Утверждаю

Заведующий МБДОУ Ужурский детский сад №3 "Журавлёнок"

_____Н.В. Давлетова

"28" 12 2021 г.

Приказ № 252

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ УЖУРСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №3 "ЖУРАВЛЁНОК"

(Красноярский край, г. Ужур, ул. Строителей, 19)

Разработано
Некоммерческой организацией
"Фонд санитарно-эпидемиологического
благополучия Красноярского края"

"____" _____20__г. Регистр №06/03/М 2021г

Полное или частичное копирование для использования третьими лицами без разрешения разработчика запрещено

г. Ужур

2021 г.

Расчет продуктов питания (в граммах), НЕТТО СЫРЬЯ, на одну порцию, на одного ребенка

Дети 1,5-3 лет

День 1

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
45	Каша пшенная молочная жидкая					23								4	2			113										0,8		
15	Какао с молоком													4				122												
80	повидлом	20											5																	
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	5	8	2	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
74/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																	100												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
56/91	Овощи натуральные соленые или свежие или салат витаминный								40																					
57,46	Суп картофельный с клецками, с птицей или суп-лапша с мясом птицы			9				26	14,2						2		1,5	9				20								
42	Плов из отварной птицы					42			21						3							79								
9	Компот из смеси сухофруктов (плодов или ягод сушеных)											16		4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	9	0	42	0	26	75,2	0	0	16	0	4	5	0	1,5	9	0	0	0	99	0	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
13	Чай с сахаром													4												0,4				
71	Голубцы ленивые			11		5			53							4,4	7			32										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
92	Сушка на сметане			36										9	12	0,9	9							6						
	Итого	15	0	47	0	5	0	0	53	0	0	0	0	13	12	5,3	16	0	0	32	0	0	0	6	0	0,4	0	0	0	0
	поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	50	30	56	0	70	0	26	128,2	0	0	16	5	25	19	5,3	17,5	344	0	32	0	99	0	6	0	0,4	0	0,8	3	0

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
	Дети 1,5-3 лет																													
	День 2																													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
10	Каша из хлопьев овсянях "Геркулес" жидкая					15								3	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122									1,7			
27	Яйцо отварное																40													
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
	Итого	15	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0	40	235	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0	0	0
	2 завтрак																													
76	Плоды свежие										115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
66	Нарезка из моркови с чесноком								37,4							3														
41	Суп картофельный с мясными фрикадельками							52	9						1,2		1,5			24										
58	Рыба, тушенная в томате с овощами								18					1		4							37							
8	Картофельное пюре							103							4			19												
54	Компот из свежих плодов										36			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	0	0	0	0	155	64,4	0	36	0	0	5	5,2	7	1,5	19	0	24	0	0	37	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
59	Чай с молоком													4				45								0,4				
53	Капуста тушеная с мясом			1,5					138,4							4				32										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
28	Ватрушка с творожным фаршем			34,1										6	3	0,9	5,1	12	21,5											1,1
	Итого	15	0	35,6	0	0	0	0	138,4	0	0	0	0	10	3	4,9	5,1	57	21,5	32	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	1,1
	поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	45	30	35,6	0	15	0	155	202,8	0	151	0	0	22	10,2	11,9	46,6	311	21,5	56	0	0	37	0	0	0,4	1,7	0	3	1,1

Дети 1,5-3 лет

День 3

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки-фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
37	Омлет натуральный														8		80	89												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																					
15	Какао с молоком													4				122										0,8		
16	Бутерброд с маслом	15													5															
	Итого	15	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	4	13	0	80	211	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
60	Нарезка из свеклы с чесноком								38							3														
52	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной					6		15	33						1,5					10				8						
93	Оладьи из печени	10													2,5	5					60									
87	Макаронные изделия отварные с овощами						25		57						3															
20	Кисель из свежих ягод				7,5						15			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	25	30	0	7,5	6	25	15	128	0	15	0	0	4	7	8	0	0	0	10	60	0	0	8	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
1	Суп молочный с крупой					9								3	0,8			135												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13																	
31	Чай с лимоном										4			4												0,4				
	Итого	15	0	0	0	9	0	0	0	0	4	0	13	7	0,8	0	0	135	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	55	30	0	7,5	15	25	15	163	190	19	0	13	15	20,8	8	80	346	0	10	60	0	0	8	0	0,4	0	0,8	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 4

