

День: понедельник  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория: 1,5-3 года

Приём пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(Ккал.)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Макароны отварные с маслом и сыром	95	7,13	8,14	25,31	219,86	415 сб.рец
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,9	60,0	119 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Сок фруктовый	110	0,5	0,1	10,1	60,0	437 кар блюд
<b>Итого завтрак:</b>		<b>10,18</b>	<b>17,29</b>	<b>61,21</b>	<b>474,86</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из квашеной капусты и зеленым горошком	40	1,11	2,32	4,3	41,0	152 орг дет пит
Рассольник со сметаной	150	1,8	4,7	13,8	128,1	58 алгоритм
Плов с мясом	160	13,08	19,17	27,43	185,0	88 алгоритм
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	150	0,2	0,0	17,7	64,8	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>19,28</b>	<b>26,66</b>	<b>86,83</b>	<b>530,9</b>	
<b>Полдник:</b>						
Булочка «Витьба»	60	6,0	5,2	29,12	174,0	134 азб пит
Молоко кипяченое	150	3,77	3,25	6,2	70,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>9,77</b>	<b>8,45</b>	<b>35,32</b>	<b>244,0</b>	
<b>Всего за 1 день:</b>		<b>39,23</b>	<b>52,4</b>	<b>183,36</b>	<b>1249,76</b>	

День: понедельник  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория:3-7 года

Приём пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(Ккал.)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Макароны отварные с маслом и сыром	120	9,95	12,72	40,16	247,48	415 сб.рец
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,6	71,0	119 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Сок фруктовый	110	0,5	0,1	10,1	60,0	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>13,99</b>	<b>22,76</b>	<b>83,09</b>	<b>542,81</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из квашеной капусты и зеленым горошком	60	1,48	2,47	5,7	48,0	152 орг дет пит
Рассольник со сметаной	200	2,6	6,0	17,0	154,0	58 алгоритм
Плов с мясом	180	18,4	26,58	39,7	302,35	88 алгоритм
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	20,4	80,5	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>26,89</b>	<b>35,66</b>	<b>113,4</b>	<b>728,85</b>	
<b>Полдник:</b>						
Булочка «Витьба»	70	7,0	7,82	32,6	202,0	134 азб пит
Молоко кипяченое	180	4,35	3,75	7,2	81,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>11,35</b>	<b>11,57</b>	<b>39,8</b>	<b>283,0</b>	
<b>Всего за 1 день:</b>		<b>52,23</b>	<b>69,99</b>	<b>236,29</b>	<b>1554,66</b>	

День: вторник  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 1,5-3 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша геркулесовая молочная	150	4,6	4,35	19,4	155,2	96 алгоритм
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Кофейный напиток на молоке	180	4,52	3,91	17,04	122,4	57 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Фрукты свежие	102	0,41	0,41	10,0	48,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>11,13</b>	<b>13,27</b>	<b>56,34</b>	<b>412,6</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи порционные /огурец соленый/	40	0,27	0,03	0,57	4,57	42 орг дет пит
Суп с мясными фрикадельками	150/15	4,06	6,49	8,6	127,0	209 сб рец
Суфле из субпродуктов	60	12,06	4,14	1,68	91,8	52 рецептура
Пюре картофельное	120	3,86	4,2	22,32	144,0	694 сб рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	51,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>23,5</b>	<b>15,49</b>	<b>68,67</b>	<b>530,37</b>	
<b>Полдник</b>						
Вареники ленивые с маслом, со сметанным соусом	110/20	16,0	13,02	21,1	184,0	59 карт блюд
Кисломолочный напиток	150	3,77	3,25	6,2	70,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>19,77</b>	<b>16,27</b>	<b>27,3</b>	<b>254,0</b>	
<b>Всего за 2 день:</b>		<b>54,4</b>	<b>45,03</b>	<b>152,31</b>	<b>1196,97</b>	

