

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 11 «ЗЕМЛЯНИЧКА»

ПРИКАЗ

от «30» сентября 2025 года № 90/од

г. КОТЛАС

Об утверждении 10-дневного меню

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарноэпидемиологические требования к организации общественного питания населения», с целью организации сбалансированного питания воспитанников, приказываю:

- 1. Утвердить и ввести в действие 10-дневное меню для организации питания детей в МДОУ на осенний-зимний период с 01 октября 2025г..
- 2. Возложить ответственность за соблюдение 10-дневное меню для организации питания детей в МДОУ на зимнее весенний период 2025-2026 года. на Михайлову Людмилу Ивановну и Пряжинцеву Кристину Александровну, поваров.

3. Контроль данного приказа оставляю за собой.

Заведующий

Т.С. Щекина

С приказом ознаком ден (а:

Imbefrugeno Tabégnoises leff The Clifericua

			Пищевые	вещества			Знергети	uleck3d		
	бел	Ки	жиј	ры	Углев	оды	ценность		Витал	лин С
	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
1день	42,04	53,17	38,7	48,37	171,04	203,88	1175,91	1396,66	13,98	16,76
2день	67,3	83,112	50,67	62,49	227,23	281,69	1582,22	1958,72	110,66	125,29
3 день	46,25	60,92	45,44	61,35	219,2	287,49	1409,8	1792,37	45,26	58,64
4 день	38,25	48,68	37,19	48,19	223,92	290,38	1453,21	1914,53	23,57	30,83
5 день	45,15	57,34	56,69	70,72	199,97	250,86	1530,69	1909,33	129,2	150,816
6 день	45,41	55,302	40,07	49,34	212,3	248,48	1348,16	1641,26	32,28	39,14
7 день	69,34	94,19	51,73	70,16	255,38	329,15	1806,32	2322,09	116,55	133,33
8 день	38,54	50,37	51,29	68,29	188,08	242,65	1258,14	1616,28	25,96	30,57
9день	56,45	73,44	43,46	55,47	217,36	280,51	1684,55	2200,55	41,27	51,97
10 день	52,34	65,45	61,18	77,09	246,05	297,56	1917,61	2270,9	141,78	164,17
Всего за 10дней	501,07	641,974	476,42	611,47	2160,53	2712,65	15166,61	19022,7	680,51	801,516
В среднем за 10 дней	50,107	64,1974	47,642	61,147	216,053	271,265	1516,661	1902,27	68,051	80,1516
% выполнения										7 197
норма	42	54	47	60	203	261	1400	1800	45	50
					1					
								=1		

Golden Leff A. C. Reference

10 25	Muy 32 34	in Kana	DESCRIPTION OF THE PROPERTY OF	Пище	вые вещест	ва(Ккалории	ı)					
The second	утр	0	2завт	грак	обе	А	полд	ник	уж	ин	итого)
Charles	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
1день	285,3	333,9	62,66	62,66	622,65	748,9	205,3	251,2	0	0	1175,91	1396,66
2день	326,12	419,46	95	95	506,9	631,33	200	235,33	454,2	577,6	1582,22	1958,72
3 день	334,6	419,1	62,66	62,66	485,94	666,21	196,3	231,2	330,3	413,2	1409,8	1792,37
4 день	345,82	445,76	53,8	53,8	457,19	623,27	238,4	278	358	513,7	1453,21	1914,53
5 день	318,8	413,1	62,66	62,66	480,45	625	122,4	158	546,38	650,57	1530,69	1909,33
6 день	281,6	319,4	62,66	62,66	482,5	619,3	205,3	251,2	316,1	388,7	1348,16	1641,26
7 день	274,22	357,16	53,8	53,8	596,3	788,53	238,4	278	643,6	844,6	1806,32	2322,09
8 день	350,2	450,3	62,66	62,66	377,48	510,12	205,3	251,2	262,5	342	1258,14	1616,28
9день	276,82	356,62	116	116	585,85	781,4	239	318	466,88	628,53	1684,55	2200,55
10 день	581	753,3	62,66	62,66	696,45	797,3	265	277	312,5	380,64	1917,61	2270,9
Всего за 10дней	3374,48	4268,1	694,56	694,56	5291,71	6791,36	2115,4	2529,13	3690,46	4739,54	15166,61	19022,69
реднем за 10 дн	337,448	426,81	69,456	69,456	529,171	679,136	211,54	252,913	369,046	473,954	1516,661	1902,269
% выполнения	303,3	380,5	75,8	95,1	530,8	665,8	227,5	285,3	379,2	475,6	1516,7	
фактич.%	22,2	22,4	4,6	3,7	34,9	35,7	13,9	13,3	24,3	24,9	100,0	100,0
норма%	20	20	5	5	35	35	15	15	25	25	100	100

