,37	4,4	5,8	71,9
259*	Жаркое с говяжьей вырезкой и картофелем	165	9,2	22,2	12,5	185	10,4	22,9	14	278,8
685*	Чай с сахаром	150	0,2	0,0	10,5	180	0,2	0,0	12,6	50,4
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	30	4,4	0,8	21,8	112,2
	ИТОГО	520,00	15,19	27,84	50,90	600,00	16,65	29,24	55,40	602,27
	ПОЛДНИК									
216***	Омлет натуральный	100	12,20	18,40	1,90	100	12,20	18,40	1,90	221,90
685*	Чай с лимоном	150	0,70	0,02	11,24	180	0,90	0,03	13,40	51,10
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	30	1,52	0,16	9,72	47,6
	ИТОГО	280,00	14,42	18,58	22,86	310,00	14,62	18,59	25,02	320,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1263,00	40,75	62,13	146,56	1433,00	43,68	64,52	159,39	1461,47

СОГЛАСОВАНО

Директор

Ирина Савина

МЕНЮ НА 3 ДЕНЬ

Категория: 1-3 лет

Категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Категория: 1-3 лет				Категория: 3-7 лет				
	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК									
302* Каша молочная "Дружба" с маслом слив	155	6,2	11,8	34,4	185	7,41	14,1	41,07	321,8
692* Кофейный напиток	150	0,4	9	21,93	180	6,17	10,8	26,32	227,52
ПР Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	30	1,52	0,16	9,72	47,6
97* Сыр порциями	8	0,08	7,25	0,13	8	0,08	7,25	0,13	66,1
ИТОГО	343,00	8,20	28,21	66,18	403,00	15,18	32,31	77,24	663,02
ЗАВТРАК 2									
ПР Кефир	100,00	4,10	2,00	5,30	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00
ИТОГО	100,00	4,10	2,00	5,30	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00
ОБЕД									
39* Салат Витаминный	30	0,33	0,96	1,44	30	0,33	0,96	1,44	16,26
140* Суп с макаронными изделиями на курин	150	1,68	1,67	12,6	180	2,02	2	15,14	87,8
302* Каша пшеничная вязкая	120	4,56	0,48	27	150	5,7	0,6	33,75	236,4
278** Тефтели из говядины рубленные	60	8	8	1,55	60	8	8	1,55	107,5
ГТК Напиток лимонный	150	0,12	0,16	0,03	180	0,14	0,19	0,036	75,06
ПР Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	30	4,4	0,8	21,8	112,2
ИТОГО	540,00	19,09	12,07	64,42	630,00	20,59	12,55	73,72	635,22
ПОЛДНИК									
333* Макароны отварные с сыром и маслом с	140	6,90	6,61	19,88	140	6,90	6,61	19,88	167,80
685* Чай с сахаром	150,00	0,20	0,00	10,50	180,00	0,24	0,00	12,60	50,40
ПР Печенье	20	2,90	2,90	21,60	20	2,90	2,90	21,60	135,00
ИТОГО	310,00	10,00	9,51	51,98	340,00	10,04	9,51	54,08	353,20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1293,00	41,39	51,79	187,88	1473,00	49,91	56,37	210,34	1707,44

Лист 4

СОГЛАСОВАНО

Директор *Светлана А. Т. Сафарбаева*

АТВЕРЖДАЮ
Александрович Васильев С.А.