День: вторник  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 3-7 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша геркулесовая молочная	200	9,3	7,5	36,2	205,4	96 алгоритм
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Кофейный напиток на молоке	200	4,83	4,18	19,11	134,44	57 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Фрукты свежие	105	0,42	0,42	10,3	49,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>16,95</b>	<b>16,7</b>	<b>80,51</b>	<b>499,84</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи порционные /огурец соленый/	60	0,38	0,05	0,84	6,0	42 орг дет пит
Суп с мясными фрикадельками	180/20	7,32	8,41	8,8	162,0	209 сб рец
Суфле из субпродуктов	80	16,08	5,52	2,24	122,4	52 рецептура
Пюре картофельное	150	3,95	4,43	24,8	147,0	694 сб рец
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	180	0,18	0,18	14,4	61,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>31,92</b>	<b>19,2</b>	<b>81,68</b>	<b>642,4</b>	
<b>Полдник</b>						
Вареники ленивые с маслом, со сметанным соусом	130/20	20,9	16,0	26,4	215,6	59 карт блюд
Кисломолочный напиток	180	4,35	3,75	7,2	81,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>25,25</b>	<b>19,75</b>	<b>33,6</b>	<b>296,6</b>	
<b>Всего за 2 день:</b>		<b>74,12</b>	<b>55,62</b>	<b>195,79</b>	<b>1438,84</b>	

День: среда  
 Неделя: первая  
 Сезон : зимне-весенний  
 Категория:1,5-3года

Приём пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(Ккал.)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Омлет натуральный	100	8,9	10,07	3,15	160,0	438 сб рец
Икра кабачковая	40	0,72	3,56	3,12	48,0	119 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/6	2,95	5,56	9,9	102,0	3 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Фрукты свежие	102	0,41	0,41	10,0	48,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>12,98</b>	<b>19,6</b>	<b>38,17</b>	<b>406,0</b>	
<b>Обед:</b>						
Суп рыбный с крупой	150	12,85	2,37	17,5	131,0	270 сб рец
Оладьи из мяса птицы	60	11,4	11,61	1,5	191,0	72 орг дет пит
Рагу из овощей	120	2,83	6,45	15,49	115,97	103 орг дет пит
Хлеб пшеничный	20	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	51,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>30,33</b>	<b>21,06</b>	<b>69,99</b>	<b>600,97</b>	
<b>Полдник:</b>						
Каша гречневая молочная	150	5,3	2,8	26,7	152,1	679 сб рец
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,35	35,25	120 алгоритм
Какао на молоке	180	3,36	2,84	14,88	99,6	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>9,8</b>	<b>5,76</b>	<b>48,93</b>	<b>286,95</b>	
<b>Всего за 10 часов:</b>		<b>53,11</b>	<b>46,42</b>	<b>157,09</b>	<b>1293,92</b>	

День: среда  
 Неделя: первая  
 Сезон :зимне-весенний  
 Категория:3- 7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(Ккал.)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Омлет натуральный	110	11,29	12,11	3,68	182,13	438 сб рец
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,9	60,0	119 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	25/5/10	4/26	6/78	12,4	128,0	3 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Фрукты свежие	105	0,42	0,42	10,3	49,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>16,92</b>	<b>23,76</b>	<b>43,61</b>	<b>472,46</b>	
<b>Обед:</b>						
Суп рыбный с крупой	200	13,56	6,44	20,2	140,0	270 сб рец
Оладьи из мяса птицы	70	13,23	13,41	1,85	216,21	72 орг дет пит
Рагу из овощей	150	3,64	8,5	24,09	152,82	103 орг дет пит
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	180	0,18	0,18	14,4	61,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>34,62</b>	<b>29,14</b>	<b>91,14</b>	<b>714,03</b>	
<b>Полдник:</b>						
Каша гречневая молочная	200	6,4	2,9	35,2	203,42	679 сб рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Какао на молоке	200	3,41	3,01	16,0	101,11	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>11,33</b>	<b>6,07</b>	<b>61,0</b>	<b>351,53</b>	
<b>Всего за 3 день:</b>		<b>62,87</b>	<b>58,97</b>	<b>195,75</b>	<b>1538,02</b>	

День: четверг  
 Неделя: первая  
 Категория: 1,5-3 года  
 Сезон: зимне-весенний

