Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №8 комбинированного вида муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская.

Нетребко Светлана Николаевна

Подписан: Нетребко Светлана Николаевна
DN: CN=Нетребко Светлана Николаевна, SN=Нетребко, G=Светлана Николаевна, E=8ds1987@mail.ru, ИНН=235800295773, СНИЛС=01059969155, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 8 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЩЕРБИНОВСКИЙ РАЙОН СТАНИЦА СТАРОЩЕРБИНОВСКАЯ, T=Заведующий, S=Краснодарский край, C=RU
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.01.31 15:06:07+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.4

«Утверждаю»

Заведующий

МБДОУ детский сад №8

Комбинированного вида

Ст. Старощербиновская

_____ / Нетребко С.Н.

Десятидневное меню

ясли 1-3 года

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**
Творожно-манная запеканка. сгущ. молоко. чай	Суп молочный гречневый, хлеб ,масло кофейный напиток	Каша манная молочная, хлеб, 1\2яйцо чай	Суп молочный вермишелевый хлеб масло, коф. напиток	Суп молочный пшеничный, хлеб масло, , чай	Творожно – манная запеканка со сгущенным молоком, чай	Суп молочный пшенный, хлеб? масло, сыр,коф. напиток.	Суп молочный геркулесовый, хлеб , 1\2 яйцо, чай	Суп молочный гречневый, хлеб с маслом ,коф. напиток	Суп молочный пшеничный, хлеб с маслом, чай
св. фрукты	св. фрукты	Св .фрукты	св. фрукты	Св .фрукты	Св .фрукты	св. фрукты	Св .фрукты	Св .фрукты	Св .фрукты
Обед	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**
Суп кудрявый ,запеканка из печени с рисом, картофельное пюре ,овощи хлеб пшен., ржаной, сок фруктовый	борщ, зразы мясные с яйцом, к .пшенная на молоке, овощи, хлеб кисель фруктовый	Суп с дом. лапшой, котлета мясная, овощное рагу, овощи ,хлеб пшеничный, хлеб ржаной, компот	Суп крестьянский, рыбные тефтели, картоф. пюре ,овощи, хлеб сок фруктовый	Борщ , плов, овощи, хлеб пшен., хлеб ржаной, компот	Борщ , биточки, к. гречневая, овощная подлива, овощи ,хлеб, сок фруктовый.	Суп гороховый с гренками ,ленивые голубцы(порц.) ,макароны, овощи, хлеб ,кисель фруктовый.	Суп по польски ,запеканка из печени,картофельное. пюре, овощи, хлеб, сок фруктовый	Борщ, рыбная котлета, макароны, овощи, хлеб, компот	Домашняя лапша, Жаркое по домашнему ,овощи, хлеб , кисель фруктовый.
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Печенье, какао,	Булочка кисло молочный продукт	Горячий бутерброд, какао	Булочка, кисло мол. продукт	Творожно – манная запеканка со сгущ.молоко ,какао.	Вафли, кисло молочный продукт	Булочка ,кисло молочный продукт	Горячий бутерброд, какао	Булочка кисло молочный продукт	Печенье , какао
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Суп молочный геркулесовый, хлеб ,коф. напиток	Картофель отварной с овощами, кабачковая икра, хлеб, чай	Творожно-манная запеканка, сгущен. молоко ,коф. напиток	Тушёная капуста..зелёный горошек, хлеб, чай.	Омлет, кабачковая икра, хлеб, чай	Суп пшеничный, хлеб, коф. напиток	Омлет, овощи, хлеб, сок.	Овощное рагу, хлеб, чай	Творожно-манная запеканка, сгущен. молоко ,коф. напиток	Манная запеканка, сгущен. молоко, чай

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ : ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ КАРТ

Организация детского питания в дошкольных учреждениях И.Я.Конь, Л И Басова, С А Димитиева Л Я Каневская М М Цапенко

