

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

на 02 декабря 2024г.

Утверждаю:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Афанасьева Л.Н.  
 Дата: 02.12.2024 г.

### Меню

День: понедельник  
 Неделя: 1  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

#### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
772	Бутерброд с сыром (с 3-7 лет) №3	50.00	18.79	5.44	6.69	16.23	155.50	0.04	0.05	0.09	0.05	0.14	0.18	117.67	85.42	9.04	0.50	11.63	1.07	3.85	0.00
757	Каша пшенная жидкая с маслом 150/5 М_199	155.00	13.21	5.59	7.04	28.29	196.58	0.12	0.10	0.94	0.03	0.14	0.11	94.75	134.85	34.63	0.88	164.37	7.83	2.30	0.01
760	Чай с сахаром 180/10 (с 3-7 лет) № 411	200.00	0.95	0.07	0.02	11.10	42.11	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

#### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
805	Салат из белокочанной капусты 50г (д/ш) №21	60.00	2.69	0.90	3.05	5.41	51.77	0.02	0.02	21.85	0.12	1.39	0.00	24.60	18.14	9.94	0.33	143.64	1.74	0.15	0.01
925	Бульон из кур с гречками д/ш	200.00	16.57	8.05	5.79	1.53	76.39	0.07	0.08	0.48	0.12	0.18	0.00	14.23	82.75	18.24	0.55	66.00	2.15	4.42	0.00
764	Рыба припущенная с овощами (3-7 лет) № 258	80.00	31.41	4.69	0.74	3.06	36.00	0.03	0.03	0.57	0.35	0.40	0.16	14.75	54.19	12.20	0.27	112.98	41.06	6.82	0.22
798	Рис отварной 120г(д/ш) №179	150.00	13.20	3.65	6.10	35.57	198.93	0.03	0.02	0.00	0.03	0.28	0.10	2.61	61.47	19.01	0.52	42.25	0.75	8.15	0.00
780	Компот из сухофруктов 180г(д/ш)	200.00	3.68	0.46	0.00	25.77	100.84	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.64	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.20	2.19	0.39	10.65	56.70	0.05	0.02	0.00	0.00	0.42	0.00	11.10	53.40	16.50	0.81	0.00	1.32	1.65	0.00

#### Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
915	Омлет натуральный 150 г	130.00	46.55	12.21	21.68	2.49	252.12	0.07	0.47	0.45	0.29	0.69	2.24	95.19	210.34	15.77	2.34	180.22	3.12	28.78	0.01
783	Простакваша 150г(д/ш) №420	180.00	20.26	5.04	4.50	19.80	91.19	0.05	0.00	1.80	36.00	0.00	0.00	212.40	172.80	28.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.32	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор  
 \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



Утверждаю:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Афанасьева Л.Н.  
 Дата: 03.12.2024 г.

на 03 декабря 2024г.

### Меню

День: вторник  
 Неделя: 1  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

#### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	14.10	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
922	Каша рисовая вязкая с маслом д/ш 200/5	180.00	15.85	5.36	6.35	34.87	216.56	0.05	0.12	1.13	0.03	0.20	0.11	107.45	137.44	31.61	0.49	158.00	8.38	7.75	0.02
322	Какао с молоком	180.00	11.88	3.78	3.34	16.04	102.70	0.05	0.17	1.43	0.02	0.01	0.05	134.56	112.10	23.90	0.55	190.78	9.90	2.20	0.03

#### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной М_52	50.00	2.20	0.68	3.04	3.93	44.92	0.01	0.02	4.75	0.00	1.37	0.00	17.58	20.42	10.45	0.66	0.00	3.33	0.33	0.00
774	Щи из свежей капусты 180гр № 72(д/ш)	180.00	3.57	1.28	3.87	4.52	58.79	0.02	0.03	16.64	0.15	1.72	0.01	31.93	27.54	12.46	0.44	168.37	2.44	0.32	0.01
775	Котлеты рубленные с соусом 60/15 (с1-3 лет) №299	75.00	24.22	6.24	16.21	10.28	207.62	3.59	0.07	0.02	0.02	0.37	0.07	10.51	79.38	13.62	1.03	81.42	3.61	0.78	0.31
852	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 120/5	130.00	8.57	7.45	5.62	36.56	230.41	0.18	0.10	0.00	0.02	0.53	0.07	12.83	176.63	117.65	3.95	228.77	1.98	3.47	0.01
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.64	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.20	2.19	0.39	10.65	56.70	0.05	0.02	0.00	0.00	0.42	0.00	11.10	53.40	16.50	0.81	0.00	1.32	1.65	0.00
802	Чай с лимоном 180/10/7(д/ш) №412	180.00	2.11	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00

#### Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
913	Запеканка из творога 150 г с молочным соусом	130.00	45.35	18.08	6.11	19.84	207.82	0.06	0.26	0.70	0.05	0.28	0.18	126.94	111.96	16.92	0.42	164.06	10.00	30.91	0.03
567	Молоко кипяченое М_385	180.00	14.40	5.29	4.80	8.82	87.05	0.07	0.27	2.34	0.04	0.00	0.09	216.00	162.00	25.20	0.18	262.80	16.20	3.60	0.04

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Афанасьева Л.Н.  
 Дата: 04.12.2024 г.

на 04 декабря 2024г.

**Меню**

День: среда  
 Неделя: 1  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
772	Бутерброд с сыром (с 3-7 лет) №3	50.00	18.79	5.44	6.69	16.23	155.50	0.04	0.05	0.09	0.05	0.14	0.18	117.67	85.42	9.04	0.50	11.63	1.07	3.85	0.00
786	Каша овсяная вязкая с маслом 150/5 (с 1-3лет) №182	155.00	13.71	6.35	8.41	27.14	207.26	0.19	0.15	0.97	0.04	0.69	0.11	114.06	197.89	53.46	1.53	246.00	8.44	12.39	0.01
760	Чай с сахаром 180/10 (с 3-7 лет) № 411	200.00	0.95	0.07	0.02	11.10	42.11	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
812	Каша пшеничная рассыпчатая 120 г(д/ш)	140.00	8.88	6.16	4.65	33.63	204.14	0.11	0.05	0.00	0.02	1.03	0.07	22.45	140.38	31.94	2.35	125.67	0.00	38.45	0.00
792	Биточки рубленые с соусом 60/15(с 1-3 лет) № 299	75.00	25.29	6.63	16.49	10.88	213.22	3.59	0.09	0.20	0.02	0.37	0.07	25.63	90.34	15.34	1.04	101.86	4.87	1.06	0.31
797	Компот из груш 150г (д/ш) №390	180.00	9.93	0.14	0.11	21.38	83.34	0.01	0.01	1.80	0.00	0.14	0.00	6.84	5.76	4.32	0.83	55.80	0.36	0.04	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.64	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.20	2.19	0.39	10.65	56.70	0.05	0.02	0.00	0.00	0.42	0.00	11.10	53.40	16.50	0.81	0.00	1.32	1.65	0.00
789	Салат из моркови 50г(с 3-7 лет) №42	50.00	2.05	0.62	0.05	5.47	23.88	0.03	0.03	2.40	0.96	0.19	0.00	12.96	26.40	18.24	0.34	0.00	2.40	0.05	0.02
790	Борщ из свежей капусты 180 г (д/ш) №62	180.00	3.79	1.08	3.82	8.07	64.23	0.02	0.03	7.58	0.18	1.68	0.01	28.64	30.13	14.43	0.65	78.98	3.62	0.32	0.01

**Полдник**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
799	Пирожки печеные с картофелем из дрожжевого теста 70гр	70.00	5.37	5.20	3.74	31.51	181.97	0.10	0.07	4.99	0.03	1.48	0.08	29.20	65.76	13.83	0.77	167.11	3.03	3.56	0.01
892	Ряженка 150 г №420	200.00	22.67	6.00	5.00	8.40	102.00	0.06	0.00	0.90	60.00	0.00	0.00	372.00	276.00	42.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



на 05 декабря 2024г.