День ; ПОНЕДЕЛЬНИК «МН2893» Неделя первая

Пписл	STATE OF THE STATE	177			П	ищевые	вещест	ва		Zuenrer	ическая			Nº
Прием Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бе	лки	жи	ры	Углеі	зоды		ъ (ккал)	Вита	амин С	рецептуры
7	3 Injure 10 5 5 1						3-7							
	The state of the s	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК														
10	Каша ячневая молочная	150		· · · · ·			8,03	21,41	26,67	149,3	187,9			Nº 22
-0	кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,16	2,5	2,77	14,36	15,95	91	101	1,17	1,3	Nº 414
	печенье ,вафли,пряник	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	45	45			Nº 88
ЭГО за завт	рак	360	430	8,98	10,58	12,03	13,74	58,09	64,94	285,3	333,9	2,51	2,84	
2-ой завтра	сок фруктовый	100	100	0,5	0,5			10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	№ 418
го за 2 завт	грак	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	
ОБЕД														
	Бульон из кур с гренками и яйцом	170	220	2,34	3,12	0,24	0,33	12,32	16,43	60,9	81,2	2,38	3,18	Nº117
	Птица тушеная в соусе	90	120	12,75	18,11	12,79	18,28	0,14	0,16	215,3	237,2	1,59	1,96	Nº319
	Греча отварная с маслом	110	130	6,43	7,6	6,57	7,77	31,56	37,3	208	245,9	0,04	0,05	Nº330
	компот из яблок и изюма	150	200	0,12	0,16	0,12	0,16	17,9	24	73,2	97,6	3	4	№ 390/1
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	87			Nº 102
того за обе	en.	560	720	24,11	32,29	20,62	27,74	74,44	94,59	622,65	748,9	7,01	9,19	C
полдник			7.20	- 1,11	02,00		,,	, ,,	- 1,55	,		- /		
полит	Молоко кипяченое	180	200	5,49	6,1	4,89	5,44	9,09	10,1	110,9	133,2	2,46	2.73	Nº 419
	Хлеб пшеничный	40					1,45		24,15					Nº 101
ого за полд		220					6,89		34,25	_			2,73	
УЖИН	Запеканка из сердца гов.с овощами	150	<u> </u>				15,04		15,94				9,47	
	Чай с сахаром	180	-			+	0,02		1		40		0,03	Nº411
	Батон нарезной	20		<u> </u>	<u> </u>	· ·	0,87	-		51	76,5	0	0	Nº 101
	Фрукт	100			— <u> </u>		0,4				<u> </u>	 	10	Nº 386
того за ужі								,						
	AND COME TO THE COME	450	530	16,72	22,42	12,27	16,33	37,65	50,09	426	547,5	17,93	19,5	
ЕГО за 1 де	ень	1240	1500	42,04	53,17	38,7	48,37	171,04				13,98	16,76	
	норм	ла		42	54	47	60	203	261	1400	1800	45	50	