Код	Наименование блюда	Категория: 1-3 лет						Категория: 3-7 лет								
		Пищевая ценность			Пищевая ценность			Пищевая ценность			Пищевая ценность					
		Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал
	ЗАВТРАК															
302*	Каша молочная пшенная с маслом с	155	4,68	7,2	32,1	219,85	185	5,59	8,6	38,3	262,4					
96*	Масло сливочное	7	0	5,7	0,1	51,8	7	0	5,7	0,1	51,8					
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6					
686*	Чай с лимоном	150	0,70	0,02	11,24	42,60	180	0,90	0,03	13,40	51,10					
	ИТОГО	342,00	6,90	13,08	53,16	361,85	402,00	8,01	14,49	61,52	412,90					
	ЗАВТРАК 2															
ПР	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
	ИТОГО	100,00	0,50	0,10	10,10	46,00	100,00	0,50	0,10	10,10	46,00					
	ОБЕД															
ТТК	Салат из капусты с огурцом	30	0,42	0,69	1,17	13,03	30	0,42	0,69	1,17	13,03					
139*	Суп картофельный с горохом на мяс	150	3,08	3,2	11,74	88,97	180	3,69	3,84	14,04	106,7					
516*	Картофельное пюре	120	4,8	6,42	29,15	174,93	150	6	8,03	36,44	218,6					
371*	Филе минтая тушеное с луком	50	2,09	0,88	1,64	32,7	50	2,09	0,88	1,64	32,7					
631*	Компот из яблок	150	0,075	0,022	11,24	42,63	180	0,09	0,026	13,48	51,15					
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	112,2	30	4,4	0,8	21,8	112,2					
	ИТОГО	530,00	14,87	12,01	76,74	464,46	620,00	16,69	14,27	88,57	534,38					
	ПОЛДНИК															
685*	Кисель из концентрата	150	0	0	10,5	39,3	180	0	0	12,6	47,16					
ПР	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47					
ПР	Пряник	20	2,90	2,90	21,60	135,00	20	2,90	2,90	21,60	135,00					
	ИТОГО	270,00	3,30	3,30	41,90	221,30	300,00	3,30	3,30	44,00	229,16					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1242,00	25,57	28,49	181,90	1093,61	1422,00	28,50	32,15	204,19	1222,44					



СОГЛАСОВАНО
Директор *Светлана С. Г. Сабалава*

Лист № 1
ВАСИЛЬЕВ
СЕРГЕЙ
АЛЕКСАНДРОВИЧ
ИП Васильев С.А.

Наименование блюда	Выход (гр)	Категория: 1-3 лет				Категория: 3-7 лет				
		Пищевая ценность		Пищевая ценность		Пищевая ценность		Пищевая ценность		
		белки	жиры	углеводы	ккал	белки	жиры	углеводы	ккал	
ЗАВТРАК										
302*	150	6,9	7,54	25,52	167,82	180	8,28	9,04	30,64	201,38
97*	8	0,08	7,25	0,13	66,1	8	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6
685*	150,00	0,20	0,00	10,50	42,00	180,00	0,24	0,00	12,60	50,40
ИТОГО	338,00	8,70	14,95	45,87	323,52	398,00	10,12	16,45	53,09	365,48
ЗАВТРАК 2										
666**	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50
ИТОГО	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50
ОБЕД										
ТТК	30	0,39	2,22	2,34	30,3	30	0,39	2,22	2,34	30,3
142*	155	1,89	4,56	20,91	154,01	185	2,25	5,44	24,95	183,8
302*	120	3,55	2,9	13,3	93,6	150	4,43	3,6	16,6	117
300***	45	15,2	1,75	0	76,5	45	15,2	1,75	0	76,5
ПР	30	4,4	0,8	21,8	112,2	30	4,4	0,8	21,8	112,2
686*	150	0,70	0,02	11,24	42,60	180	0,90	0,03	13,40	51,10
ИТОГО	530,00	26,13	12,25	69,59	401,44	620,00	27,57	13,84	79,09	570,90
ПОЛДНИК										
449**	160	2,50	3,90	9,69	84,30	160	2,50	3,90	9,69	84,30
ПР	100	0,50	0,10	10,10	46,00	100	0,50	0,10	10,10	46,00
ПР	20	2,90	2,90	21,60	135,00	20	2,90	2,90	21,60	135,00
ПР	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6
ИТОГО	310,00	7,42	7,06	51,11	312,90	310,00	7,42	7,06	51,11	312,90
ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1278,00	45,25	37,56	171,47	1098,36	1428,00	48,11	40,65	188,19	1309,78

