



1 неделя-1 день (понедельник)	1 неделя-2 день (вторник)	1 неделя-3 день (среда)	1 неделя-4 день (четверг)	1 неделя-5 день (пятница)
Завтрак: Суп вермишелевый молоч. Батон с маслом Чай с сахаром 10.00. Сок Обед: Щи на кур. бульоне Плов с мяса кур Огурец конс Компот с/фрукты Хлеб пшеничный Хлеб темный Полдник: Чай сладкий Печенье Ужин: Ватрушка с повидлом Молоко кипяченое	Завтрак: Каша молочная пшеница Батон Масло сливочное Чай с сахаром Второй завтрак Сок натуральный Печенье Обед Суп весенний с сыром и макаронами на кур/б Картофель тушеный с мясом курицы Компот из сушеных фруктов Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Чай сладкий Печенье Ужин Рыбные биточки Томатный соус Хлеб пшенич. Кофейный напиток с сахаром	Завтрак: Каша молочная манная Батон Масло сливочное Чай с сахаром Второй завтрак Сок натуральный Обед Суп полевой картофельный на гов/к/б Тефтели с рисом с мяса говядины Соус томатный с овощами Кисель Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Чай сладкий Печенье Ужин Запеканка из макарон с творогом Соус сметанный сладкий Какао с молоком	Завтрак: Каша молочная гречневая Батон Повидло Чай с сахаром Второй завтрак Яблоки Обед Рассольник на гов/к/буль Сметанный соус Котлеты, из мяса говядины Гороховое пюре Кисель Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Чай сладкий Печенье Ужин Запеканка из пшеницы с рисом (или биточки из пшеницы) Хлеб пшеничный Кофейный напиток с сахаром	Завтрак: Каша молочная геркулесовая Батон Масло сливочное Чай с сахаром Второй завтрак Яблоки Обед Суп вермишелевый на курином бульоне Капуста тушеная с мясом кур Компот из сушеных фруктов Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Сок натуральный Печенье Ужин Запеканка из пшеницы с рисом (или биточки из пшеницы) Хлеб пшеничный Кофейный напиток с сахаром
2 неделя 6 день (понедельник)	2 неделя 7 день (вторник)	2 неделя 8 день (среда)	2 неделя 9 день (четверг)	2 неделя 10 день (пятница)
Завтрак: Каша рисовая молочная Батон Сыр Чай с сахаром Второй завтрак Сок натуральный Печенье Обед Суп фасолевый на кур/б Омлет с мясом курицы. Горошек консервированный Компот из сушеных фруктов Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Чай сладкий Печенье Ужин Пирожок с картошкой Кофейный напиток с сахаром	Завтрак: Каша молочная пшеница Батон Масло сливочное Чай с сахаром Второй завтрак Яблоки Обед Суп рисовый на кур. бульоне Гуляш с мяса курицы Гречка отварная Компот из сушеных фруктов Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Сок натуральный Печенье Ужин Рыба запеченная в омлете Хлеб пшенич. Кофейный напиток с сахаром	Завтрак: Каша молочная манная Батон Масло сливочное Чай с сахаром Второй завтрак Сок натуральный Обед Свекольник на гов/к/б со сметаной Вермишелевая запеканка с мясом говядины Соус томатный с овощами Огурец солёный Кисель Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Сок натуральный Печенье Ужин Запеканка из творога Соус сметанный сладкий Какао с молоком	Завтрак: Каша молочная гречневая Батон Повидло Чай с сахаром Второй завтрак Яблоки Обед Щи из свежей капусты с картофелем на гов. бульоне Сметанный соус Фрикадельки мясные с говядины Свекла тушеная Компот из сушеных фруктов Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Чай сладкий Печенье Ужин Макароны отварные с сыром Кофейный напиток с сахаром	Завтрак: Каша молочная геркулесовая Батон Масло сливочное Чай с сахаром Второй завтрак Яблоки Обед Суп гороховый на говяж. буль. Голубцы ленивые с мяса говядины Соус томатный с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб пшенич. Хлеб ржаной Полдник Чай сладкий Печенье Ужин Макароны отварные с сыром Кофейный напиток с сахаром



Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

Исделя 1-День , Понедельник , 3 - 7 лет

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Суп молочный вермишелевый	200	6.04	5.6	18.2	147.6
Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.065	33
Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
Итого		7,51	9,79	34,805	300,1
Второй завтрак					
Сок натуральный	150	0.66	0.27	15.7	65
Обед					
Щи на куринном бульоне	200	4.36	8,86	15.35	197.9
Плов из мяса кур	180	18	16.5	30.03	340
Огурец солёный	30	0,28	0.054	0.37	10.3
Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140.0
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
Итого		28,19	34,5	100,07	846,2
Полдник					
Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
Ужин					
Ватрушка с повидлом	85	6.6	6.1	40.5	220.2
Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102
Итого		12,08	10,98	49,57	322,2
Итого задень		49,93	60,89	205,5	1650,5