День ; вторник Неделя первая Jr. C'Ulsenne_

Прием	1866 1860 1860 1860	ASST.			П	ищевые	вещест	ва		Знергет	ипеская			
Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бе	лки	жиј	оы	Углеі	воды	ценност		Вита	мин С	Nº рецептурь
•	10.18- *	7.7					3-7					4.5		
	*EPA:				3-7 лет	\vdash	лет					1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150		3,5	4,66		6,4	22,95			196			№ 199/2
	Какао с молоком	180		3,67	4		3,55	15,82		107	118,8			№ 416
	Батон нарезной	20		<u> </u>	2,22	 	0,87	9,9		51	76,5			№ 101
	Сыр	6	8	1,56	2	1,6	2,14	0	0	21,12	28,16	0,16	0,22	Nº 7
ГО за завтј	рак	356	438	10,21	12,88	10,18	12,96	48,67	63,02	326,12	419,46	3,05	3,75	
-ой завтран	К													
	Фрукт	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	95	95	10	10	№ 386
о за 2 завт	рак	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	95	95	10	10	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	150	200	5,77	9,38	2,04	3,92	6,16	7,98	66,25	105,13	4,43	7,3	№ 90
	Тефтели мясные в соусе	80	110	8,87	11,78	9,83	11,78	11,71	14,9	171	203	0,85	1,13	№ 303
	Макаронные изделия отвар.с	- 12			·									
	маслом	110	130	4,16	4,952	3,19	3,77	19,98	23,6	125,4	148,2	0	0	№ 219
	Напиток из плодов шиповника	180	200	0,51	0,61	0,21	0,25	17,07	20,74	79	88	90	100	Nº 417
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	87			№ 102
гого за обе	A.	560	690	21,78	30,022	16,17	20,92	67,44	83,92	506,9	631,33	95,28	108,43	
полдник														
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	5,76	6,4	7,2	8	105,6	117,33	1,26	1,68	Nº 420
	Хлеб пшеничный	40	50	2,96	3,7	1,16	1,45	19,32	24,15	94,4	118			№ 101
го за полді	НИК	220	250	8,18	9,5	6,92	7,85	26,52	32,15	200	235,33	1,26	1,68	
	Пудинг из творога с изюмом или													
УЖИН	курагой и молоком сгущеным	165	210	26,31	29,74	17	20,36	52,2	62,7	361,5	454	0,25	0,34	Nº251
	Кисель из сока натурального	180	200	0,42	0,57			22,6	30,1	92,7	123,6	0,82	1,09	Nº 400
ого за ужи		345	410	26,73	30,31	17	20,36	74,8	92,8	454,2	577,6	1,07	1,43	FIAN 25

День ; СРЕДА Неделя первая

Tu. C Reference

Прием		15 1 -			П	ищевые	вещес:	тва		Знергет	ическая			
Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бел	1КИ	жиј	оы	Углеі	воды	_	ъ (ккал)	Вита	мин С	Nº рецептуры
1			3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	каша геркулесовая молочная	154	205	3,8	5	6,3	7,98	15,89		139,6		0,75	1	Nº182
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,16	2,5	2,77	14,36	15,95	91	101	1,17	1,3	Nº 414
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0	0	Nº 101
	Масло сливочное	8	10	0,06	0,08	5,8	7,25	0,1	0,13	53	66	0	0	№ 6
)ГО за завт	рак	362	445	8,19	10,46	15,18	18,87	40,25	50,82	334,6	419,1	1,92	2,3	
-ой завтра	К													
	сок фруктовый	100	100	0,5	0,5			10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	Nº 418
го за 2 завт	трак	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	
ОБЕД	Суп картофельный с фасолью(консервированной)	150	200	7,28	9,18	6,3	9,19	13,8	19,3	141,5	196,3	6,68	12,2	№ 93
	Картофельная запеканка с мясом	120	160	8,91	12,13	6,59	9,5	20,43	25,7	177	237	17,85	23,8	№ 308/1
	Соус молочный	20		0,78	1,3	1,78	2,97	2,34		28,99		0,15		№368
	Компот из свежих плодов	150		0,12	0,16	0,12	0,16			73,2		1,29	1,72	№ 390
	Хлеб ржаной	40		2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	 			№ 102
того за обе	РД	480	640	19,56	26,07	15,69	23,02	66,99	89,6	485,94	666,21	25,97	37,96	
полдник												ļ		
	Молоко кипяченое	180		5,49	6,1	4,89	5,44			101,9		2,46	2,73	Nº 419
	Хлеб пшеничный	40		2,96	3,7	1,16	1,45		24,15	94,4				Nº 101
го за полд	ник	220	250	8,45	9,8	6,05	6,89	28,41	34,25	196,3	231,2	2,46	2,73	
УЖИН														
	Оладьи с молоком сгущенным	130		9,05	13,57	8,11	12,16			252				№431,432
	Чай с лимоном	180		0,1	0,12	0,01	0,01	8,5		34,1	41	2,35	<u> </u>	№ 412
	Фрукт	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,2	44,2	10	10	№ 386
гого за уж	ин заправания	410	495	9,55	14,09	8,52	12,57	73,45	102,72	330,3	413,2	12,91	13,65	Eleviera)
ЕГО за 1 до	ень	1572	1930	46,25	60,92	45,44	61,35	219,2	287,49	1409,8	1792,4	45,26	58,64	

День ; четверг

Неделя первая Пищевые вещества Знергетическая Прием ценность (ккал) Витамин С № рецептуры

Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бел	лки 💮	жи	ры	Угле:	воды	ценност	ъ (ккал)	Витал	мин С	№ рецептур
	Sept do A		122			(1)	3-7			*				
17.5	OVULTA OUT	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет		3-7 лет	
ЗАВТРАК	каша гречневая молочная	150	200	5,23	6,98	7,81	10,42	18,75	25	166,7	222,3	0,67		Nº178 .
	Какао с молоком	180	200	3,67	4	3,2	3,55	15,82	17,57	107	118,8	1,43	1,58	Nº 416
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0		Nº 101
	Сыр	6	8	1,58	2,08	1,61	2,14	1 /1		21,12	28,16	0,16	0,22	№ 7
ОГО за завт	p ak T	356	438	11,96	15,28	13,2	16,98	44,47	57,42	345,82	445,76	2,26	2,7	
2-ой завтран	<u> </u>													
	Напиток из изюма	100	100	0,17	0,17	0,04	0,04	5,95	5,95	53,8	53,8	0	0	№ 398
ого за 2 завт	рак	100	100	0,17	0,17	0,04	0,04	5,95	5,95	53,8	53,8	0	0	
ОБЕД														
	Суп картофельный с клецками,курой	150	200	1,98	2,64	4,93	7,68	11,77	16,39	108,24	157,67	4,24	5,31	Nº 91
	Мясо тушеное с овощами	150	200	6,75		5,62	7,5		7,36	191	255	14,2	19	№ 290
	Кисель из сока натурального	180	200	0,09	0,12			22,6	30,1	92,7	123,6	0,82	1,09	Nº 400
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	87			Nº 102
Итого за обе		520	650	11,29	15,06	11,45	16,38	52,39	70,55	457,19	623,27	19,26	25,4	11 P. Common
	А Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	5,76	6,4		8	144	160	1,26		Nº 420
полдпик	Хлеб пшеничный	40	50	2,96	3,7	1,16	1,45		24,15	94,4	118	1,20	1,00	Nº 101
								25.50	22.45	222.4	270	4.26	1.60	
ого за полдн		220	250	8,18		6,92	7,85		32,15	238,4	278	1,26	1,68	
УЖИН	Биточки рисовые	150		5,12	6,79	4,79	5,99		51,89	159	251	0,49	0,65	№213
	Соус яблочный	45	55					15,25	21,35		85,4			№380
	Компот из сушенных фруктов	180		0,33	0,44	0,04	0,05		27,77	85		0,3	0,4	№ 394
	пряник/печенье/вафли	25	30	1,2	1,44	0,75	0,9	19,4	23,3	53	64			№ 602
того за ужи	IH GOTOLOGICAL CONTROL OF THE CONTRO	400	485	6,65	8,67	5,58	6,94	94,59	124,31	358	513,7	0,79	1,05	
СЕГО за 1 де	НЬ	1596	1923	38,25	48,68	37,19	48,19	223,92	290,38	1453,2	1914,5	23,57	30,83	4.5

ого за полдник

того за ужин

ЕГО за 1 день

Овощи консерв.отварные

Напиток из плодов шиповника

омлет натуральный

Булочка нежная

УЖИН

Прием		1 Indian			П	ищевые	вещес	гва		Suenret	ическая			
Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бе.	лки	жи	оы	Углеі	воды		ъ (ккал)	Вита	мин С	Nº рецептурь
	કર્યું <u>કુ</u> યા તા	4 1	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	Вермишель молочная	150	200	4,52	6,16	4,6	6,15	15,91	22,14	123,8	169,6	0,68	0,91	Nº 100
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,16	2,5	2,77	14,36	15,59	91	101	1,17	1,3	Nº 414
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0	0	Nº 101
	Масло сливочное	8	10	0,06	0,08	5,8	7,25	0,1	0,13	53	66	0	0	№ 6
ОГО за завт	рак П	358	440	8,91	11,62	13,48	17,04	40,27	52,71	318,8	413,1	1,85	2,21	
2-ой завтра	<u></u>													
	сок фруктовый	100	100	0,5	0,5			10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	Nº 418
го за 2 завт	рак	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	
ОБЕД	Квашеная капуста с луком	30	50	0,66	1	2	3	3,4	5,1	34,4	51,6	7,95	11,93	Nº14
	Борщ с мясом и сметаной	150	200	1,58	2,1	4,36	5,81	13,2	17,6	133	177,3	9,3	12,5	Nº 68
	котлета рыбная	60	80	7,61	9,5	5,45	6,81	5,33	6,66	74	92,5	0,18		Nº271
	Картофельное пюре	110	130	2,24	2,65	3,52	4,16	14,98	17,7	100,6	119	13,3	15,7	Nº 339
	Компот из свежих плодов	150	200	0,12	0,16	0,12	0,16	17,9	24	73,2	97,6	1,29	1,72	№ 390
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	87			№ 102
того за обе	A STATE OF THE STA	540	710	14,68	18,71	16,35	21,14	67,33	87,76	480,45	625	32,02	42,07	
полдник														
	Чай с сахаром	180	200	0,04	0,06	0,01	0,02	6,5	9,5	28	40	0,02	0,026	Nº 411
	Хлеб пшеничный	40	50	2,96	3,7	1,16	1,45	19,32	24,15	94,4	118			Nº 101