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
14	Каша "Дружба"					23								3	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122									1,7			
3	Бутерброд с сыром	15																							8					
	Итого	15	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0	0	235	0	0	0	0	0	0	8	0	1,7	0	0	0
	2 завтрак																													
76	Плоды свежие										115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
18	Икра кабачковая (промышленного производства)								40																					
67	Суп с рыбными консервами					4		45	12							2							24							
97/98	Рулет из говядины (зразы рубленые с яйцом)	8													3		7			45										
99	Горошница					53									4															
54	Компот из свежих плодов										36			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	23	30	0	0	4	0	45	52	0	36	0	0	4	3	2	7	0	0	45	0	0	24	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
101	Зразы или палочки творожные с изюмом			10								14		9	5		6		60											
86	Джем или повидло (порциями)												10																	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13																	
13	Чай с сахаром													4												0,4				
	Итого	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	14	23	13	5	0	6	0	60	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	38	30	10	0	27	0	45	52	0	151	14	23	24	10	2	13	235	60	45	0	0	24	0	8	0,4	1,7	0	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 5

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
72	Макаронные изделия, запеченные с сыром						53								6										12					
15	Какао с молоком													4				122										0,8		
16	Бутерброд с маслом	15													5															
	Итого	15	0	0	0	0	53	0	0	0	0	0	0	4	11	0	0	122	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
60	Нарезка из свеклы с чесноком								38							3														
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							18	47,5						1,5					10				8						
26	Бефстроганов из отварной говядины			1,5					7,8						2					49										
51	Картофель запеченый							123							6															
36	Напиток из плодов шиповника											16		4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	1,5	0	0	0	141	93,3	0	0	16	0	4	9,5	3	0	0	0	59	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
59	Чай с молоком													4				45								0,4				
12	Омлет натуральный														4		40	45												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
17	Манник со сгущенным молоком					25								5	4	1,3	5	10						15						
	Итого	15	0	0	0	25	0	0	35	0	0	0	0	9	8	1,3	45	100	0	0	0	0	0	15	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	45	30	1,5	0	25	53	141	128,3	190	0	16	0	17	28,5	4,3	45	222	0	59	0	0	0	23	12	0,4	0	0,8	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 6

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
1	Суп молочный с крупой					9								3	0,8			135												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122									1,7			
80	Бутерброд с джемом или повидлом	20											5																	
	Итого	20	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	5	7	0,8	0	0	257	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0	0	0
	2 завтрак																													
76	Плоды свежие										115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
56	Овощи натуральные соленые или свежие								40																					
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы					12		30	14						1,5							20								
85	Котлеты, биточки, шницели куриные	9													4			13				37								
82	Соус сметанный натуральный			0,5											0,5									10						
65	Каша рассыпчатая					34									6															
20	Кисель из свежих ягод				7,5						15			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	24	30	0,5	7,5	46	0	30	54	0	15	0	0	4	12	0	0	13	0	0	0	57	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
55	Сырники из творога с молоком сгущенным			13		6								11	2	1,5	3	20	90							0,4				
31	Чай с лимоном										4			4																
	Итого	0	0	13	0	6	0	0	0	0	4	0	0	15	2	1,5	3	20	90	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	44	30	13,5	7,5	61	0	30	54	0	134	0	5	26	14,8	1,5	3	290	90	0	0	57	0	10	0	0,4	1,7	0	3	0

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
Дети 1,5-3 лет																														
День 7																														
Завтрак																														
50	Каша рисовая молочная жидкая					19								3	2			113												
15	Какао с молоком													4				122										0,8		
3	Бутерброд с сыром	15																							8					
	Итого	15	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0	0	235	0	0	0	0	0	0	8	0	0	0,8	0	0
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
33	Сельдь с луком								3							4							30							
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной							24	50					1,5	1,5					10				8						
19, 48	Жаркое по-домашнему или азу							97	37,8							4,5				53										
9	Компот из смеси сухофруктов (плодов или ягод сушеных)											16		4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	0	0	0	0	121	90,8	0	0	16	0	5,5	1,5	8,5	0	0	0	63	0	0	30	8	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
4	Вареники ленивые с маслом сливочным			14										6	2		6		67											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13																	
13	Чай с сахаром													5												0,4				
	Итого	0	0	14	0	0	0	0	0	0	0	0	13	11	2	0	6	0	67	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	30	30	14	0	19	0	121	90,8	190	0	16	13	23,5	5,5	8,5	6	235	67	63	0	0	30	8	8	0,4	0	0,8	3	0

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
Дети 1,5-3 лет																														
День 8																														
Завтрак																														
68,23	Каша пшеничная молочная жидкая (или ячневая)					19								3	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122									1,7			
16	Бутерброд с маслом	15													5															
	Итого	15	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0	0	0
2 завтрак																														
76	Плоды свежие										115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
56	Овощи натуральные соленые или свежие								40																					
130	Свекольник с мясом, со сметаной							26	54,5					0,8	1,5					10				8						
6(64)	Котлеты,биточки, шницели из говядины или тефтели из говядины с рисом "ежики"	9							4							3	3	10		34										
90	Рагу из овощей							57	72						3															
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																				
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	29	30	0	0	0	0	83	170,5	180	0	0	0	0,8	4,5	3	3	10	0	44	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
12	Омлет натуральный														4		40	45												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13																	
59	Чай с молоком													4				45								0,4				
	Итого	15	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	13	4	4	0	40	90	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	59	30	0	0	19	0	83	205,5	180	115	0	13	11,8	15,5	3	43	335	0	44	0	0	0	8	0	0,4	1,7	0	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 9