Лист №

СОГЛАСОВАНО

Директор

С.А. Сабава

МЕНЮ НА 6 дней

Категория: 1-3 лет

Категория: 3-7 лет



Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Пищевая ценность			Выход (гр)	Пищевая ценность			ккал
		белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы					
ЗАВТРАК												
333*	Макароны отварные с сыром и м	140	6,61	19,88	167,80	160	7,88	7,55	22,72	191,70		
693*	Какао с молоком	150	4,3	19,35	107,25	180	5,16	2,88	17,41	128,7		
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6		
96*	Масло сливочное	7	0	5,7	51,8	7	0	5,7	0,1	51,8		
	ИТОГО	327,00	12,72	49,05	374,45	377,00	14,56	16,29	49,95	419,80		
ЗАВТРАК 2												
ПР	Кефир	100,00	4,10	5,30	56,00	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00		
	ИТОГО	100,00	4,10	5,30	56,00	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00		
ОБЕД												
50*	Салат из свеклы с сыром	30	0,9	2,86	31,95	30	0,9	2,32	2,86	31,95		
149*	Суп Крестьянский с крупой на к	150	0,75	8,06	67,53	180	0,9	0,92	9,67	81,03		
508*	Рис отварной рассыпчатый	120	2,64	29,88	139,2	150	3,3	0,75	37,35	174		
388*	Биточек из куриной грудки	60	4,38	3,24	83,4	80	5,85	7,68	4,32	111,2		
639*	Компот из сухофруктов	150	0,12	20,9	81,66	180	0,14	0,14	25,08	97,9		
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	21,8	112,2	30	4,4	0,8	21,8	112,2		
	ИТОГО	540,00	13,19	86,74	515,94	650,00	15,49	12,61	101,08	608,28		
ПОЛДНИК												
269*	Запеканка картофельная с овоща	180				200						
658*	Чай с сахаром	150,00	0,20	10,50	42,00	180,00	0,24	0,00	12,60	50,40		
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6		
	ИТОГО	360,00	1,72	20,22	89,60	410,00	1,76	0,16	22,32	98,00		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1327,00	31,73	161,31	1035,99	1537,00	35,91	31,06	178,65	1182,08		



СОГЛАСОВАНО

Директор

А.Т. Саббаева

УТВЕРЖДАЮ

Директор ИП Васильев С.А.

Лист

Код	Наименование блюда	Выход (гр)	Категория: 1-3 лет			Категория: 3-7 лет			ккал	ккал	
			Пищевая ценность			Пищевая ценность					
			белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы			
302*	Каша молочная рисовая с маслом	155	4,5	4,5	24	145,5	185	5,4	5,4	28,8	174,6
97*	Сыр порциями	8	0,08	7,25	0,13	66,1	8	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6
685*	Чай с яблочным соком	150	40	10,2	13,8	23	180	40	10,2	13,8	23
	ИТОГО	343,00	46,10	22,11	47,65	282,20	403,00	47,00	23,01	52,45	311,30
	ЗАВТРАК 2										
401***	Кисломолочный продукт «Снежок»	100	2,70	2,50	10,80	76,50	100	2,70	2,50	10,80	76,50
	ИТОГО	100,00	2,70	2,50	10,80	76,50	100,00	2,70	2,50	10,80	76,50
	ОБЕД										
39*	Салат Витаминный	30	0,33	0,96	1,44	16,26	30	0,33	0,96	1,44	16,26
110*	Борщ на мясном бульоне со смет	155	1,09	3,05	8,24	66,38	185	1,3	3,64	9,83	79,22
516*	Картофельное пюре	120	4,8	6,42	29,15	174,93	150	6	8,03	36,44	218,6
278**	Тефтели из говяд.рубленные	60	8	8	1,55	107,5	60	8	8	1,55	107,5
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	112,2	30	4,4	0,8	21,8	112,2
631*	Компот из яблок	150	0,075	0,022	11,24	42,63	180	0,09	0,026	13,48	51,15
	ИТОГО	545,00	18,70	19,25	73,42	519,90	635,00	20,12	21,46	84,54	584,93
	ПОЛДНИК										
216***	Омлет натуральный	100	12,20	18,40	1,90	221,90	100	12,20	18,40	1,90	221,90
685*	Чай с лимоном	150	0,70	0,02	11,24	42,60	180	0,90	0,03	13,40	51,10
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6
	ИТОГО	280,00	14,42	18,58	22,86	312,10	310,00	14,62	18,59	25,02	320,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1268,00	81,92	62,44	154,73	1190,70	1448,00	84,44	65,55	172,81	1293,33