3,76

1,15

15,04

0,61

5,95

22,75

57,34

250

50

180

200

70

500

2000

0,89

11,46

0,51

18,06

45,15

5,2

220

30

150

180

60

420

1638

1,17

0,81

22,08

0,21

2,59

25,69

56,69

1,47

1,08

26,92

0,25

2,82

31,07

70,72

25,82

1,94

2,2

17,07

35,24

56,45

199,97

33,65

2,31

3,02

20,74

40,57

66,64

250,86

122,4

27

254

68

197,38

546,38

1530,7

158

36

314

87

213,57

650,57

1909,3

0,02

2,91

0,2

90

0,2

93,31

129,2

0,026

104,51

150,816

3,88 Nº 10

0,3 Nº229

100 Nº 417

0,33 Nº449

День ; ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя вторая

того за ужин

Приом	1 N N N N N N N N N N N N N N N N N N N)를 통원 기를 통원			П	ищевые	вещес	тва		Zuoneor	ическая			Nº
Прием Пищи	Наименование блюда	Выход	биола	бо	лки	WM	оы	Углев	олы	ценност		Вита	мин С	рецептурь
Пищи	паименование олюда	выход	олюда	UE.	IKM	жи	3-7	JINE	оды	ценност	D (KKanı)	Битал	VIVIN C	рецептуры
	P (Proposed)	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
	Каша геркулесовая моло чная с													
ЗАВТРАК	маслом	154	205	3,8	5	6,3	7,98	15,89	19,89	139,6	165,6	0,75		№ 182
	Какао с молоком	180	200	3,67	4	3,2	3,55	15,82	17,57	97	108,8	1,43	1,58	№ 416
	пряник/печенье/вафли	30	30	1,44	1,44	0,9	0,9	23,3	23,3	45	45			Nº 602
ОГО за завт	201	364	435	8,91	10,44	10,4	12,43	55.01	60,76	281,6	319,4	2,18	2,58	E 1000
110 3a 3aB1	Jak	304	453	0,31	10,44	10,4	12,40	33,01	00,70	201,0	313,4	2,10	2,30	
-ой завтраі	сок фруктовый	100	100	0,5	0,5			10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	Nº 418
о за 2 завт	рак	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	
ОБЕД														
	Суп картофельный с горохом	150	200	3,29	4,39	3,16	4,22	9,79	13,06	80,85	107,8	3,49	4,65	№ 87
	Гуляш из отварного мяса	60	80	10,28	13,75	8,27	10,86	2,64	3,49	126	166	0,4	0,74	Nº293
	Макаронные изделия отвар.с													
	маслом	110				3,19	3,77	19,98	23,6		148,2	0		Nº 219
	Компот из сушеных фруктов	150		0,33	· · ·	0,04	0,05	20,83	27,77	85	113,3		0,4	№ 394
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	84			Nº 102
того за обе	A I S S S S S S S S S S S S S S S S S S	510	660	20,53	26,832	15,56	20,1	65,76	84,62	482,5	619,3	4,19	5,79	#ЗНАЧ!
полдник														
	Молоко кипяченое	180	200	5,49	6,1	4,89	5,44	9,09	10,1	110,9	133,2	2,46	2,73	№ 419
	Хлеб пшеничный	40	50	2,96	3,7	1,16	1,45	19,32	24,15	94,4	118			Nº 101
го за полді	ник при	220	250	8,45	9,8	6,05	6,89	28,41	34,25	205,3	251,2	2,46	2,73	
	свекла отварная с огурцом													
ужин	сол.маслом раст.	40	60	0,57	0,86	2,44	3,66	2,67	4	45	82,4	3,4	5,1	№37
	Картофельное пюре	130	150	2,65	3,05	4,16	4,8	17,7	20,4	119	137,3	15,7	18,12	№339
	Чай с сахаром и лимоном	180	200	0,1	0,12	0,01	0,01	8,5	10,2	34,1	51	2,35	2,82	№ 412
	Хлеб пшеничный	50	50	3,7	3,7	1,45	1,45	24,15	24,15	118	118	0	0	Nº 101