1-День , Понедельник , 1-3 года

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	№рецепт.
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Суп молочный вермишелевый	150	5.8	4.9	17.2	110.7	100
Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	33	13
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22	411
Итого		6,97	8,97	31,89	235,3	
Второй завтрак						
Сок натуральный	100	0.61	0.25	10.67	45	418
Обед						
Щи на куринном бульоне	150	5.4	7.93	14.09	158,9	73
Плов из мяса кур	160	16	14.7	26.7	304	321
Огурец солёный	30	0.26	0.05	0.33	9.7	20
Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	394
Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48	1
Итого		26,52	29,48	93,41	748,5	
Ужин						
Ватрушка с повидлом	65	4.9	4.4	30.1	183.1	441
Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85,0	419
Итого		9,48	8,48	37,68	268,1	
Итого за день		43,58	47,18	173.65	1296,9	

Завхоз

Скоб

Э.Т.Скобелева



Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

Итого за день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Итого за день	Завтрак					
	Каша молочная пшеничная	200	4.59	4.9	31.26	187
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.065	33
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		7,51	9,79	34,805	300,1
	Второй завтрак					
	Сок натуральный	150	0.66	0.27	15.7	65
	Печенье	25	1.45	5.34	14.45	112
	Обед					
	Суп весенний с сыром и макаронами на кур/б	220	5.87	11.52	17.07	195
	Картофель тушеный с мясом курицы	200	25	6.7	19.9	240.9
	Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
	Итого		36,43	26,64	91,29	733,9
	Полдник					
	Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Рыбные биточки	80	8.7	4.3	2.2	85
	Томатный соус	50	1.16	4.2	8	74
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9
	Кофейный напиток с сахаром	200	2.6	2.4	11.7	50
	Итого		14,36	16,36	34,4	324,9
	Итого за день		61,9	63,75	212.08	1652.9

Итого за день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за день	Завтрак						
	Каша молочная пшеничная	150	3.46	4.57	24.7	154	199
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.065	33	13
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	22	411
	Итого		4,63	8,64	39,39	278,6	
	Второй завтрак						
	Сок натуральный	100	0.61	0.25	10.67	45	418
	Печенье	25	1.45	5.34	14.45	112	
	Обед						
	Суп весенний с сыром и макаронами на кур/б	150	4.4	8.6	12.8	146	88/220
	Картофель тушеный с мясом курицы	150	18.7	5.09	14.9	180.8	144/292
	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	394
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48	1
	Итого		27,35	20,49	79,99	602.7	
	Ужин						
	Рыбные биточки	60	5.9	3.4	1.5	65	261
	Томатный соус	50	1.16	4.2	8	74	366
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9	1
	Кофейный напиток с сахаром	150	2.34	2.0	10.63	45	414
	Итого		11,3	15,06	32,63	299,9	
	Итого за день		45,34	49,75	177,13	1341,2	

Завхоз

Скоб

Э.Т.Скобелева

Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года



Утверждаю

Заведующий МКДОУ №6 «Радуга»

Тришина Е.В.

Приказ № 28-ОД от 03.02.2025

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша молочная манная	200	2.85	4.53	24.98	152
Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.065	33
Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
Итого		4,32	8,72	44,58	304,5
Второй завтрак					
Сок натуральный	150	0.66	0.27	15.7	65
Обед					
Суп полевой картофельный на гов/к/б	250	2,1	2.8	12.5	120,0
Тефтели с рисом с мяса говядины	160	12.2	8.77	14.2	255
Соус томатный с овощами	50	0.7	3.5	6.2	59.9
Кисель	200	0.088	0	22.47	92
Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140,0
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
Итого		20.17	23.83	84.29	718.9
Полдник					
Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
Ужин					
Запеканка из макарон с творогом	180	13.2	12.7	24.5	305
Соус сметанный сладкий	50	0.7	2.4	2.9	37.05
Какао с молоком	150	3.67	3.19	15.82	107
Итого		17.09	18.29	43.22	449.05
Итого за день		43,73	56,46	166,01	1654,45