* Питание детей * М И Снигур, З Т Корешкова

Организация детского питания в дошкольных учреждениях (методические материалы) И.Я.Конь

Организация рационального питания детей в ДОУ Г И Беленова, Т А Павлова

* Организация питания детей в дошкольных учреждениях* А С Алексеева Л В Дружинина К С Ладодо

* Азбука питания * Н А Таргонская

* Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях* Н Ю Савельева

Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях Н В Злобина

Н А Киселева

1 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
№	**ЗАВТРАК**	**100**			**9.21**	**6.09**	**10.95**	**184.87**	**0.04**	**0.17**	**1.15**	**128.2**	**0.48**

1	**Творожно-манная запеканка, сгущенное молоко**											**8**	
	Творог		75	75									
	Манка		8	8									
	Сахар		7	7									
	Яйцо 1\4		13	13									
	Молоко		20	20									
	Сливочное масло		2	2									
	Яблоко		25	25									
	Сгущенное молоко	**35**	**35**	**35**	**2.4**	**2.83**	**18.6**	**109.66**	**0.002**	**0.01**	**-**	**0.05**	**0.003**
№ 59	**Чай**				**-**	**-**	**9.98**	**37.9**	**-**	**-**	**-**	**0.2**	**0.03**
	Чай заварка		0.5	0.5									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**50**	50		**0.6**	**0.2**	**5.8**	**31.6**	**0.02**	**0.02**	**30.2**	**20.0**	**20.32**
	ОБЕД												
№ 9	**Суп кудрявый**	**150**			**5.18**	**4.45**	**12.67**	**100.09**	**23**	**0.6**	**0.08**	**0.09**	**23**
	Картофель		50	35									
	Яйцо		25	25									
	Морковь		15	15									
	Лук		15	15									
	Зеленый горошек		35	15									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		3	3									
№	**Запеканка из печени с рисом**	**80**											
	Печень говяжья		75	70									
	Крупа рисовая		8	8									
	Лук		10	8									

	Яйцо 1\4		9	9									
	Масло растительное		2	2									
	Сметана		5	5									
	Молоко		30	30									
№	**Картофельное пюре**	**80**			**2.1**	**0.42**	**18.17**	**84**					
	Картофель		100	80									
	Масло сливочное		3	3									
	Молоко		30	30									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб пшеничный	**20**	20	20	**2.31**	**0.9**	**14.94**	**78.6**	**0.07**	**0.03**	**-**	**9.6**	**0.42**
	Хлеб ржаной	**30**	30	30	**1.98**	**0.36**	**10.26**	**54.3**	**0.05**	**0.03**	**0.6**	**11.4**	**0.78**
№ 62	**Сок фруктовый**	**150**				**-**			**-**	**-**	**-**		
	Сок фруктовый		150	150									
	ПОЛДНИК												
	Печенье	**30**	30	30	**2.6**	**0.62**	**19.07**	**114.5**	**-**	**-**	**-**	**7.25**	**0.53**
№ 61	**Какао**	**150**			**4.2**	**3.75**	**19.03**	**123.48**	**0.06**	**0.23**	**0.6**	**189.2**	**0.19**
	Молоко		150	150									
	Какао порошок		2	2									
	Сахар		8	8									
	Ужин												
№ 19	**Суп молочный геркулесовый**	**150**			**6.35**	**8.5**	**21.66**	**180**	**0.13**	**0.04**	**0.6**	**188**	**0.82**
	Геркулес		15	15									
	Молоко		140	140									
	Сахар		3	3									
	Масло сливочное		2	2									
	Хлеб пшеничный	**25**	25	25	**2.31**	**0.9**	**14.94**	**78.6**	**0.07**	**0.03**	**-**	**9.6**	**0.42**
№ 63	**Кофейный напиток**	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток		2	2									

	Сахар		10	10									
	За день				**49.18**	**43.5**	**190.7**	**1398.68**	**0.507**	**0.82**	**87.94**	**372.6**	