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
32	Каша манная молочная жидкая					15								3	2			113												
15	Какао с молоком													4				122										0,8		
16	Бутерброд с маслом	15													5															
	Итого	15	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
74/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																	100												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
66	Нарезка из моркови с чесноком								37,4							3														
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					3		45	21						1,5					10				8						
29	Котлеты или биточки рыбные	15							5							4	8	8					40							
7	Соус красный основной			1					5,5						1															
8	Картофельное пюре							103							4			19												
54	Компот из свежих плодов										36			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	30	30	1	0	3	0	148	68,9	0	36	0	0	4	6,5	7	8	27	0	10	0	0	40	8	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
31	Чай с лимоном										4			4												0,4				
71	Голубцы ленивые			11		5			53							4,4	7			32										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
79	Блинчики с молоком сгущенным			17										1,6	1,6	1,6	3	52												
	Итого	15	0	28	0	5	0	0	53	0	4	0	0	5,6	1,6	6	10	52	0	32	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	60	30	29	0	23	0	148	121,9	0	40	0	0	16,6	15,1	13	18	414	0	42	0	0	40	8	0	0,4	0	0,8	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 10

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
1	Суп молочный с крупой					9								3	0,8			135												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122									1,7			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
27	Яйцо отварное																40													
	Итого	15	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	7	0,8	0	40	257	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0	0	0
	2 завтрак																													
76	Плоды свежие										115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
18	Икра кабачковая (промышленного производства)								40																					
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками							60	16,5							1,5	1						14							
81	Печень говяжья по-строгановски			0,5											0,5	5					56			11						
87	Макаронные изделия отварные с овощами						25		57						3															
54	Компот из свежих плодов										36			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	0,5	0	0	25	60	113,5	0	36	0	0	4	3,5	6,5	1	0	0	0	56	0	14	11	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
88	Пудинг творожный					7						7		9	2,3		7		68											
89	Молоко сгущенное (порциями)																	15												
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13																	
13	Чай с сахаром													4												0,4				
	Итого	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	7	13	13	2,3	0	7	15	68	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	30	30	0,5	0	16	25	60	113,5	0	151	7	13	24	6,6	6,5	48	272	68	0	56	0	14	11	0	0,4	1,7	0	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 11

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
45	Каша пшенная молочная жидкая					23								4	2			113										0,8		
15	Какао с молоком													4				122												
80	Бутерброд с джемом или повидлом	20											5																	
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	5	8	2	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
74/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																	100												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
56/91	Овощи натуральные соленые или свежие или салат витаминный								40																					
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной							24	50					1,5	1,5					10				8						
75	Курица в соусе с томатом			1					13,5						5							92		3						
65	Каша рассыпчатая					34									6															
9	Компот из смеси сухофруктов (плодов или ягод сушеных)											16		4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	1	0	34	0	24	103,5	0	0	16	0	5,5	12,5	0	0	0	0	10	0	92	0	11	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
13	Чай с сахаром													4												0,4				
94	Картофельная запеканка с мясом							140	34							4	4			84										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
11	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (ягодой)			27,9							20			7	5	0,9	4,3	14												1,1
	Итого	15	0	27,9	0	0	0	140	34	0	20	0	0	11	5	4,9	8,3	14	0	84	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	1,1
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	50	30	28,9	0	57	0	164	137,5	0	20	16	5	24,5	19,5	4,9	8,3	349	0	94	0	92	0	11	0	0,4	0	0,8	3	1,1

Дети 1,5-3 лет

День 12

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
10	Каша из хлопьев овсянях "Геркулес" жидкая					15								3	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122							8		1,7			
3	Бутерброд с сыром	15												7	2	0	0	235	0	0	0	0	0	0	8	0	1,7	0	0	0
	Итого	15	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0																	
	2 завтрак																													
76	Плоды свежие										115			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0																	
	Обед																													
66	Нарезка из моркови с чесноком								37,4							3														
24	Суп "Бабушкин" с ленивыми пельменями			10				42	11,5					0,1		1,2	2			13										
95	Картофельная запеканка (рулет) с овощами и рыбой							155	36							4	4						52							
54	Компот из свежих плодов										36			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	10	0	0	0	197	84,9	0	36	0	0	4,1	0	8,2	6	0	0	13	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
59	Чай с молоком													4				45								0,4				
53	Капуста тушеная с мясом			1,5					138,4							4				32										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
28	Ватрушка с творожным фаршем			34,1										6	3	0,9	5,1	12	21,5											1,1
	Итого	15	0	35,6	0	0	0	0	138,4	0	0	0	0	10	3	4,9	5,1	57	21,5	32	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	1,1
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	45	30	45,6	0	15	0	197	223,3	0	151	0	0	21,1	5	13,1	11,1	292	21,5	45	0	0	52	0	8	0,4	1,7	0	3	1,1