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша манная, молочная	150	3,5	6,2	25,3	166,0	97 алгоритм
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
<b>IIзавтрак:</b>						
Сок фруктовый	120	0,55	0,11	11,02	65,46	437 кар блюд
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>5,65</b>	<b>10,91</b>	<b>58,22</b>	<b>366,46</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из квашеной капусты со свеклой	40	1,04	2,06	2,9	36,0	115 азб пит
Суп гороховый с гречками	150/7	6,81	9,57	16,7	98,0	206 орг дет пит
Рис отварной с овощами	110	2,32	6,68	28,1	125,0	684 сб рец
Котлета рыбная, запеченная в томатном соусе	50/10	8,39	9,05	6,2	135,0	510,759 сб рец
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,35	35,25	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Кисель из сухофруктов	150	0,31	0,01	18,2	75,0	885 сб рец
<b>Итого за обед:</b>		<b>21,58</b>	<b>27,8</b>	<b>93,25</b>	<b>569,25</b>	
<b>Полдник:</b>						
Булочка молочная	60	7,2	3,52	31,33	168,4	84 рецептура
Кофейный напиток на молоке	180	4,52	3,91	17,04	122,4	57 азб пит
<b>Итого за полдник:</b>			<b>7,43</b>	<b>48,37</b>	<b>290,8</b>	
<b>Всего за 4 день:</b>		<b>38,95</b>	<b>46,14</b>	<b>199,84</b>	<b>1226,51</b>	

День: четверг  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория: 3- 7лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша манная, молочная	200	6,64	8,15	29,8	221,0	97 алгоритм
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
<b>Пзавтрак:</b>						
Сок фруктовый	120	0,55	0,11	11,02	65,46	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>9,59</b>	<b>12,86</b>	<b>69,05</b>	<b>450,79</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из квашеной капусты со свеклой	60	1,24	3,08	3,5	48,0	115 азб пит
Суп гороховый с гречками	180/15	8,85	14,74	19,0	136,0	206 орг дет пит
Рис отварной с овощами	130	2,78	8,6	34,21	150,0	684 сб рец
Котлета рыбная, запеченная в томатном соусе	60/20	11,8	12,73	7,4	149,0	510,759 сб рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Кисель из сухофруктов	180	0,35	0,02	21,4	88,0	885 сб рец
<b>Итого за обед:</b>		<b>28,51</b>	<b>39,72</b>	<b>112,61</b>	<b>699,0</b>	
<b>Полдник:</b>						
Булочка молочная	70	7,5	3,78	36,55	185,8	84 рецептура
Кофейный напиток на молоке	200	4,83	4,18	19,11	134,44	57 азб пит
<b>Итого за полдник:</b>		<b>12,33</b>	<b>7,96</b>	<b>55,66</b>	<b>320,24</b>	
<b>Всего за 4 день:</b>		<b>50,43</b>	<b>60,54</b>	<b>237,32</b>	<b>1470,03</b>	



День: пятница  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория: 1,5-3года

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность(Ккал)	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак:</b>						
Каша молочная «Дружба»	150	5,21	6,48	20,8	155,0	99 алгоритм
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
<b>II завтрак:</b>						
Фрукты свежие	102	0,41	0,41	10,0	48,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>7,22</b>	<b>11,49</b>	<b>52,7</b>	<b>338,0</b>	
<b>Обед :</b>						
Салат из соленых помидоров	40	0,4	2,0	1,0	25,0	116 алгоритм
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/8	4,24	5,61	14,8	123,0	181 сб рец
Жаркое по-домашнему	140	13,53	14,34	20,3	200,0	590 сб рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	51,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>21,42</b>	<b>22,58</b>	<b>71,6</b>	<b>511,0</b>	
<b>Полдник:</b>						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/10	13,69	11,45	17,2	207,0	42 азб пит
Какао на молоке	180	3,36	2,84	14,88	99,6	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>17,05</b>	<b>14,29</b>	<b>32,08</b>	<b>306,6</b>	
<b>Всего за 5 день:</b>		<b>45,69</b>	<b>48,36</b>	<b>156,38</b>	<b>1155,6</b>	