2 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 8	**Суп молочный гречневый**	**150**											
	Молоко		130	130									
	Крупа гречневая		13	13									
	Сахар		3	3									
	Масло сливочное		2	2									
	Хлеб пшеничный с маслом	**20\5**			**2.3**	**4.36**	**14.62**	**108**	**0.07**	**0.03**	**-**	**6.6**	**0.34**
	Хлеб		20	20									
	Масло		5	5									

№ 63	**Кофейный напиток**	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток цикорий		1.5	1.5									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									
	ОБЕД												
№ 15	**Борщ**	**150**											
	Картофель		50	30									
	Свекла		30	20									
	Капуста		50	40									
	Морковь		15	12									
	Лук		10	8									
	Масло сливочное		2	2									
	Масло растительное		3	3									
	Сметана		10	10									
	Томатная паста		10	10									
№	**Зразы мясные с яйцом**	**80**											
	Мясо говядины		85	83									
	Лук		10	8									
	Молоко		10	10									
	Яйцо 1 \2		20	20									
	Хлеб пшеничный		5	5									
№	**Каша пшенная на молоке**	**80**											
	Крупа пшенная		25	25									
	Масло сливочное		4	4									
	Молоко		50	50									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб пшеничный	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
	Кисель фруктовый	**150**											
	Кисель из концентрата		20	20									

	Сахар		5	5									
	ПОЛДНИК												
№ 25	**Булочка**	**50**											
	мука		40	40									
	Молоко		25	25									
	Сахар		5	5									
№ 61	Яйцо 1 \4		8	8									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		5	5									
	Дрожжи		1	1									
	Кисло молочный продукт	**150**	170	150									
	Ужин												
№ 33	**Картофель отварной с овощами**	**150**											
	Картофель		160	135									
	Лук		15	12									
	Морковь		20	16									
	Масло растительное		5	5									
	Кабачковая икра	**50**	50	50									
	Хлеб пшеничный	**25**	25	25									
№ 59	**Чай**	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**
	Чай с заваркой		1.5	1.5									
	Сахар		10	10									
	За день				**47.72**	**50.15**	**197.31**	**1470.65**	**0.967**	**1.235**	**66.07**	**663.26**	

3 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 18	**Каша манная молочная**	**150**											
	Молоко		130	130									
	Манная крупа		13	13									
	Масло сливочное		3	3									
	Сахар		5	5									
№ 3	**Хлеб**	**20**											
	Хлеб пшеничный		20	20									
	1\2 вареное яйцо	**1\2**	24	24									
№ 59	**Чай**	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**
	Чай заварка		0.5	0.5									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									

№ 16	**Домашняя лапша**	**150**											
	Картофель		50	35									
	Морковь		15	12									
	Лук		15	13									
	Яйцо		12	12									
	Мука		30	30									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		3	3									
№ 10	**Котлета мясная**	**80**											
	Мясо говядины		85	83									
	Молоко		10	10									
	Яйцо		7	7									
	Хлеб		5	5									
	Лук		10	8									
№ 45	**Овощное рагу**	**100**											
	Картофель		50	40									
	Морковь		30	20									
	Лук		15	13									
	Масло растительное		5	5									
	Масло сливочное		2	2									
	Томатная паста		10	10									
	Капуста		80	65									
	Овощи	**30**	30	30									
	Хлеб пшеничный	**20**	**20**	**20**									
	Хлеб ржаной	**30**	**30**	**30**									
№ 64	**компот**	**200**	200	200									
	Сухофрукты		20	20									
	Сахар		6	6									