Дети 1,5-3 лет

День 13

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
37	Омлет натуральный														8		80	89												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35					4				122										0,8		
15	Какао с молоком														5															
16	Бутерброд с маслом	15																												
	Итого	15	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	4	13	0	80	211	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
60	Нарезка из свеклы с чесноком								38							3														
102	Суп картофельный с крупой, с мясом и со сметаной					3		45	15						1,5					10				8						
100	Макаронник с мясом	2,6					33		10						3,7	2,6	4			74										
20	Кисель из свежих ягод				7,5						15			4																
91	Гренки из пшеничного хлеба	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	17,6	30	0	7,5	3	33	45	63	0	15	0	0	4	5,2	5,6	4	0	0	84	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
1	Суп молочный с крупой					9								3	0,8			135												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13													0,4				
31	Чай с лимоном										4			4												0,4	0	0	0	0
	Итого	15	0	0	0	9	0	0	0	0	4	0	13	7	0,8	0	0	135	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	47,6	30	0	7,5	12	33	45	98	190	19	0	13	15	19	5,6	84	346	0	84	0	0	0	8	0	0,4	0	0,8	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 14

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
14	Каша "Дружба"					23								3	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													4				122									1,7			
16	Бутерброд с маслом	15													5															
	Итого	15	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0	1,7	0	0	0
	2 завтрак																													
76	Плоды свежие										115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
18	Икра кабачковая (промышленного производства)								40																					
67	Суп с рыбными консервами					4		45	12							2							24							
53	Капуста тушеная с мясом			1,5					138,4							4				32										
54	Компот из свежих плодов										36			4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	1,5	0	4	0	45	190,4	0	36	0	0	4	0	6	0	0	0	32	0	0	24	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
22	Запеканка из творога	4		7										5	4		3		85					4						
86	Джем или повидло (порциями)												10																	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)												13																	
13	Чай с сахаром													4												0,4				
	Итого	4	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	23	9	4	0	3	0	85	0	0	0	0	4	0	0,4	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	34	30	8,5	0	27	0	45	190,4	0	151	0	23	20	11	6	3	235	85	32	0	0	24	4	0	0,4	1,7	0	3	0

Дети 1,5-3 лет

День 15

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																													
39	Суп молочный с макаронными изделиями						10							1,5	0,8			116												
15	Какао с молоком													4				122										0,8		
3	Бутерброд с сыром	15																							8					
	Итого	15	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	5,5	0,8	0	0	238	0	0	0	0	0	0	8	0	0	0,8	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
60	Нарезка из свеклы с чесноком								38							3														
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							18	47,5						1,5					10				8						
35	Гуляш из говядины			2					5							3				50										
8	Картофельное пюре							103							4			19												
36	Напиток из плодов шиповника											16		4																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30																											
	Итого	15	30	2	0	0	0	121	90,5	0	0	16	0	4	5,5	6	0	19	0	60	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0
	Полдник																													
59	Чай с молоком													4				45								0,4				
96	Рыба по-польски (рыба, запеченная в омлете)			8												4	20	14					67							
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																												
62	Булочка домашняя (с повидлом)			36,7									12	3,4	1,7	0,9	3,4	13												1,1
	Итого	15	0	44,7	0	0	0	0	35	0	0	0	12	7,4	1,7	4,9	23,4	72	0	0	0	0	67	0	0	0,4	0	0	0	1,1
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																												3	
	Итого за день	45	30	46,7	0	0	10	121	125,5	190	0	16	12	16,9	8	10,9	23,4	329	0	60	0	0	67	8	8	0,4	0	0,8	3	1,1

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы,бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Сфки фруктовые (овощные)	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**
Итого за 15 дней	677,6	450	290	22,5	401	146	1396	2034,7	1130	1102	101	138	302,4	208,5	104,5	449,9	4555	413	666	116	248	288	113	44	6	11,9	6,4	45	4,4
Среднеее значение за 1 день	45,2	30,0	19,3	1,5	26,7	9,7	93,1	135,6	75,3	73,5	6,7	9,2	20,2	13,9	7,0	30,0	303,7	27,5	44,4	7,7	16,5	19,2	7,5	2,9	0,4	0,8	0,4	3,0	0,3
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	45	30	19	1,5	23	6	90	135	75	71	7	9	19	14	7	30	293	27	44	15	15	24	7	3	0,4	0,8	0,4	3	0,3