День: пятница  
 Неделя: первая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория: 3 – 7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность(Ккал)	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак:</b>						
Каша молочная «Дружба»	200	6,16	7,07	27,6	237,23	99 алгоритм
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
<b>II завтрак:</b>						
Фрукты свежие	105	0,42	0,42	10,3	49,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>8,98</b>	<b>12,09</b>	<b>66,13</b>	<b>450,56</b>	
<b>Обед :</b>						
Салат из соленых помидоров	60	0,6	2,1	1,6	28,0	116 алгоритм
Борщ на мясном бульоне со сметаной	180/12	6,99	7,82	18,3	167,0	181 сб рец
Жаркое по-домашнему	160	16,36	16,66	24,9	301,0	590 сб рец
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	180	0,18	0,18	14,4	61,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>28,14</b>	<b>27,37</b>	<b>89,8</b>	<b>701,0</b>	
<b>Полдник:</b>						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/20	17,84	14,31	24,3	258,0	42 азб пит
Какао на молоке	200	3,41	3,01	16,0	101,11	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>21,25</b>	<b>17,32</b>	<b>40,3</b>	<b>359,11</b>	
<b>Всего за 5 день:</b>		<b>58,37</b>	<b>56,78</b>	<b>196,23</b>	<b>1510,67</b>	

День: понедельник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория: 1,5-3 года

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность(Ккал)	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Омлет натуральный	100	8,9	10,07	3,15	160,0	438 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/6	2,95	5,56	9,9	102,0	3 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
Зеленый горошек	40	0,6	0,04	1,27	17,79	99 рецептура
<b>Пзавтрак</b>						
Сок фруктовый	120	0,55	0,11	11,02	65,46	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>13,0</b>	<b>15,78</b>	<b>37,34</b>	<b>393,25</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из квашеной капусты со свеклой и горошком	40	1,11	2,32	4,3	41,0	152 орг дет пит
Борщ с фасолью на мясном бульоне	150	1,92	6,12	12,6	140,0	175 сб рец
Субпродукты по-строгановски	60	8,6	3,47	33,0	102,1	50 рецептура
Вермишель отварная с маслом	110	1,67	2,65	12,6	94,0	414 сб рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	150	0,2	0,0	17,7	64,8	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>16,59</b>	<b>15,03</b>	<b>103,8</b>	<b>553,9</b>	
<b>Полдник:</b>						
Булочка с посыпкой	60	5,0	3,38	22,2	145,0	85 орг дет пит
Кисломолочный напиток	150	3,77	3,25	6,2	70,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>8,77</b>	<b>6,63</b>	<b>28,4</b>	<b>215,0</b>	
<b>Всего за 6 день:</b>		<b>38,36</b>	<b>37,44</b>	<b>169,54</b>	<b>1162,15</b>	

День: понедельник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Категория: 3- 7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность(Ккал)	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Омлет натуральный	110	11,29	12,11	3,68	182,13	438 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	25/5/10	4/26	6/78	12,4	128,0	3 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
Зеленый горошек	50	1,0	0,07	2,11	21,99	99 рецептура
<b>Пзавтрак</b>						
Сок фруктовый	120	0,55	0,11	11,02	65,46	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>17,1</b>	<b>19,07</b>	<b>42,54</b>	<b>450,91</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из квашеной капусты со свеклой и горошком	60	1,48	2,47	5,7	48,0	152 огр дет пит
Борщ с фасолью на мясном бульоне	200	3,01	7,55	15,7	166,2	175 сб рец
Субпродукты по-строгановски	80	11,52	4,62	44,0	130,21	50 рецептура
Вермишель отварная с маслом	130	2,44	3,46	15,5	120,25	414 сб рец
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	20,4	80,5	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>22,66</b>	<b>18,71</b>	<b>131,9</b>	<b>689,16</b>	
<b>Полдник:</b>						
Булочка с посыпкой	70	5,73	3,58	26,2	189,0	85 орг дет пит
Кисломолочный напиток	180	4,35	3,75	7,2	81,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>10,08</b>	<b>7,33</b>	<b>33,4</b>	<b>270,0</b>	
<b>Всего за 6 день:</b>		<b>49,84</b>	<b>45,11</b>	<b>207,84</b>	<b>1410,07</b>	