	Полдник												
№ 7	**Горячий бутерброд**	**40**											
	Батон		30	30									
	Масло		8	8									
	Сыр		13	13									
№ 59	**Какао**	**150**											
	Какао порошок		2	2									
	Сахар		8	8									
	Молоко		150	150									
	Ужин												
	Творожно-манная запеканка	**140**											
	Манка		10	10									
	Творог		120	120									
	Молоко		20	20									
	Сахар		10	10									
	Масло сливочное		2	2									
	Яйцо 1 \ 4		13	13									
	Свежие фрукты		25	20									
	Сгущенное молоко	**40**	40	40									
	Кофейный напиток	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток злаковый		2	2									
	Сахар		10	10									
	Итого за день				**58.57**	**56.32**	**197.33**	**1800.02**	**0.669**	**1.724**	**20.84**	**637.82**	

4 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества	Энергетич.	Витамины	Минеральные Вещества мг.

					Б	Ж	У	Ценность (ккал)	В 1	В 2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Завтрак												
№ 38	**Суп молочный вермишелевый**	**150**											
	Молоко		130	130									
	Вермишель		13	13									
	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		3	3									
№ 3	**Хлеб с маслом**	**20\5**			**2.3**	**4.36**	**14.62**	**108**	**0.07**	**0.03**	**-**	**6.6**	**0.34**
	Хлеб пшеничный		20	20									
	Масло сливочное		5	5									
№ 59	**Кофейный напиток**	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток		2	2									
	Сахар		8	8									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									
	Обед												
№ 42	**Суп крестьянский**	**150**											
	Картофель		50	35									
	Морковь		20	15									
	Лук		15	13									
	Пшено		10	10									
	Сметана		7.5	7.5									
	Масло сливочное		2	2									
	Масло растительное		3	3									
№ 23	**Рыбные тефтели**	**90**											
	Рыба свежая		120	100									

	Лук		10	8									
	Рис		8	8									
	Яйцо		7	7									
	Масло растительное		2	2									
	Томатная паста		5	5									
№ 14	**Картофельное пюре**	**80**											
	Картофель		100	80									
	Молоко		30	30									
	Масло сливочное		4	4									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб пшеничный	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
	Сок фруктовый	**150**	150	150									
	Полдник												
№ 12	**Булочка**	**50**											
	мука		40	40									
	Молоко		25	25									
	Сахар		5	5									
	Яйцо 1 \4		8	8									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		5	5									
	Дрожжи		1	1									
	Кисло молочный продукт	**150**	170	150									
	Ужин												
№ 20	**Тушёная капуста**	**160**											
	капуста		180	160									
	Морковь		20	16									
	Масло растительное		5	5									
	Томатная паста		10	10									
	Лук		10	8									

	Зеленый горошек	**40**	60	40									
	Хлеб пшеничный	**25**	25	25									
№ 63	**Чай**	**150**	150	150									
	Чай заварка		0.5	0.5									
	Сахар		10	10									
	За день				**49.55**	**43.09**	**167.56**	**1347.08**	**0.73**	**0.98**	**63.36**	**469.02**	

5 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 21	**Суп молочный пшеничный**	**150**			**5.32**	**3.67**	**17.02**	**160**	**0.05**	**0.2**	**0.52**	**164**	**0.15**
	Молоко		130	130									
	Пшеничная крупа		13	13									
	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		3	3									

	Хлеб с маслом	**20 \5**			**2.3**	**4.36**	**14.62**	**108**	**0.07**	**0.03**	**-**	**6.6**	**0.34**
	Хлеб пшеничный		20	20									
	Масло сливочное		5	5									
№ 59	**Чай**	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**
	Чай заварка		1.5	1.5									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									
	Обед												
№ 4	**Борщ**	**150**											
	Картофель		50	30									
	Капуста		50	40									
	Лук		10	8									
	Морковь		15	13									
	Томатная паста		10	10									
	Свекла		30	20									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		3	3									
	Сметана		10	10									
№ 5	**Плов с кур**	**160**											
	Мясо кур		75	55									
	Крупа рисовая		30	30									
	Лук		15	13									
	Морковь		20	17									
	Масло сливочное		3	4									
	Масло растительное		4	4									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб пшеничный	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
№	**Компот**	**150**											