Лист 8

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.И. Сафьялова

УТВЕРЖДАЮ

Александр Васильев С.А.

МЕНЮ НА 8 день

Категория: 1-3 лет

Категория: 3-7 лет

	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Пищевая ценность			ккал	ккал
			белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК									
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом слив	155	6,2	11,8	34,4	185	7,41	14,1	41,07	321,8
96*	Масло сливочное	7	0	5,7	0,1	7	0	5,7	0,1	51,8
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	30	1,52	0,16	9,72	47,6
692*	Кофейный напиток	150	0,4	9	21,93	180	6,17	10,8	26,32	227,52
	ИТОГО	342,00	8,12	26,66	66,15	402,00	15,10	30,76	77,21	648,72
	ЗАВТРАК 2									
ПР	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	100	0,50	0,10	10,10	46,00
	ИТОГО	100,00	0,50	0,10	10,10	100,00	0,50	0,10	10,10	46,00
	ОБЕД									
49*	Салат из моркови с яблоками	30	0,21	0,09	3,27	30	0,21	0,09	3,27	30,3
140*	Суп с макаронными изделиями на курин	150	1,68	1,67	12,6	180	2,02	2	15,14	87,8
492*	Плов с филе куриным	150	20,4	6,07	24,9	180	24,5	7,29	29,8	283,1
ТТК	Напиток лимонный	150	0,12	0,16	0,03	180	0,14	0,19	0,036	75,06
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	30	4,4	0,8	21,8	112,2
	ИТОГО	510,00	26,81	8,79	62,60	600,00	31,27	10,37	70,05	588,46
	ПОЛДНИК									
238***	Запеканка рисовая с творогом со сметане	180	15	8	31	180	15	8	31	256
685*	Чай с сахаром	150	0,2	0,0	10,5	180	0,2	0,0	12,6	50,4
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	30	1,52	0,16	9,72	47,6
	ИТОГО	360,00	17,02	8,26	51,52	390,00	17,06	8,26	53,62	353,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1312,00	52,45	43,81	190,37	1492,00	63,93	49,49	210,98	1636,78

Лист 9

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.Т. Сафарова



ВАСИЛЬЕВ СЕРГЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ
Т. 88000000000
АЛЕКСАНДРОВИЧ Васильев С.А.