7,02

460

400

7,73

8,06

9,92

53,02

58,75

316,1

388,7

21,45

26,04

#3HAH!

День ; ВТОРНИК Неделя ВТОРАЯ

Прием			the major of the second section		П	ищевые	вещес	гва		200000	ическая			
Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бе	лки	жи	оы	и Углеі	золы		ъ (ккал)	Вита	мин С	Nº рецептурь
and the second		Болон	-				3-7		ус доли	40	C (max)			те рецентура
1 L	7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
7	Каша кукурузная молочная с										717			
ЗАВТРАК	маслом	154	205	5,58	7,4	3,45	4,6	44,3	52,4	111,1	151,5	0,18	0,28	Nº 200
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,16	2,5	2,77	14,36	15,95	91	101	1,17	1,3	Nº 414
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0	0	Nº 101
	Сыр	6	8	1,56	2	1,6	2,14			21,12	28,16	0,16	0,22	№ 7
1ТОГО за завт	рак	360	443	11,47	14,78	8,13	10,38	68,56	83,2	274,22	357,16	1,51	1,8	·
2-ой завтра	Напиток из изюма	100	100	0,17	0,17	0,04	0,04	5,95	5,95	53,8	53,8	0	0	№ 398
того за 2 завт	рак	100	100	0,17	0,17	0,04	0,04	5,95	5,95	53,8	53,8	0	0	
ОБЕД	,													
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	150		5,77	9,38		3,92	6,16	7,98	66,25		4,43		№ 90
	Биточки рубленые из птицы	60	80			6,24	8,32	11,28	15,04	147,6				№ 323
	капуста тушеная	110	130		17,4	14,14	18,8	19,23	29,98	224,5	299	7,3		№362
	Кисель из сока натурального	150		0,42	0,57			22,6	30,1	92,7	123,6	0,82	1,09	Nº 400
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	84			№ 102
L Итого за обе		510	660	31,56	43,85	23,32	32,24	71,79	99,8	596,3	788,53	13,05	18,76	
полдник							,							
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	5,76	6,4	7,2	8	144	160	1,26	1,68	Nº 420
	Хлеб пшеничный	40	50	2,96	3,7	1,16	1,45	19,32	24,15	94,4	118			Nº 101
1того за полді	ник Т	220	250	8,18	9,5	6,92	7,85	26,52	32,15	238,4	278	1,26	1,68	
ужин	сырники творожные с морковью	100	150	14,09	21,18	11,55	17,55	21,12	32,01	345	469	0,73	1,09	Nº246
	соус яблочный	45	55					15,25	21,35	81	125,4			Nº380
	Напиток из плодов шиповника	180	200	0,51	0,61	0,21	0,25	17,07	20,74	79	88	90	100	Nº 417
	Фрукт	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,2	44,2	10	10	Nº 386
	Хлеб пшеничный	40	50	2,96	3,7	1,16	1,45	19,32	24,15	94,4	118	0	0	Nº 101
Итого за ужи	1 Н	465	555	17,96	25,89	13,32	19,65	82,56	108,05	643,6	844,6	100,73	111,09	#3HAЧ!