60													
	Сухофрукты		17	17									
	Сахар		6	6									
	Полдник												
	Творожно – манная запеканка	**100**											
	Творог		75	75									
	Манка		8	8									
	Молоко		20	20									
	Сахар		8	8									
	Масло сливочное		2	2									
	Яйцо 1 \ 4		13	13									
	Свежие фрукты		25	25									
	Сгущенное молоко	**30**	30	30									
№ 64	**Какао**	**150**											
	Какао		2	2									
	молоко		150	150									
	Сахар		8	8									
	УЖИН												
№ 13	**Омлет**	**70**											
	Яйцо		74	74									
	Молоко		20	20									
	Масло сливочное		5	5									
	Кабачковая икра	**50**											
	Кабачковая икра		55	50									
	Хлеб пшеничный	**25**	25	25									
	Чай	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**
	Чай заварка		1.5	1.5									

	Сахар		10	10									
	За день				**50.48**	**58.34**	**221.02**	**1577.37**	**0.68**	**1.205**	**101.94**	**503.86**	

6 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 28	**Творожно – манная запеканка**	**120**											
	Творог		75	75									
	Манка		8	8									
	Молоко		20	20									
	Сахар		7	7									
	Масло сливочное		2	2									
	Яйцо 1 \ 4		13	13									
	Свежие фрукты		25	25									
	Сгущенное молоко	**30**	30	30									
№ 63	**Чай**	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**
	Чай заварка		1.5	1.5									

	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									
	Обед												
№ 6	**Борщ**	**150**											
	Картофель		50	30									
	Лук		10	8									
	Морковь		15	12									
	Капуста		50	40									
	Свекла		30	20									
	Масло сливочное		2	2									
	Масло растительное		3	3									
	сметана		10	10									
	Томатная паста		10	10									
№ 55	**Биточек мясной**	**80**											
	Мясо говядины		85	83									
	Лук		10	8									
	Молоко		10	10									
	Яйцо 1\8		7	7									
	Хлеб пшеничный		5	5									
	Сыр		4	4									
№ 41	**Каша гречневая**	**80**											
	Крупа гречневая		25	25									
	Масло сливочное		4	4									
№ 11	**Овощная подлива**	**40**											
	Морковь		20	16									
	Лук		20	18									
	Томатная паста		10	10									
	Масло растительное		3	3									

	Хлеб пшеничный	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
№ 62	**Сок фруктовый**	**150**	150	150									
	Полдник												
	Вафли	**30**	30	30									
№ 61	**Кисло молочный продукт**	**150**	170	150									
	Ужин												
№ 18	**Суп молочный пшеничный**	**150**											
	Молоко		150	150									
	Крупа пшеничная		15	15									
	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		5	5									
	Хлеб пшеничный	**25**	25	25									
	Кофейный напиток	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток		2	2									
	Сахар		10	10									
	За день				**62.32**	**55.97**	**217.88**	**1717.56**	**0.85**	**1.06**	**28.33**	**636.75**	

7 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	Ж	У		В 1	В 2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Завтрак												
№ 8	**Суп молочный пшённый**	**150**											
	Крупа пшённая		13	13									
	Молоко		130	130									
	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		3	3									
№ 3	**Хлеб масло сыр**	**20 \5 \ 7**			**2.3**	**4.36**	**14.62**	**108**	**0.07**	**0.03**	**-**	**6.6**	**0.34**
	Хлеб пшеничный		20	20									
	Масло сливочное		5	5									
	сыр		7	7									
№ 59	**Кофейный напиток**	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток цикорий		2	2									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**65**	65	65									
	Обед												
№ 37	**Суп гороховый с гренками**	**150**											
	Картофель		50	35									
	горох		12	12									
	Лук		15	13									
	Морковь		15	12									