**Меню**

День: четверг  
 Неделя: 1  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
391	Бутерброд с джемом	55.00	15.57	2.42	4.36	28.38	161.80	0.04	0.01	0.48	0.03	0.24	0.08	9.60	24.60	6.00	0.42	0.75	0.96	1.85	0.00
923	Каша вязкая манная с маслом 205 г	185.00	19.24	8.52	8.10	40.10	262.40	0.10	0.22	1.92	0.05	0.65	0.14	184.84	166.94	27.65	0.55	361.80	13.32	14.58	0.03
802	Чай с лимоном 180/10/7(д/ш) №412	180.00	2.11	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
429	Салат из свеклы отварной М 52	50.00	2.20	0.68	3.04	3.93	44.92	0.01	0.02	4.75	0.00	1.37	0.00	17.58	20.42	10.45	0.66	0.00	3.33	0.33	0.00
817	Суп картофельный с вермишелью 180г(д/ш)	180.00	3.48	1.90	2.00	14.73	86.10	0.08	0.04	10.69	0.20	1.00	0.00	10.94	45.72	17.32	0.71	249.52	3.38	0.26	0.00
766	Пюре картофельное 150г(д/ш)	150.00	13.53	3.15	5.24	19.73	139.75	0.14	0.11	5.19	0.15	0.18	0.09	36.98	81.78	27.75	0.99	578.70	8.44	1.02	0.00
906	Шницель из свинины со сметанным соусом (3-7 лет)	105.00	31.07	8.39	20.22	13.89	264.17	4.49	0.11	0.27	0.02	0.47	0.08	34.42	114.63	19.49	1.30	132.13	6.36	1.34	0.39
854	Компот из свежих яблок 150 г( д/ш) №390	180.00	4.98	0.14	0.14	21.49	84.42	0.01	0.01	1.44	0.00	0.14	0.00	3.60	2.88	0.72	0.36	100.08	0.72	0.11	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.76	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	20.00	1.46	1.46	0.26	7.10	37.80	0.03	0.02	0.00	0.00	0.28	0.00	7.40	35.60	11.00	0.54	0.00	0.88	1.10	0.00

**Полдник**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
813	Булочка Дорожная № 453	70.00	5.91	4.61	9.68	36.59	253.31	0.08	0.02	0.00	0.00	3.42	0.00	8.36	32.78	5.77	0.38	55.53	0.68	2.73	0.01
905	Кефир 2,5 %-ной жирности	180.00	17.04	5.04	4.50	7.20	90.00	0.05	0.31	1.26	0.04	0.00	0.09	216.00	171.00	25.20	0.18	262.80	16.20	0.00	0.04

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

на 06 декабря 2024г.



**Меню**

День: пятница  
 Неделя: 1  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
772	Бутерброд с сыром (с 3-7 лет) №3	50.00	18.79	5.44	6.69	16.23	155.50	0.04	0.05	0.09	0.05	0.14	0.18	117.67	85.42	9.04	0.50	11.63	1.07	3.85	0.00
770	Кофейный напиток с молоком (с 3-7 лет) №414	200.00	9.89	3.20	2.73	16.09	106.44	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
757	Каша пшеничная жидкая с маслом 150/5 М_199	155.00	13.21	5.59	7.04	28.29	196.58	0.12	0.10	0.94	0.03	0.14	0.11	94.75	134.85	34.63	0.88	164.37	7.83	2.30	0.01

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
805	Салат из белокачанной капусты 50г (д/ш) №21	50.00	2.24	0.75	2.54	4.51	43.15	0.01	0.02	18.20	0.10	1.16	0.00	20.50	15.12	8.28	0.27	119.70	1.45	0.12	0.01
806	Рассольник Ленинградский 180г(д/ш)	200.00	8.83	1.79	4.47	13.52	103.75	0.08	0.05	6.04	0.22	1.93	0.01	17.28	59.80	21.08	0.78	272.68	3.88	1.79	0.00
918	Тефтели мясной в сметанном соусе 80/80	140.00	31.49	8.72	9.13	10.95	157.23	0.04	0.07	0.00	0.01	2.82	0.04	20.78	88.00	13.53	1.21	198.89	5.38	1.61	0.03
780	Компот из сухофруктов 180г(д/ш)	180.00	3.31	0.41	0.00	23.19	90.76	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.76	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	20.00	1.46	1.46	0.26	7.10	37.80	0.03	0.02	0.00	0.00	0.28	0.00	7.40	35.60	11.00	0.54	0.00	0.88	1.10	0.00
766	Пюре картофельное 150г(д/ш)	150.00	13.53	3.15	5.24	19.73	139.75	0.14	0.11	5.19	0.15	0.18	0.09	36.98	81.78	27.75	0.99	578.70	8.44	1.02	0.00

**Полдник**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
822	Оладьи с повидлом 60/5 (с 1-3 лет) №432	65.00	6.13	4.82	4.69	29.52	180.09	0.07	0.07	0.47	0.01	1.84	0.05	48.74	63.69	10.78	0.55	93.72	3.58	3.24	0.01
783	Простакваша 150г(д/ш) №420	180.00	20.26	5.04	4.50	19.80	91.19	0.05	0.00	1.80	36.00	0.00	0.00	212.40	172.80	28.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



Утверждаю:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Афанасьева Л.Н.  
 Дата: 09.12.2024г.