To. C Reference

День ; СРЕДА Неделя ВТОРАЯ In. C. Reference

Прием	E A B A B B B B B B B B B B B B B B B B	alger)			П	ищевые	вещес	тва		•	ническа нность			рецепт
Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бел	лки	жиј	ЭЫ	Углеі	воды	•	кал)	Вита	мин С	уры
	A 200 M Q4	-	3-7 лет				3-7 лет		3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	7.
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная с маслом	154	205	3,96	5,28	7	9,35	16,7	22,26	149,2	199	1,68	2,25	Nº 29
	Какао с молоком	180	200	3,67	4	3,2	3,55	15,82	17,57	97	108,8	1,43	1,58	Nº 416
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0	0	Nº 101
	Масло сливочное	8	10		0,08	5,8	7,25	0,1	0,13	53	66	0	0	Nº 6
)ГО за зав	трак	362	445	9,17	11,58	16,58	21,02	42,52	54,81	350,2	450,3	3,11	3,83	
-ой завтра	<u> </u>													
	сок фруктовый	100	100	0,5	0,5			10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	Nº 418
го за 2 зав	трак	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой,курой	150	200	1,66	2,21	3,2	4,27	10,2	13,6	55,3	73,8	2,29	3,9	Nº86
	Ежики мясные	120	160	8,14	10,91	9,04	12,53	20,3	33,79	155	212	0,45	0,61	Nº304
	соус сметанный с томатом	30	50	0,48	0,65	1,89	3	2,49	3,32	28,73	42,72	0,56	0,75	Nº373
	Компот из свежих плодов	150	200	0,12	0,16	0,12	0,16	17,9	24	73,2	97,6	1,29	1,72	Nº 390
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	84	0	0	Nº 102
того за об	ед	490	660	12,87	17,23	15,15	21,16	63,41	91,41	377,5	510,12	4,59	6,98	
полднин	<													
	Молоко кипяченое	180	200	5,49	6,1	4,89	5,44	9,09	10,1	110,9	133,2	2,46	2,73	№ 419
	Хлеб пшеничный	40	50	2,96		1,16	1,45		24,15	94,4	118	0	0	Nº 101
го за полд	дник	220	250	8,45	9,8	6,05	6,89	28,41	34,25	205,3	251,2	2,46	2,73	
ужин	Рагу овощное	150	200	3,47	4,62	10,2	13,6	16	21,3	108	144	3,78	5	Nº362
	Яйцо вареное	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	0,14	0,28	31,5	63	0	0	Nº227
	Чай с сахаром	180	200	0,04	0,06	0,01	0,02	6,5	9,5	28	40	0,02	0,03	Nº411
	Фрукт	100	100	1,5	1,5	1	1	21	21	95	95	10	10	Nº 911
гого за уж		450	540	7,55	11,26	13,51	19,22	43,64	52,08	262,5	342	13,8	15,03	
ЕГО за 1 д	ень	1622	1995	38,54	50,37	51,29	68,29	188,08	242,65	1258	1616,3	25,96	30,57	
	норма	3		42	54	47	60	203	261	1400	1800	45	50	

День ; четверг Неделя вторая Ju. C Reference

Прием	THE WAR WAS A STATE OF THE STAT	gecter.	Albert - American	4.77	П	ищевые	вещес	гва	201 1227 2011	Знергет	ическая			рецептур
Пищи	Наименование блюда	Выход	блюда	бел	лки	жиј	оы	Угле	воды	ценност		Витам	лин С	ы
1 - 207 3	SANTON SANTON	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
	Каша пшеничная молочная с									-				
ЗАВТРАК	маслом	154	205	3	4	5,61	7,37	17,9	24	113,7	150,96	1,34	1,54	Nº 23
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,16	2,5	2,77	14,36	15,95	91	101	1,17	1,3	Nº 414
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0	0	Nº 101
	Сыр	6	8	1,58	2,08	1,61	2,14	0	0	21,12	28,16	0,16	0,22	Nº 7
ОГО за завт	рак	360	443	8,91	11,46	10,3	13,15	42,16	54,8	276,82	356,62	2,67	3,06	1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 -
2-ой завтра	К													
	Яблоко печеное с сахаром	100	100	0,32	0,32	0,32	0,32	27,9	27,9	116	116	3,48	3,48	Nº 403
ого за 2 завт	грак	100	100	0,32	0,32	0,32	0,32	27,9	27,9	116	116	3,48	3,48	
ОБЕД														
	Рассольник с мясом и сметаной	150	200	2,64	3,52	6	8	12,5	16,6	126,6	168,8	7	9,44	Nº80
	Оладьи из печени	50	70	10	13	7	9,1	6,77	8,8	200,7	286	6,19	8	Nº 311
	Картофельное пюре	110	130	2,24	2,65	3,52	4,16	14,98	17,7	100,6	119	13,3		Nº 339
	Кисель из сока натурального	150	200	0,42	0,57		-	22,6	30,1	92,7	123,6	0,82	1,09	Nº 400
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	84	0	0	Nº 102
1того за обе	Р Д	500	650	17,77	23,04	17,42	22,46	69,37	89,9	585,85	781,4	27,31	34,23	
полдник														
	Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,8	5,76	6,4	7,2	8	144	160	1,26	1,68	Nº 420
	вафли	30	50	1,44	2,4	0,9	1,5	23,3	38,8	95	158			Nº 602
ого за полд	ник	210	250	6,66	8,2	6,66	7,9	30,5	46,8	239	318	1,26	1,68	
УЖИН	Овощи консерв.отварные	30	50	0,89	1,48	0,15	0,25	1,88	3,12	25,08	41,8	3,3	5,5	Nº 10
	Кулеш с мясом (из смеси круп)	150					9,93			313,3			<u> </u>	Nº217
	Чай с сахаром и лимоном	180		0,1	0,12	0,01	0,01	8,5	10,2	34,1	51	2,35		Nº 412
	Хлеб пшеничный	40					1,45			94,4	118	0		Nº 101
того за ужі	NH T	400	500	22,79	30,42	8,76	11,64	47,43	61,11	466,88	628,53	6,55	9,52	
СЕГО за 1 де	ень	1570	1943	56,45	73,44	43,46	55,47	217,36	280,51	1684,6	2200,6	41,27	51,97	