	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		3	3									
	Хлеб белый		20	20									
№ 27	**Ленивые голубцы (формовые)**	**120**											
	Мясо говядина		80	80									
	капуста		60	50									
	рис		8	8									
	лук		10	8									
	Яйцо 1.4		7	7									
	Масло растительное		4	4									
	Томатная паста		5	5									
	макароны	**50**											
	макароны		20	20									
	Масло сливочное		3	3									
	овощи	**30**	30	30									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
№ 64	**Кисель фруктовый**	**150**											
	Кисель концентрат		20	20									
	Сахар		5	5									
	Полдник												
	Булочка	**50**											
	Мука		40	40									
	Молоко		25	25									
	Сахар		5	5									
	Яйцо 1 \4		8	8									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		5	5									
	Дрожжи		1	1									
	Кисло молочный продукт	**150**	170	170									

	Ужин												
№ 28	**Омлет**	**70**											
	яйцо		1.5	1.5									
	Масло сливочное		5	5									
	Молоко		20	20									
	Овощи	**60**	65	60									
	Сок фруктовый	**150**	150	150	**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	За день				**45.95**	**53.36**	**190.2**	**1626.76**	**0.985**	**0.978**	**105.45**	**475.58**	

8 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 47	**Суп молочный геркулесовый**	**150**											
	Молоко		130	130									
	Крупа геркулес		13	13									

	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		3	3									
	1\2 вареное яйцо	**1\2**	24	24									
	Хлеб	**20**											
	Хлеб пшеничный		20	20									
№ 63	**Чай**	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**
	Чай заварка		1.5	1.5									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									
	Обед												
№ 2	**Суп по польски**	**150**											
	Картофель		50	35									
	Лук		15	12									
	Морковь		20	16									
	Яйцо		20	20									
	Зеленый горошек		30	15									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		3	3									
№ 44	**Запеканка из печени**	**80**											
	Печень говяжья		75	73									
	Лук		10	8									
	Морковь		10	7									
	Молоко		30	30									
	Масло растительное		4	4									
	Сметана		10	10									
	мука		10	10									
	яйцо		1\4	1\4									
№ 45	**Картофельное пюре**	**80**											

	Картофель		100	80									
	Молоко		30	30									
	Масло сливочное		4	4									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб белый	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
	Сок фруктовый	**150**	150	150									
	Итого												
	Полдник												
	Горячий бутерброд	**40**											
№ 12	Батон		30	30									
	Масло сливочное		8	8									
	Сыр		13	13									
	Какао	**150**											
	Какао порошок		2	2									
	Молоко		150	150									
	Сахар		8	8									
	Ужин												
№ 27	**Овощное рагу**	**170**											
	Картофель		60	45									
	Капуста		60	48									
	Лук		10	8									
	Морковь		60	48									
	Масло сливочное		2	2									
	Томатная паста		10	10									
	Масло растительное		4	4									
	Хлеб	**25**	25	25									
	Чай	**150**			**-**	**-**	**9.9**	**37**	**-**	**-**	**-**	**0.02**	**0.03**

	Чай		1.5	1.5									
	Сахар		10	10									
	За день				**62.32**	**55.97**	**217.88**	**1717.56**	**0.85**	**1.06**	**28.33**	**636.75**	

9 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 18	**Суп молочный гречневый**	**150**											
	Молоко		130	130									
	Гречка		13	13									
	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		3	3									
	Хлеб масло	**20\ 5**			**2.3**	**4.36**	**14.62**	**108**	**0.07**	**0.03**	**-**	**6.6**	**0.34**
	Хлеб пшеничный		20	20									
	Масло сливочное		5	5									
	Кофейный напиток	**150**			**-**	**-**	**11.98**	**45.48**	**-**	**-**	**-**	**0.24**	**0.036**
	Кофейный напиток цикорий		2	2									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**65**	65	65									