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	Рецепт.
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша молочная манная	150	2.62	4.17	23	140	199
Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	33	13
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22	411
Итого		3,79	8,24	37,69	264,6	
Второй завтрак						
Сок натуральный	100	0.61	0.25	10.67	45	418
Обед						
Суп полевой картофельный на гов/к/б	150	1.3	1.7	8,58	89,9	86
Тефтели с рисом с мяса говядины	120	8.8	6.5	12.1	215	304
Соус томатный с овощами	30	0.44	2.1	3.8	36.3	367
Кисель	180	0.08	0	20.23	82	401
Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48	1
Итого		14,47	17,08	72,01	597,1	
Ужин						
Запеканка из макарон с творогом	150	9.9	9.5	18.3	229	225
Соус сметанный сладкий	30	0.42	1.5	1.7	22.4	385
Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89	416
Итого		13,47	13,72	32,96	340,4	
Итого за день		32,34	39,29	153,33	1247,1	

Завхоз

Скоб.

Э.Т.Скобелева

Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

Итого за день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Итого за день	Завтрак					
	Каша молочная гречневая	200	5.2	5.87	17.5	140
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Повидло	15	0.4	0.64	3.51	24.18
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		7.03	7.08	40.55	283.8
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Рассольник на гов/к/буль	250	2,0	5.11	16.9	222.0
	Сметанный соус	50	0.7	2.4	2.9	37.05
	Котлеты, из мяса говядины	80	12.44	9.24	12.5	183
	Гороховое пюре	110	10.9	6.19	35.5	220
	Кисель	200	0.088	0	22.47	92
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140.0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
	Итого		31,2	31,7	119,2	946,0
	Полдник					
	Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157
	Горошек консервированный	30	4,42	0,35	12.58	23
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9
	Кофейный напиток с сахаром	200	2.6	2.4	11.7	50
	Итого		16,44	21,68	38,29	345,9
	Итого за день		56,56	66.21	229,24	1748,7

Завхоз

Скоб.

Э.Т.Скобелева

Итого за день	Наименование блюда	Ве с бл юд а	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	Нормат.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за день	Завтрак						
	Каша молочная гречневая	150	4,82	5,08	16,84	132,0	199
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
	Повидло	10	0.27	0.43	2.34	16.12	5
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22	411
	Итого		6.22	5.96	33.81	239.7	
	Второй завтрак						
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56	386
	Обед						
	Рассольник на гов/к/буль	150	1.3	1.7	8,58	171.5	№82/375
	Сметанный соус	30	0.42	1.5	1.7	22.4	375
	Котлеты, из мяса говядины	60	9.32	7.07	9.6	139	299
	Гороховое пюре	90	10.5	6,11	29,8	190	БОБ0199
	Кисель	180	0.08	0	20.23	82	401
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48	1
	Итого		25.87	23.56	107	834.8	
	Ужин						
	Омлет натуральный	85	5.76	11.07	1.14	127	237
	Горошек консервированный	30	4,42	0,35	12.58	23	10
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9	1
	Кофейный напиток с сахаром	150	2.34	2.0	10.63	45	414
	Итого		14.42	18.88	36.85	310.9	
	Итого за день		46.91	48.8	187.46	1441.4	

Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 неделя 5 день-Пятница 3 - 7 лет	Завтрак					
	Каша молочная геркулесовая	200	3.42	6.5	21.78	148
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.065	33
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		4,89	10.69	41.38	300.5
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Суп вермишелевый на курином бульоне	220	5.87	11.52	17.07	220,6
	Капуста тушеная с мясом кур	200	4.13	8.09	23.57	230.2
	Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
	Итого		15,56	28,69	94,96	748,8
	Полдник					
	Сок натуральный	100	0.66	0.27	15.7	65
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Запеканка из печени с рисом	180	22.47	9.14	24.73	271,0
	(или биточки из печени)	80	12.45	4.7	9.8	159.4
	Хлеб пшеничный	30	1.9	5.46	12,5	115.9
	Кофейный напиток с сахаром	200	2.6	2.4	11.7	50
	Итого		26.97	17.0	48.93	436.9
	Итого за день		49,93	52,39	225,16	1702,2
5-день-Пятница 1-3 года	Завтрак					
	Каша молочная геркулесовая	150	3.11	5.47	21.03	145
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6
	Масло сливочное	5	0.04	3,62	0,065	33
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22
	Итого		4.28	9.54	35.72	269.6
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	4.4	8.6	12.8	195,5
	Капуста тушеная с мясом кур	150	3.09	6.06	17.6	185,5
	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48
	Итого		11,74	21,46	82,69	656,9
	Ужин					
	Запеканка из печени с рисом	150	18.59	7.4	20.51	223,0
	(или биточки из печени)	60	6.3	3.2	7.2	134.5
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9
	Кофейный напиток с сахаром	150	2.34	2.0	10.63	45
	Итого		22.83	14.86	43.64	383.9
	Итого за день		39,25	46,26	171,85	1366,4

Завхоз

Скоф.