на 09 декабря 2024г.

### Меню

День: понедельник  
 Неделя: 2  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

#### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	14.10	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
824	Каша вязкая ячневая со слив.маслом 200/5(с 3-7 лет)№182	185.00	13.74	6.74	6.68	32.94	217.24	0.11	0.14	1.17	0.04	0.05	0.11	140.46	219.66	32.61	0.82	215.68	8.12	17.16	0.02
825	Чай с молоком 180г(д/ш) №413	180.00	7.69	2.53	2.90	14.22	90.10	0.03	0.10	0.81	0.02	0.00	0.05	87.48	63.99	12.60	0.09	131.40	8.10	1.80	0.02

#### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
828	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 180г(д/ш)	180.00	10.28	4.40	2.44	13.17	93.83	0.11	0.07	14.48	0.22	1.08	0.05	21.41	91.17	26.92	1.05	397.20	29.69	3.32	0.00
919	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом 85 гр	95.00	22.21	13.79	12.24	13.77	132.85	0.04	0.05	0.14	0.02	0.22	0.06	28.47	25.68	8.45	0.43	37.68	2.71	1.37	0.00
831	Макароны отварные 150г (с 3-7 лет) №219	155.00	6.57	1.91	4.32	11.36	93.21	0.02	0.01	0.00	0.02	0.32	0.08	2.20	14.48	2.42	0.29	24.77	0.27	0.05	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.64	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.20	2.19	0.39	10.65	56.70	0.05	0.02	0.00	0.00	0.42	0.00	11.10	53.40	16.50	0.81	0.00	1.32	1.65	0.00
425	Салат из белокочанной капусты с яблоками.	60.00	5.68	0.74	3.09	6.43	55.93	0.02	0.02	14.16	0.19	1.47	0.00	20.97	15.90	8.76	0.41	129.88	1.56	0.24	0.01
802	Чай с лимоном 180/10/7(д/ш) №412	180.00	2.11	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00

#### Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
834	Ватрушки с повидлом (д/ш)	70.00	10.16	4.71	2.49	48.41	232.66	0.07	0.03	0.15	0.01	1.10	0.08	13.30	42.95	8.76	0.94	52.34	0.58	3.40	0.01
905	Кефир 2,5 %-ной жирности	180.00	17.04	5.04	4.50	7.20	90.00	0.05	0.31	1.26	0.04	0.00	0.09	216.00	171.00	25.20	0.18	262.80	16.20	0.00	0.04

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор: \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



на 10 декабря 2024г.

### Меню

День: вторник  
 Неделя: 2  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

#### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
391	Бутерброд с джемом	55.00	15.57	2.42	4.36	28.38	161.80	0.04	0.01	0.48	0.03	0.24	0.08	9.60	24.60	6.00	0.42	0.75	0.96	1.85	0.00
836	Каша гречневая вязкая с маслом 200/5 (с 3-7 лет) № 182	155.00	12.24	6.52	6.27	28.43	194.23	0.13	0.15	0.98	0.03	0.31	0.09	97.47	168.88	77.85	2.34	240.25	7.93	3.49	0.02
322	Какао с молоком	180.00	11.88	3.78	3.34	16.04	102.70	0.05	0.17	1.43	0.02	0.01	0.05	134.56	112.10	23.90	0.55	190.78	9.90	2.20	0.03

#### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
855	Суп картофельный с горохом 180г (№87)	180.00	3.65	3.66	3.84	14.00	106.44	0.16	0.05	7.53	0.22	1.74	0.00	21.08	62.55	25.38	1.45	163.51	3.20	2.08	0.00
901	Фрикадельки мясные с соусом сметанным №372	120.00	35.11	9.41	7.67	8.67	137.53	0.05	0.10	0.63	0.02	0.16	0.08	32.58	105.18	13.94	1.39	195.10	6.22	1.16	0.03
876	Пюре картофельное 150 гр М_312	130.00	15.45	2.76	7.10	17.20	143.51	0.12	0.10	4.52	0.15	0.19	0.13	32.34	71.69	24.13	0.86	504.16	7.31	0.91	0.00
797	Компот из груш 150г (д/ш) №390	180.00	9.93	0.14	0.11	21.38	83.34	0.01	0.01	1.80	0.00	0.14	0.00	6.84	5.76	4.32	0.83	55.80	0.36	0.04	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.64	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.20	2.19	0.39	10.65	56.70	0.05	0.02	0.00	0.00	0.42	0.00	11.10	53.40	16.50	0.81	0.00	1.32	1.65	0.00
827	Салат из свеклы 50г(с3-7 лет) №34	50.00	2.19	0.68	3.04	3.93	44.92	0.01	0.02	4.75	0.00	1.37	0.00	17.58	20.42	10.45	0.66	0.00	3.33	0.33	0.00

#### Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
915	Омлет натуральный 150 г	110.00	39.39	10.33	18.34	2.11	213.34	0.06	0.40	0.38	0.25	0.59	1.90	80.54	177.98	13.35	1.98	152.50	2.64	24.35	0.01
802	Чай с лимоном 180/10/7(д/ш) №412	180.00	2.11	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.32	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00

Ст. повар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор  
 \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

на 11 декабря 2024г.



Утверждаю:  
 Директор ООО "Общедит"  
 Афанасьева Л.Н.  
 Дата: 11.12.2024 г.

**Меню**

День: среда  
 Неделя: 2  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	14.10	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
922	Каша рисовая вязкая с маслом д/ш 200/5	180.00	15.85	5.36	6.35	34.87	216.56	0.05	0.12	1.13	0.03	0.20	0.11	107.45	137.44	31.61	0.49	158.00	8.38	7.75	0.02
769	Кофейный напиток с молоком(с 1-3лет) №414	200.00	9.47	3.16	2.73	14.31	97.24	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
789	Салат из моркови 50г(с 3-7 лет)№42	60.00	2.46	0.75	0.06	6.57	28.65	0.03	0.04	2.88	1.15	0.23	0.00	15.55	31.68	21.89	0.40	0.00	2.88	0.06	0.03
817	Суп картофельный с вермишелью 180г(д/ш)	200.00	3.87	2.11	2.22	16.37	95.66	0.08	0.05	11.88	0.22	1.11	0.00	12.16	50.80	19.24	0.79	277.24	3.76	0.29	0.00
920	Шницель из свинины со сметанным соусом 95 г	100.00	30.84	7.95	19.88	13.17	257.15	4.25	0.11	0.25	0.03	0.46	0.10	32.89	108.73	18.41	1.23	125.43	6.03	1.28	0.37
795	Рис отварной 150 г(с1-3 лет) №179	150.00	11.28	3.67	4.66	35.86	187.09	0.03	0.02	0.00	0.02	0.27	0.08	2.19	61.44	19.17	0.52	42.33	0.76	8.20	0.00
854	Компот из свежих яблок 150 г( д/ш) №390	180.00	4.98	0.14	0.14	21.49	84.42	0.01	0.01	1.44	0.00	0.14	0.00	3.60	2.88	0.72	0.36	100.08	0.72	0.11	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.76	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	20.00	1.46	1.46	0.26	7.10	37.80	0.03	0.02	0.00	0.00	0.28	0.00	7.40	35.60	11.00	0.54	0.00	0.88	1.10	0.00

**Полдник**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
913	Запеканка из творога 150 г с молочным соусом	130.00	45.35	18.08	6.11	19.84	207.82	0.06	0.26	0.70	0.05	0.28	0.18	126.94	111.96	16.92	0.42	164.06	10.00	30.91	0.03
567	Молоко кипяченое М_385	180.00	14.40	5.29	4.80	8.82	87.05	0.07	0.27	2.34	0.04	0.00	0.09	216.00	162.00	25.20	0.18	262.80	16.20	3.60	0.04
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.32	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00

Ст. повар \_\_\_\_\_



Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
 Директор ООО "Общедит"  
 Афанасьева Л.Н.  
 Дата: 12.12.2024г.

на 12 декабря 2024г.

**Меню**

День: четверг  
 Неделя: 2  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	14.10	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
787	Каша овсяная вязкая с маслом 200/5 (с 3-7 лет) №182	155.00	11.96	5.98	7.21	22.01	174.94	0.18	0.15	0.98	0.03	0.62	0.09	112.29	186.06	49.55	1.40	234.13	8.34	11.38	0.02
825	Чай с молоком 180г(д/ш) №413	180.00	7.69	2.53	2.90	14.22	90.10	0.03	0.10	0.81	0.02	0.00	0.05	87.48	63.99	12.60	0.09	131.40	8.10	1.80	0.02