День: вторник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 1,5-3 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная	150	3,4	5,8	28,6	175,0	384 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Фрукты свежие	102	0,41	0,41	10,0	48,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>5,41</b>	<b>10,81</b>	<b>60,5</b>	<b>358,0</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи порционные/огурец соленый/	40	0,27	0,03	0,57	4,57	42 орг дет пит
Суп с клецками	150	3,2	5,01	18,0	99,0	213 сб рец
Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/30	10,41	14,3	13,9	265,0	14 азб пит
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	51,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>17,13</b>	<b>19,97</b>	<b>67,97</b>	<b>531,57</b>	
<b>Полдник</b>						
Сырники из творога со сгущенным молоком	110/20	18,66	10,93	18,3	182,1	463 сб рец
Молоко кипяченое	150	3,77	3,25	6,2	70,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>22,43</b>	<b>14,18</b>	<b>24,5</b>	<b>252,1</b>	
<b>Всего за 7 день :</b>		<b>44,97</b>	<b>44,96</b>	<b>152,97</b>	<b>1141,67</b>	

День: вторник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 3-7 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная	200	6,9	6,9	35,2	237,5	384 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
<b>II завтрак</b>						
Фрукты свежие	105	0,42	0,42	10,3	49,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>9,72</b>	<b>11,92</b>	<b>73,73</b>	<b>450,83</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи порционные/огурец соленый/	60	0,38	0,05	0,84	6,0	42 орг дет пит
Суп с клецками	200	4,58	8,49	23,5	136,0	213 сб рец
Голубцы ленивые со сметанным соусом	180/30	15,3	18,6	22,3	296,0	114 азб пит
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из свежих фруктов	180	0,18	0,18	14,4	61,0	90 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>24,45</b>	<b>27,93</b>	<b>91,64</b>	<b>643,0</b>	
<b>Полдник</b>						
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30	23,65	13,48	23,2	239,2	463 сб рец
Молоко кипяченое	180	4,35	3,75	7,2	81,0	89 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>28,0</b>	<b>17,23</b>	<b>30,4</b>	<b>320,2</b>	
<b>Всего за 7 день :</b>		<b>62,17</b>	<b>57,08</b>	<b>195,77</b>	<b>1414,03</b>	

День: среда  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 1,5-3 года

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность(Ккал)	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак:</b>						
Каша рисовая молочная	150	3,9	5,83	22,9	127,0	384 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Кофейный напиток на молоке	180	4,52	3,91	17,04	122,4	57 азб пит
<b>II завтрак:</b>						
Фрукты свежие	102	0,41	0,41	10,0	48,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>10,43</b>	<b>14,75</b>	<b>59,84</b>	<b>384,4</b>	
<b>Обед :</b>						
Овощи порционные /помидор соленый/	40	0,27	0,03	0,57	4,57	42 орг дет пит
Суп «Харчо»	150	4,28	10,6	3,0	180,06	19 карт блюд
Шницель из мяса птицы запеченный	60	10,5	10,53	3,3	115,0	50 орг дет пит
Каша гречневая	110	2,4	2,98	20,0	113,7	113 рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	150	0,2	0,0	17,7	64,8	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>20,74</b>	<b>24,61</b>	<b>68,17</b>	<b>590,13</b>	
<b>Полдник:</b>						
Яйцо отварное	40	2,08	2,6	0,21	43,0	77 рецептура
Икра кабачковая	40	0,72	3,56	3,12	48,0	119 сб рец
Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,9	46,0	121 алгоритм
Сок фруктовый	170	0,75	0,15	20,12	100,25	437 кар блюд
Кондитерское изделие	20	4,35	4,98	20,6	56,4	120 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>9,02</b>	<b>11,51</b>	<b>53,95</b>	<b>293,65</b>	
<b>Всего за 8 день:</b>		<b>40,19</b>	<b>50,87</b>	<b>181,96</b>	<b>1268,18</b>	