замена рыба-творог

замена субпродукты-говядина

рыба/творог 100/87
субпродукты/говядина 116/100

Расчет продуктов питания (в граммах), НЕТТО СЫРЬЯ, на одну порцию, на одного ребенка

Дети 3-7 лет

День 1

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
45	Каша пшенная молочная жидкая					28									4	2			136												
15	Какао с молоком														5				135										1		
80	повидлом	25												8																	
	Итого	25	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	8	9	2	0	0	271	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
74/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																		100												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
56/91	Овощи натуральные соленые или свежие или салат витаминный								60																						
57,46	Суп картофельный с клецками, с птицей или суп-лапша с мясом птицы			12				35	19							2,6		2	12				27								
42	Плов из отварной птицы					60			30							4							79								
9	Компот из смеси сухофруктов (плодов или ягод сушеных)												18		5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	12	0	60	0	35	109	0	0	0	18	0	5	6,6	0	2	12	0	0	0	106	0	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
13	Чай с сахаром														5												0,5				
71	Голубцы ленивые			11		5			53								4,4	7			32										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
92	Сушка на сметане			42											11	14	1,1	10							7						
	Итого	20	0	53	0	5	0	0	53	0	0	0	0	0	16	14	5,5	17	0	0	32	0	0	0	7	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой																													5	
	Итого за день	65	40	65	0	93	0	35	162	0	0	0	18	8	30	22,6	5,5	19	383	0	32	0	106	0	7	0	0,5	0	1	5	0

Дети 3-7 лет

День 2

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
*		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
10	Каша из хлопьев овсянях "Геркулес" жидкая					18									4	3			136									1,9			
2	Кофейный напиток с молоком														5			40	135												
27	Яйцо отварное																														
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
	Итого	20	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	9	3	0	40	271	0	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
66	Нарезка из моркови с чесноком								46,7								5														
41	Суп картофельный с мясными фрикадельками							69	13							1,6		2			32										
58	Рыба, тушенная в томате с овощами								24,3						1,3		5							49							
8	Картофельное пюре							112								4,5			21												
54	Компот из свежих плодов											40			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	0	0	0	0	181	84	0	0	40	0	0	6,3	6,1	10	2	21	0	32	0	0	49	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
59	Чай с молоком														5				50								0,5				
53	Капуста тушеная с мясом			2					185,2								5				43										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	30																													
28	Ватрушка с творожным фаршем			38											8	4	1	6	14	25,5											1,5
	Итого	30	0	40	0	0	0	0	185,2	0	0	0	0	0	13	4	6	6	64	25,5	43	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	1,5
	Норма соли пищевой																													5	
	Итого за день	70	40	40	0	18	0	181	269,2	0	0	155	0	0	28,3	13,1	16	48	356	25,5	75	0	0	49	0	0	0,5	1,9	0	5	1,5

Дети 3-7 лет

День 3

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
37	Омлет натуральный															8		80	89												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																						
15	Какао с молоком														5				135										1		
16	Бутерброд с маслом	20														5															
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	0	5	13	0	80	224	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
60	Нарезка из свеклы с чесноком								57,3								5														
102	Суп картофельный с крупой, с мясом и со сметаной					4		60	20							2					13				10						
93	Оладьи из печени	13														3	7					80									
87	Макаронные изделия отварные с овощами						39		57							4															
20	Кисель из свежих ягод				11,5							19			5																
91	Гренки из пшеничного хлеба	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	33	40	0	11,5	4	39	60	134,3	0	0	19	0	0	5	9	12	0	0	0	13	80	0	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
1	Суп молочный с крупой					11									4	1			162												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25																	
31	Чай с лимоном											5			5												0,5				
	Итого	20	0	0	0	11	0	0	0	0	0	5	0	25	9	1	0	0	162	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	73	40	0	11,5	15	39	60	169,3	190	0	24	0	25	19	23	12	80	386	0	13	80	0	0	10	0	0,5	0	1	5	0

Дети 3-7 лет

День 4

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
14	Каша "Дружба"					28									4	3			136									1,9			
2	Кофейный напиток с молоком														5				135							15					
3	Бутерброд с сыром	20																													
	Итого	20	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	0	9	3	0	0	271	0	0	0	0	0	0	15	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
18	Икра кабачковая (промышленного производства)								60																						
67	Суп с рыбными консервами					5		60	16								3							32							
97/98	Рулет из говядины (зразы рубленые с яйцом)	9														4		8			53										
99	Горошница					72										5															
54	Компот из свежих плодов											40			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	29	40	0	0	77	0	60	76	0	0	40	0	0	5	9	3	8	0	0	53	0	0	32	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
101	Зразы или палочки творожные с изюмом			12									17		11	6		7		73											
86	Джем или повидло (порциями)													10																	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25													0,5				
13	Чай с сахаром														5												0,5	0	0	0	0
	Итого	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	17	35	16	6	0	7	0	73	0	0	0	0	0	0	0,5			5	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																														
	Итого за день	49	40	12	0	105	0	60	76	0	0	155	17	35	30	18	3	15	271	73	53	0	0	32	0	15	0,5	1,9	0	5	0