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
805	Салат из белокочанной капусты 50г (д/ш) №21	50.00	2.24	0.75	2.54	4.51	43.15	0.01	0.02	18.20	0.10	1.16	0.00	20.50	15.12	8.28	0.27	119.70	1.45	0.12	0.01
774	Щи из свежей капусты 180гр № 72(д/ш)	180.00	3.57	1.28	3.87	4.52	58.79	0.02	0.03	16.64	0.15	1.72	0.01	31.93	27.54	12.46	0.44	168.37	2.44	0.32	0.01
792	Биточки рубленные с соусом 60/15(с 1-3 лет) № 299	75.00	25.29	6.63	16.49	10.88	213.22	3.59	0.09	0.20	0.02	0.37	0.07	25.63	90.34	15.34	1.04	101.86	4.87	1.06	0.31
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302	130.00	8.09	7.28	5.29	35.76	223.48	0.18	0.10	0.00	0.02	0.51	0.06	12.49	172.69	115.07	3.86	223.73	1.94	3.39	0.01
780	Компот из сухофруктов 180г(д/ш)	180.00	3.31	0.41	0.00	23.19	90.76	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.76	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	20.00	1.46	1.46	0.26	7.10	37.80	0.03	0.02	0.00	0.00	0.28	0.00	7.40	35.60	11.00	0.54	0.00	0.88	1.10	0.00

**Полдник**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
799	Пирожки печеные с картофелем из дрожжевого теста 70гр	70.00	5.37	5.20	3.74	31.51	181.97	0.10	0.07	4.99	0.03	1.48	0.08	29.20	65.76	13.83	0.77	167.11	3.03	3.56	0.01
783	Простакваша 150г(д/ш) №420	150.00	16.88	4.20	3.75	16.50	75.99	0.04	0.00	1.50	30.00	0.00	0.00	177.00	144.00	24.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст. поввар \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



Утверждаю:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Афанасьев Л.Н.  
 Дата: 12.12.2024 г.

на 13 декабря 2024г.

### Меню

День: пятница  
 Неделя: 2  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 3 - 7 лет

#### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
772	Бутерброд с сыром (с 3-7 лет) №3	50.00	18.79	5.44	6.69	16.23	155.50	0.04	0.05	0.09	0.05	0.14	0.18	117.67	85.42	9.04	0.50	11.63	1.07	3.85	0.00
923	Каша вязкая манная с маслом 205 г	205.00	21.32	9.44	8.98	44.44	290.77	0.11	0.24	2.13	0.05	0.72	0.16	204.82	184.99	30.64	0.61	400.92	14.76	16.16	0.03
322	Какао с молоком	180.00	11.88	3.78	3.34	16.04	102.70	0.05	0.17	1.43	0.02	0.01	0.05	134.56	112.10	23.90	0.55	190.78	9.90	2.20	0.03

#### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
827	Салат из свеклы 50г(с3-7 лет) №34	50.00	2.19	0.68	3.04	3.93	44.92	0.01	0.02	4.75	0.00	1.37	0.00	17.58	20.42	10.45	0.66	0.00	3.33	0.33	0.00
802	Чай с лимоном 180/10/7(д/ш) №412	180.00	2.11	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
790	Борщ из свежей капусты 180 г (д/ш) №62	200.00	4.21	1.20	4.24	8.97	71.37	0.02	0.03	8.43	0.20	1.87	0.01	31.82	33.48	16.04	0.72	87.75	4.02	0.36	0.01
921	Котлеты рыбные из трески со сметанным соусом (3-7 лет)	80.00	35.67	9.68	2.44	6.91	55.50	0.02	0.03	0.09	0.02	0.08	0.06	23.87	23.59	4.01	0.15	30.43	2.15	1.05	0.00
846	Картофель отварной 120 г (д/ш) №336	150.00	12.91	2.92	4.73	22.22	144.94	0.15	0.09	6.00	0.17	0.20	0.08	14.63	75.29	29.33	1.13	638.29	7.50	0.65	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.64	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.20	2.19	0.39	10.65	56.70	0.05	0.02	0.00	0.00	0.42	0.00	11.10	53.40	16.50	0.81	0.00	1.32	1.65	0.00

#### Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
813	Булочка Дорожная № 453	70.00	5.91	4.61	9.68	36.59	253.31	0.08	0.02	0.00	0.00	3.42	0.00	8.36	32.78	5.77	0.38	55.53	0.68	2.73	0.01
905	Кефир 2,5 %-ной жирности	180.00	17.04	5.04	4.50	7.20	90.00	0.05	0.31	1.26	0.04	0.00	0.09	216.00	171.00	25.20	0.18	262.80	16.20	0.00	0.04

Ст.повар \_\_\_\_\_