День: среда  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 3-7

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность(Ккал)	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак:</b>						
Каша рисовая молочная	200	6,3	9,6	28,3	203,0	384 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Кофейный напиток на молоке	200	4,83	4,18	19,11	134,44	57 азб пит
<b>II завтрак:</b>						
Фрукты свежие	105	0,42	0,42	10,3	49,0	847 сб рец
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>13,95</b>	<b>18,8</b>	<b>72,61</b>	<b>497,44</b>	
<b>Обед :</b>						
Овощи порционные /помидор соленый/	60	0,38	0,05	0,84	6,0	42 орг дет пит
Суп «Харчо»	200	6,85	13,8	3,75	200,83	19 карт блюд
Шницель из мяса птицы запеченный	70	12,83	11,95	3,8	118,0	50 орг дет пит
Каша гречневая	1360	3,57	3,71	22,0	117,63	113 рец
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,18	14,4	61,0	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>27,84</b>	<b>30,12</b>	<b>81,39</b>	<b>666,96</b>	
<b>Полдник:</b>						
Яйцо отварное	40	2,08	2,6	0,21	43,0	77 рецептура
Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,9	60,0	119 сб рец
Хлеб ржаной	25	1,68	0,33	10,9	56,0	121 алгоритм
Сок фруктовый	170	0,9	0,9	23,95	115,5	437 кар блюд
Кондитерское изделие	50	6,25	6,68	37,65	114,3	120 алгоритм
<b>Итого за полдник:</b>		<b>11,86</b>	<b>14,96</b>	<b>76,61</b>	<b>388,8</b>	
<b>Всего за 8 день:</b>		<b>53,65</b>	<b>63,88</b>	<b>230,61</b>	<b>1553,2</b>	

года



День: четверг  
 Неделя: вторая  
 Сезон: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 1,5-3лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная	150	3,4	5,8	28,6	175,0	384 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	5/20	1,6	4,6	9,9	87,0	1 сб рец
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
<b>II завтрак:</b>						
Сок фруктовый	110	0,5	0,1	10,1	60,0	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>5,5</b>	<b>10,5</b>	<b>60,6</b>	<b>370</b>	
<b>Обед:</b>						
Суп с крупой на мясном бульоне	150	4,42	2,51	14,2	128,0	62 алгоритм
Рыба по-польски	60	17,01	9,52	3,9	135,7	503 сб рец
Икра свекольная	110	0,89	3,5	4,9	50,0	380 карт блюд
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	150	0,2	0,0	17,7	64,8	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>25,61</b>	<b>16,0</b>	<b>64,3</b>	<b>490,5</b>	
<b>Полдник:</b>						
Пирожок с повидлом	60	10,37	5,4	22,4	152,7	89 рецептура
Кофейный напиток с молоком	180	4,52	3,91	17,04	122,4	57 азб пит
<b>Итого за полдник:</b>		<b>14,89</b>	<b>9,31</b>	<b>39,44</b>	<b>275,1</b>	
<b>Всего за 9 день:</b>		<b>46,0</b>	<b>35,81</b>	<b>164,34</b>	<b>1135,6</b>	

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: зимне-весенний

Возрастная категория: 3- 7 лет

-8-

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	№рец.
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная	200	6,9	6,9	35,2	237,33	384 сб рец
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,4	4,6	14,9	111,0	1 сб рец
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
<b>II завтрак:</b>						
Сок фруктовый	110	0,5	0,1	10,1	60,0	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>9,8</b>	<b>11,6</b>	<b>73,53</b>	<b>461,66</b>	
<b>Обед:</b>						
Суп с крупой на мясном бульоне	200	5,48	5,2	17,7	154,0	62 алгоритм
Рыба по-польски	80	22,5	11,88	5,2	216,0	503 сб рец
Икра свекольная	130	1,21	4,82	6,6	54,0	380 карт блюд
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,18	14,4	61,0	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>33,4</b>	<b>22,51</b>	<b>80,5</b>	<b>648,5</b>	
<b>Полдник:</b>						
Пирожок с повидлом	70	12,88	6,48	25,7	197,67	89 рецептура
Кофейный напиток с молоком	200	4,83	4,18	19,11	134,44	57 азб пит
<b>Итого за полдник:</b>		<b>17,71</b>	<b>10,66</b>	<b>44,81</b>	<b>332,11</b>	
<b>Всего за 9 день:</b>		<b>60,91</b>	<b>44,77</b>	<b>198,84</b>	<b>1442,27</b>	