Дети 3-7 лет

День 5

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
72	Макаронные изделия, запеченные с сыром						64										7									14					
15	Какао с молоком														5				135										1		
16	Бутерброд с маслом	20														5															
	Итого	20	0	0	0	0	64	0	0	0	0	0	0	0	5	5	7	0	135	0	0	0	0	0	0	14	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
60	Нарезка из свеклы с чесноком								57,3								5														
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							24	64							2					13				10						
26	Бефстроганов из отварной говядины			1,4					9,2							2,3					57										
51	Картофель запеченый							154								7															
36	Напиток из плодов шиповника												18		5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	1,4	0	0	0	178	130,5	0	0	0	18	0	5	11,3	5	0	0	0	70	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
59	Чай с молоком														5				50								0,5				
12	Омлет натуральный														4		40	45													
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
17	Манник со сгущенным молоком					25									5	4	1,3	5	10						15						
	Итого	20	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	0	14	4	41,3	50	60	0	0	0	0	0	15	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	60	40	1,4	0	25	64	178	130,5	190	0	0	18	0	24	20,3	53,3	50	195	0	70	0	0	0	25	14	0,5	0	1	5	0

Дети 3-7 лет

День 6

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
1	Суп молочный с крупой					11									4	1			162												
2	Кофейный напиток с молоком														5				135									1,9			
80	Бутерброд с джемом или повидлом	25												8																	
	Итого	25	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0	0	8	9	1	0	0	297	0	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
56	Овощи натуральные соленые или свежие								60																						
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы					16		40	18,8							2							27								
85	Котлеты, биточки, шницели куриные	13														5			18				52								
82	Соус сметанный натуральный			0,5												0,5									10						
65	Каша рассыпчатая					46										8															
20	Кисель из свежих ягод				11,5							19			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	33	40	0,5	11,5	62	0	40	78,8	0	0	19	0	0	5	15,5	0	0	18	0	0	0	79	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
55	Сырники из творога с молоком сгущенным			13		6									11	2	1,5	3	20	90											
31	Чай с лимоном											5			5												0,5				
	Итого	0	0	13	0	6	0	0	0	0	0	5	0	0	16	2	1,5	3	20	90	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	58	40	13,5	11,5	79	0	40	78,8	0	0	139	0	8	30	18,5	1,5	3	335	90	0	0	79	0	10	0	0,5	1,9	0	5	0

Дети 3-7 лет

День 7

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
50	Каша рисовая молочная жидкая					23									4	2			136												
15	Какао с молоком														5				135										1		
3	Бутерброд с сыром	20																								15					
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	9	2	0	0	271	0	0	0	0	0	0	15	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
33	Сельдь с луком								5								6							45							
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной							16	66						2	2					13				10						
19, 48	Жаркое по-домашнему или азу							108	41,9								5				59										
9	Компот из смеси сухофруктов (плодов или ягод сушеных)												18		5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	0	0	0	0	124	112,9	0	0	0	18	0	7	2	11	0	0	0	72	0	0	45	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
4	Вареники ленивые с маслом сливочным			21											9	3		9		100											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25																	
13	Чай с сахаром														5												0,5				
	Итого	0	0	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	14	3	0	9	0	100	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	40	40	21	0	23	0	124	112,9	190	0	0	18	25	30	7	11	9	271	100	72	0	0	45	10	15	0,5	0	1	5	0

Дети 3-7 лет

День 8

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
68,23	Каша пшеничная молочная жидкая (или ячневая)					23									4	2			136												
2	Кофейный напиток с молоком														5				135									1,9			
16	Бутерброд с маслом	20														5															
	Итого	20	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0	9	7	0	0	271	0	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
56	Овощи натуральные соленые или свежие								60																						
130	Свекольник с мясом, со сметаной							34	72,6						1	2					13				10						
6(64)	Котлеты,биточки, шницели из говядины или тефтели из говядины с рисом "ежики"	12							6								4	4	14		48										
90	Рагу из овощей							62	79							3,3															
ГП	Сок фруктовый (овощной)									180																					
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	32	40	0	0	0	0	96	217,6	180	0	0	0	0	1	5,3	4	4	14	0	61	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
12	Омлет натуральный															4		40	45												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25																	
59	Чай с молоком														5				50								0,5				
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	25	5	4	0	40	95	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	72	40	0	0	23	0	96	252,6	180	0	115	0	25	15	16,3	4	44	380	0	61	0	0	0	10	0	0,5	1,9	0	5	0