Наименование блюда	Выход (гр)	Категория: 1-3 лет				Категория: 3-7 лет					
		Пищевая ценность		белки	жиры	Пищевая ценность		белки	жиры	углеводы	ккал
		белки	жиры			углеводы	ккал				
ЗАВТРАК											
160* Суп молочный с макаронными изделиями	155	3,3	2,9	11,9	96,9	185	4	3,4	14,2	115,2	
685* Кисель из концентрата	150	0	0	10,5	39,3	180	0	0	12,6	47,16	
96* Масло сливочное	7	0	5,7	0,1	51,8	7	0	5,7	0,1	51,8	
ПР Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6	
ИТОГО	342,00	4,82	8,76	32,22	235,60	402,00	5,52	9,26	36,62	261,76	
ЗАВТРАК 2											
666** Молоко кипяченое	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50	
ИТОГО	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50	100,00	3,00	3,30	4,90	60,50	
ОБЕД											
78* Винегрет	30	0,44	1,52	2,69	25,27	30	0,44	1,52	2,69	25,27	
139* Суп картофельный с горохом на гарнире	150	3,08	3,2	11,74	88,97	180	3,69	3,84	14,04	106,7	
302* Каша пшеничная вязкая	120	4,56	0,48	27	189,1	150	5,7	0,6	33,75	236,4	
388* Котлеты рыбные	60	8,72	6,84	9,21	127,8	60	8,72	6,84	9,21	127,8	
ПР Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	112,2	30	4,4	0,8	21,8	112,2	
638* Компот из изюма	150	4,87	8,13	47,8	199,5	180	5,84	9,7	57,3	239,4	
ИТОГО	540,00	26,07	20,97	120,24	742,84	630,00	28,79	23,30	138,79	847,77	
ПОЛДНИК											
238*** Запеканка с творогом и морковью	130,00	7,38	5,65	23,10	167,30	130,00	7,38	5,65	23,10	167,30	
685 Чай с сахаром	150,00	0,20	0,00	10,50	42,00	180,00	0,24	0,00	12,60	50,40	
ПР Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6	
ИТОГО	310,0	9,1	5,8	43,3	256,9	340,0	9,1	5,8	45,4	265,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1292,00	42,99	38,84	200,68	1295,84	1472,00	46,45	41,67	225,73	1435,33	

СОГЛАСОВАНО

Директор

Светлана В. В. Лафеева

Лист 10

УТВЕРЖДАЮ

И. В. Васильев С.А.



Код	Наименование блюда	Категория: 1-3 лет				Категория: 3-7 лет					
		Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал
302*	Каша манная молочная с маслом	155	7,87	5,73	34,2	184,9	185	9,39	6,84	40,8	220,6
685*	Чай с сахаром	150	0,2	0,0	10,5	42,0	180	0,2	0,0	12,6	50,4
97*	Сыр порциями	8	0,08	7,25	0,13	66,1	8	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,72	47,6	30	1,52	0,16	9,72	47,6
	ИТОГО	343,00	9,67	13,14	54,55	340,60	403,00	11,23	14,25	63,25	384,70
	ЗАВТРАК 2										
ПР	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	100	0,50	0,10	10,10	46,00
ПР	Печенье	20	2,90	2,90	21,60	135,00	20	2,90	2,90	21,60	135,00
	ИТОГО	120,00	3,40	3,00	31,70	181,00	120,00	3,40	3,00	31,70	181,00
	ОБЕД										
ТТК	Салат из свежей капусты	30	0,4	3,03	2,055	37,3	30	0,4	3,03	2,055	37,3
142*	Рассольник по-Ленинградски на м	155	1,89	4,56	20,91	154,01	185	2,25	5,44	24,95	183,8
516*	Макаронны отварные	120	4,8	4,35	29,15	174,9	150	6	5,43	36,43	218,6
471*	Фрикадельки из говядины с соус	65	9,54	4,78	4,6	79,48	65	9,54	4,78	4,6	79,48
ПР	Хлеб ржаной	30	4,4	0,8	21,8	112,2	30	4,4	0,8	21,8	112,2
631*	Компот из яблок	150	0,075	0,022	11,24	42,63	180	0,09	0,026	13,48	51,15
	ИТОГО	550,00	21,11	17,54	89,76	600,52	640,00	22,68	19,51	103,32	682,53
	ПОЛДНИК										
685*	Чай с лимоном	150	0,70	0,02	11,24	42,60	180	0,90	0,03	13,40	51,10
ПР	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
ПР	Пряник	20	2,90	2,90	21,60	135,00	20	2,90	2,90	21,60	135,00
	ИТОГО	270,00	4,00	3,32	42,64	224,60	300,00	4,20	3,33	44,80	233,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 113-74 руб	1283,00	38,18	37,00	218,65	1346,72	1463,00	41,51	40,08	243,07	1481,33

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродинформ М-2004»

** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтри, 2005, 628 с.»

*** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под редакцией М.П. Мозильного и Т.В. Тутельня «М.Дел