День: пятница  
 Неделя: вторая  
 Сезон : зимне-весенний  
 Категория:1,5-3года

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная	150	5,51	5,84	19,9	175,0	120 рецептура
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/6	2,95	5,56	9,9	102,0	3 сб рец
Какао на молоке	180	3,36	2,84	14,88	99,6	89 алгоритм
<b>II завтрак</b>						
Сок фруктовый	120	0,55	0,11	11,02	65,46	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>12,37</b>	<b>14,35</b>	<b>55,7</b>	<b>442,06</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из свеклы с зеленым горошком	40	0,6	2,1	3,8	37,0	152 орг дет пит
Суп с рыбный с крупой	150	12,85	2,37	17,5	131,0	270 сб рец
Биточки мясные, запеченные в соусе томатном	50/10	10,36	13,0	6,0	174,0	84 алгоритм
Картофельное пюре	120	3,86	4,2	22,32	144,0	694 сб рец
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	47,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	1,57	0,31	13,8	65,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	150	0,2	0,0	17,7	64,8	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>30,96</b>	<b>22,14</b>	<b>90,92</b>	<b>662,8</b>	
<b>Полдник:</b>						
Кондитерское изделие	20	6,25	6,68	37,65	114,3	120 алгоритм
Чай с сахаром	180	0,0	0,0	12,0	48,0	56 азб пит
Фрукты свежие	102	0,41	0,41	10,0	48,0	847 сб рец
<b>Итого за полдник:</b>		<b>6,66</b>	<b>7,09</b>	<b>59,65</b>	<b>210,3</b>	
<b>Всего за 10 день:</b>		<b>49,99</b>	<b>43,58</b>	<b>206,27</b>	<b>1315,16</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>44,41</b>	<b>44,14</b>	<b>170,74</b>	<b>1214,55</b>	

День: пятница  
 Неделя: вторая  
 Сезон : зимне-весенний  
 Категория:3-7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>I завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная	200	6,0	7,44	26,8	214,0	120 рецептура
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	25/5/10	4/26	6/78	12,4	128,0	3 сб рец
Какао на молоке	200	3,41	3,01	16,0	101,11	89 алгоритм
<b>II завтрак</b>						
Сок фруктовый	120	0,55	0,11	11,02	65,46	437 кар блюд
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>14,22</b>	<b>17,34</b>	<b>66,22</b>	<b>508,57</b>	
<b>Обед:</b>						
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,8	2,1	5,1	53,0	152 орг дет пит
Суп с рыбный с крупой	200	13,56	6,44	20,2	140,0	270 сб рец
Биточки мясные, запеченные в соусе томатном	60/20	11,35	15,81	6,3	203,0	84 алгоритм
Картофельное пюре	150	3,95	4,43	24,8	147,0	694 сб рец
Хлеб пшеничный	27	2,05	0,22	13,3	63,0	120 алгоритм
Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	17,3	81,0	121 алгоритм
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	20,4	80,5	92 алгоритм
<b>Итого за обед:</b>		<b>33,87</b>	<b>29,39</b>	<b>106,4</b>	<b>767,5</b>	
<b>Полдник:</b>						
Кондитерское изделие	70	7,98	9,01	40,99	167,8	120 алгоритм
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	13,33	53,33	56 азб пит
Фрукты свежие	105	0,42	0,42	10,3	49,0	847 сб рец
<b>Итого за полдник:</b>		<b>8,4</b>	<b>9,43</b>	<b>64,62</b>	<b>270,13</b>	
<b>Всего за 10 день:</b>		<b>56,49</b>	<b>56,16</b>	<b>237,24</b>	<b>1546,2</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>57,22</b>	<b>55,42</b>	<b>211,27</b>	<b>1487,8</b>	