Дети 3-7 лет

День 9

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/п продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
32	Каша манная молочная жидкая					18									4	3			136										1		
15	Какао с молоком														5				135												
16	Бутерброд с маслом	20														5															
	Итого	20	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	271	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
74/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																		100												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
66	Нарезка из моркови с чесноком								46,7								5														
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					4		60	28							2					13				10						
29	Котлеты или биточки рыбные	20							7							1,7	5	7	11					53							
7	Соус красный основной			1,7					10,9							4,5			21												
8	Картофельное пюре							112																							
54	Компот из свежих плодов											40			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	40	40	1,7	0	4	0	172	92,6	0	0	40	0	0	5	8,2	10	7	32	0	13	0	0	53	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
31	Чай с лимоном											5			5												0,5				
71	Голубцы ленивые			11		5			53								4,4	7			32										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
79	Блинчики с молоком сгущенным			17											1,6	1,6	1,6	3	52								0,5	0	0	0	0
	Итого	20	0	28	0	5	0	0	53	0	0	5	0	0	6,6	1,6	6	10	52	0	32	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	80	40	29,7	0	27	0	172	145,6	0	0	45	0	0	20,6	17,8	16	17	455	0	45	0	0	53	10	0	0,5	0	1	5	0

Дети 3-7 лет

День 10

№ ТК (ГТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/и продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	Завтрак																														
1	Суп молочный с крупой					11									4	1			162												
2	Кофейный напиток с молоком														5				135									1,9			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
27	Яйцо отварное																	40													
	Итого	20	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0	0	0	9	1	0	40	297	0	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
18	Икра кабачковая (промышленного производства)								60																						
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками							80	22								2	1,33						19							
81	Печень говяжья по-строгановски															0,7	7					75			15						
87	Макаронные изделия отварные с овощами						39		57							4															
54	Компот из свежих плодов											40			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	0	0	0	39	80	139	0	0	40	0	0	5	4,7	9	1,33	0	0	0	75	0	19	15	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
88	Пудинг творожный					9							9		11	3		9		83											
89	Молоко сгущенное (порциями)																		20												
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25																	
13	Чай с сахаром														5												0,5				
	Итого	0	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	9	25	16	3	0	9	20	83	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	40	40	0	0	20	39	80	139	0	0	155	9	25	30	8,7	9	50,33	317	83	0	75	0	19	15	0	0,5	1,9	0	5	0

Дети 3-7 лет

День 11

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
45	Каша пшенная молочная жидкая					28									4	2			136												
15	Какао с молоком														5				135										1		
80	Бутерброд с джемом или повидлом	25												8																	
	Итого	25	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	8	9	2	0	0	271	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
74/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																		100												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
56/91	Овощи натуральные соленые или свежие или салат витаминный								60																						
57,46	Суп картофельный с клецками, с птицей или суп-лапша с мясом птицы			12				35	19							2,6		2	12				27								
75	Курица в соусе с томатом			1,2					16,6														107		3,5						
65	Каша рассыпчатая					46										8															
9	Компот из смеси сухофруктов (плодов или ягод сушеных)												18		5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	13,2	0	46	0	35	95,6	0	0	0	18	0	5	10,6	0	2	12	0	0	0	134	0	3,5	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
13	Чай с сахаром														5												0,5				
94	Картофельная запеканка с мясом							140	34								4	4			84										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
11	Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками (ягодой)			33								23			9	6	1	5,5	16												1,5
	Итого	20	0	33	0	0	0	140	34	0	0	23	0	0	14	6	5	9,5	16	0	84	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	1,5
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	65	40	46,2	0	74	0	175	129,6	0	0	23	18	8	28	18,6	5	11,5	399	0	84	0	134	0	3,5	0	0,5	0	1	5	1,5

Дети 3-7 лет

День 12

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
10	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая					18									4	3			136												
2	Кофейный напиток с молоком														5				135									1,9			
3	Бутерброд с сыром	20																								15					
	Итого	20	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	9	3	0	0	271	0	0	0	0	0	0	15	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
66	Нарезка из моркови с чесноком								46,7								5														
24	Суп "Бабушкин" с ленивыми пельменями			13				56	16						0,1		1,6	2,6			17										
95	Картофельная запеканка (рулет) с овощами и рыбой							155	36								4	4						52							
54	Компот из свежих плодов											40			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	13	0	0	0	211	98,7	0	0	40	0	0	5,1	0	10,6	6,6	0	0	17	0	0	52	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
59	Чай с молоком														5				50								0,5				
53	Капуста тушеная с мясом			2					185,2								5				43										
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
28	Ватрушка с творожным фаршем			38											8	4	1	6	14	25,5											1,5
	Итого	20	0	40	0	0	0	0	185,2	0	0	0	0	0	13	4	6	6	64	25,5	43	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	1,5
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	60	40	53	0	18	0	211	283,9	0	0	155	0	0	27,1	7	16,6	12,6	335	25,5	60	0	0	52	0	15	0,5	1,9	0	5	1,5