День ; четверг

	THE SECOND PROPERTY OF THE PRO	OTES:			11	ищевые	вещест	гва						
Прием		Вых	од	314	erine de	CK38			-	Знергет	ическая			5
Пищи	Наименование блюда	блю	да	бел	тки 💮	аал жи	оы 🔻	Угле	воды	ценност	ъ (ккал)	Вита	мин С	№ рецептур
1.3	OANTON TO THE	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
ЗАВТРАК	омлет с сыром	150	200	12,05	16,01	16,06	21,41	2,67	4,56	370	492	0,33	0,43	Nº 230 .
	Какао с молоком	180	200	3,67	4	3,2	3,55	15,82	17,57	107	118,8	1,43	1,58	Nº 416
	Батон нарезной	20	30	1,48	2,22	0,58	0,87	9,9	14,85	51	76,5	0	0	Nº 101
	Масло сливочное	8	10	0,06	0,08	5,8	7,25	0,1	0,13	53	66	0	0	Nº 6
ОГО за завт	pak	358	440	17,26	22,31	25,64	33,08	28,49	37,11	581	753,3	1,76	2,01	
-ой завтра	<u> </u> к													1
	сок фруктовый	100	100	0,5	0,5			10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	Nº 418
го за 2 завт	грак	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	62,66	62,66	2	2	
ОБЕД														
	Щи из свежей капусты с смет.	150	200	4,99	6,65	11,89	15,8	42,6	56,8	297,6	296,8	33,6	44,4	Nº 73
	Рыба в соусе по -польски	70	90	13,38	17,21	5,51	7,08	0,96	1,23	106,7	137,2	1,13	1,46	Nº313
	Рис отварной с маслом	110	130	2,67	3,15	3,93	4,65	26,9	31,79	153,7	181,7	0	0	Nº 332
	Компот из свежих плодов	150	200	0,12	0,16	0,12	0,16	17,9	24	73,2	97,6	1,29	1,72	Nº 390
	Хлеб ржаной	40	50	2,47	3,3	0,9	1,2	12,52	16,7	65,25	84	0	0	Nº 102
того за обе	PA TOTAL TOT	520	670	23,63	30,47	22,35	28,89	100,88	130,52	696,45	797,3	36,02	47,58	
полдник														
	Чай с сахаром	180	200	0,04	0,06	0,01	0,02	6,5	9,5			0,02		Nº 411
	булочка ванильная	70	70	5,5	5,5	6	6	42,8	42,8	237	237	0,3	0,3	Nº 450
го за полд	ник	250	270	5,54	5,56	6,01	6,02	49,3	52,3	265	277	0,32	0,33	
ужин														
	каша пшенная молочная	154	205		4,5	5,97	7,85	19,21	25,79					Nº199
	Напиток из плодов шиповника	180	200	0,51	0,61	0,21	0,25	17,07	20,74			90		Nº 417
	Фрукт	100	100	1,5	1,5	1	1	21	21	95	95	10	10	Nº 911
того за ужі	ИН	434	505	5,41	6,61	7,18	9,1	57,28	67,53	312,5	380,64	101,68	112,25	