	Обед												
№ 54	**Борщ**	**150**											
	Картофель		50	30									
	Капуста		50	40									
	Свекла		30	20									
	Лук		10	8									
	Морковь		15	12									
	Томатная паста		10	10									
	Масло сливочное		2	2									
	Масло растительное		3	3									
	сметана		10	10									
№ 50	**Рыбная котлета**	**80**											
	Рыба свеж.морожен.		120	90									
	Лук		10	8									
	Яйцо		7	7									
	Молоко		10	10									
	Хлеб пшеничный		5	5									
	Масло растительное		2	2									
	Томатная паста		5	5									
№ 22	**Макароны**	**90**											
	Макароны		45	45									
	Масло сливочное		4	4									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб белый	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
	Компот	**150**											
	сухофрукты		17	17									

	сахар		6	6									
	Полдник												
	Булочка	**50**											
	Мука		40	40									
	Молоко		25	25									
	Сахар		5	5									
	Яйцо 1\4		8	8									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		5	5									
	дрожжи		1	1									
№	**Кисло молочный продукт**	**150**	170	170									
	Ужин												
	Творожно – манная запеканка	**150**											
	Творог		120	120									
	Манка		10	10									
	Сахар		10	10									
	Масло сливочное		2	2									
	Яйцо		13	13									
	Молоко		20	20									
	Фрукты свежие		35	30									
	Сгущенное молоко	**40**	40	40									
	Кофейный напиток	**150**											
	Кофейный напиток злаковый		2	2									
	сахар		10	10									

	Итого				**48.52**	**35.96**	**191.64**	**1460.37**	**0.66**	**0.822**	**18.83**	**524.27**	

10 ДЕНЬ 1 - 3 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Брутто	Нетто	Пищевые вещества			Энергетич. Ценность (ккал)	Витамины			Минеральные Вещества мг.	
					Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**В 2**	**С**	**Са**	**Fe**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
	Завтрак												
№ 43	**Суп молочный пшеничный**	**150**											
	Молоко		130	130									
	Крупа пшеничная		13	13									
	Масло сливочное		2	2									
	Сахар		3	3									
	Хлеб с маслом	**20, 5**			**2.3**	**4.36**	**14.62**	**108**	**0.07**	**0.03**	**-**	**6.6**	**0.34**
	Хлеб пшеничный		20	20									
	Масло сливочное		5	5									
	Чай	**150**											
	Чай заварка		0.5	0.5									
	Сахар		7	7									
	Свежие фрукты	**60**	60	60									
	Обед												
№ 34	**Суп с домашней лапшой**	**150**											
	Картофель		50	35									
	Лук		15	13									
	Морковь		15	12									
	Яйцо		12	12									
	мука		30	30									
	Масло сливочное		2	2									

	Масло растительное		3	3									
№ 35	**Картофель по домашнему**	**160**											
	Куры		75	70									
	Картофель		100	80									
	Лук		15	12									
	морковь		15	13									
	Масло сливочное		3	3									
	Масло растительное		4	4									
	Овощи	**40**	40	40									
	Хлеб пшеничный	**20**	20	20									
	Хлеб ржаной	**30**	30	30									
	кисель	**150**	150	150									
	Кисель концентрат		20	20									
	сахар		5	5									
	Полдник												
№ 12	**Печенье**	**30**	30	30									
	Какао	**150**	150	150									
	Какао порошок		2	2									
	Молоко		150	150									
	Сахар		8	8									
	Ужин												
	Запеканка манная	**150**											
	Крупа Манная		30	30									
	Молоко		60	60									
	Сахар		10	10									
	Яйцо		7	7									
	Масло сливочное		3	3									

	Яблоки свежие		35	30									
	Сгущенное молоко	**50**	50	50									
	Чай	**150**											
	Чай заварка		1.5	1.5									
	Сахар		10	10									
	За день				**43.47**	**78.78**	**205.01**	**1399.55**	**0.757**	**0.751**	**30.18**	**585.08**	