Дети 3-7 лет

День 13

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
37	Омлет натуральный															8		80	89												
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																				1		
15	Какао с молоком														5				135												
16	Бутерброд с маслом	20														5															
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0	0	5	13	0	80	224	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
60	Нарезка из свеклы с чесноком								57,3								5														
52	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной					8		20	44							2					13				10						
100	Макаронник с мясом	3					38		11							5	3	5			74										
20	Кисель из свежих ягод				11,5							19			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	23	40	0	11,5	8	38	20	112,3	0	0	19	0	0	5	7	8	5	0	0	87	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
1	Суп молочный с крупой					11									4	1			162												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25													0,5				
31	Чай с лимоном											5			5																
	Итого	20	0	0	0	11	0	0	0	0	0	5	0	25	9	1	0	0	162	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	63	40	0	11,5	19	38	20	147,3	190	0	24	0	25	19	21	8	85	386	0	87	0	0	0	10	0	0,5	0	1	5	0

Дети 3-7 лет

День 14

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
14	Каша "Дружба"					28									4	3			136												
2	Кофейный напиток с молоком														5				135									1,9			
16	Бутерброд с маслом	20														5															
	Итого	20	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	271	0	0	0	0	0	0	0	0	1,9	0	0	0
	2 завтрак																														
76	Плоды свежие											115																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
18	Икра кабачковая (промышленного производства)								60																						
67	Суп с рыбными консервами					5		60	16								3							32							
53	Капуста тушеная с мясом			2					185,2								5				43										
54	Компот из свежих плодов											40			5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	2	0	5	0	60	261,2	0	0	40	0	0	5	0	8	0	0	0	43	0	0	32	0	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
22	Запеканка из творога	5		9											6	5		4		104					5						
86	Джем или повидло (порциями)													10																	
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)													25																	
13	Чай с сахаром														5												0,5				
	Итого	5	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	35	11	5	0	4	0	104	0	0	0	0	5	0	0,5	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	45	40	11	0	33	0	60	261,2	0	0	155	0	35	25	13	8	4	271	104	43	0	0	32	5	0	0,5	1,9	0	5	0

Дети 3-7 лет

День 15

№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	Завтрак																														
39	Суп молочный с макаронными изделиями						12								1,8	0,9			139												
15	Какао с молоком														5				135										1		
3	Бутерброд с сыром	20																								15					
	Итого	20	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	6,8	0,9	0	0	274	0	0	0	0	0	0	15	0	0	1	0	0
	2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									190																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																														
60	Нарезка из свеклы с чесноком								57,3								5														
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							24	64							2					13				10						
35	Гуляш из говядины			2,3					5,8								3,5				58										
8	Картофельное пюре							112								4,5			21												
36	Напиток из плодов шиповника												18		5																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		40																												
	Итого	20	40	2,3	0	0	0	136	127,1	0	0	0	18	0	5	6,5	8,5	0	21	0	71	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0
	Полдник																														
59	Чай с молоком														5				50								0,5				
96	Рыба по-польски (рыба, запеченная в омлете)			10													5	25	18					84							
38	Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные								35																						
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
62	Булочка домашняя (с повидлом)			43										13	4	3	1	5	16												1,5
	Итого	20	0	53	0	0	0	0	35	0	0	0	0	13	9	3	6	30	84	0	0	0	0	84	0	0	0,5	0	0	0	1,5
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																													5	
	Итого за день	60	40	55,3	0	0	12	136	162,1	190	0	0	18	13	20,8	10,4	14,5	30	379	0	71	0	0	84	10	15	0,5	0	1	5	1,5

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м продукция	Творог	Мясо 1 категории	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напитк	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Итого за 15 дней	900	600	348,1	34,5	572	192	1628	2520	1130	0	1145	116	232	376,8	235,3	183,4	478,43	5119	501	766	155	319	366	125,5	74	7,5	13,3	8	75	6
Среднее значение за 1 день	60,0	40,0	23,2	2,3	38,1	12,8	108,5	168,0	75,3	0,0	76,3	7,7	15,5	25,1	15,7	12,2	31,9	341,3	33,4	51,1	10,3	21,3	24,4	8,4	4,9	0,5	0,9	0,5	5,0	0,4
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	60	38	22	2,3	32	9	105	165	75	38	75	8	15	23	16	8	30	338	33	50	18,75	18	28	8	5	0,5	0,9	0,5	5	0,4

замена рыба-творог
замена субпродукты-говядина

рыба/творог 100/87
субпродукты/говядина 116/100