Э.Т.Скобелева

Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

Утверждаю
Заведующий МКДОУ №6 «Радуга»
Гришина Е.В.
Приказ № 28-ОД от 03.02.2025

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
2 недели 6-день-Понедельник 3 - 7 лет	Завтрак					
	Каша рисовая молочная	200	4.4	4.09	26.9	151
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Сыр	15	3.48	4.41	14.9	54
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		9.31	9.07	61.34	324.5
	Второй завтрак					
	Сок натуральный	150	0.66	0.27	15.7	65
	Печенье	25	1.45	5.34	14.45	112
	Обед					
	Суп фасолевый на кур/б	250	7.17	0.87	23.6	181.0
	Омлет с мясом курицы.	160	8,14	11.2	3.22	220.5
	Горошек консервированный	30	4,42	0,35	12.58	23
	Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
	Итого		25.29	21.2	93.72	722.5
	Полдник					
	Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Пирожок с картошкой	85	6.6	6.1	40.5	220.2
	Кофейный напиток с сахаром	200	2.6	2.4	11.7	50
	Итого		9.2	8.5	52.2	270.2
	Итого за день		47,4	49,73	258,85	1611,2

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
6-день Понедельник 1-3 года	Завтрак						
	Каша рисовая молочная	150	4.1	3.89	24.8	145	199
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
	Сыр	10	2.32	2.94	11.2	36	7
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22	411
	Итого		7,55	7,28	50,63	272,6	
	Второй завтрак						
	Сок натуральный	150	0.66	0.27	15.7	65	418
	Печенье	25	1.45	5.34	14.45	112	
	Обед						
	Суп фасолевый на кур/б	150	5.3	0.65	17.7	125.2	№87, №93.
	Омлет с мясом курицы.	140	6.7	9.8	2.9	195.8	234
	Горошек консервированный	30	4,42	0,35	12.58	23	10
	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	394
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48	1
	Итого		20.67	17.6	85.47	619.9	
	Ужин						
	Пирожок с картошкой	65	4.9	4.4	30.1	183.1	437
	Кофейный напиток с сахаром	150	2.34	2.0	10.63	45	414
	Итого		7.24	6.4	40.73	228.1	
	Итого за день		37.52	36.87	201.95	1277.6	

Завхоз

Скобел-
ева

Э.Т.Скобелева

Утверждаю



Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
2 неделя 7-день Вторник 3 - 7 лет	Завтрак					
	Каша молочная пшенная	200	4.59	4.9	31.26	187
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	33
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		6.06	9.09	50.86	339.5
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Суп рисовый на кур.бульоне	250	2,1	2.8	12.5	121,7
	Гуляш с мяса курицы	100	12.8	10.3	3.3	157.5
	Гречка отварная	100	2.4	2.5	10.8	75.3
	Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
	Итого		22.86	24.38	80.92	652.5
	Полдник					
	Сок натуральный	100	0.66	0.27	15.7	65
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Рыба запеченная в омлете	120	20.5	7.1	5.1	168
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9
	Кофейный напиток с сахаром	200	2.6	2.4	11.7	50
	Итого		25.0	14.96	29.3	333.9
	Итого за день		56,43	54,44	201,03	1541,9

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	Норцепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
7 день - Вторник 1-3 года	Завтрак						
	Каша молочная пшенная	150	3.46	4.57	24.7	154	199
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	33	13
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22	411
	Итого		4,63	8,64	39,39	278,6	
	Второй завтрак						
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56	386
	Обед						
	Суп рисовый на кур.бульоне	150	1.3	1.7	8,58	90,7	86
	Гуляш с мяса курицы	90	11.5	9.2	2.9	141.7	293
	Гречка отварная	80	3.09	3.13	13.5	94.2	179
	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	394
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48	1
	Итого		20.14	20.83	77.27	602.5	
	Ужин						
	Рыба запеченная в омлете	100	17.1	5.9	4.2	140	263
	Хлеб пшенич.	30	1.9	5.46	12,5	115.9	1
	Кофейный напиток с сахаром	150	2.34	2.0	10.63	45	414
	Итого		21.34	13.36	27.33	300.9	
	Итого за день		46.51	43.23	153.79	1238.0	

Завхоз

Скоб.

Э.Т.Скобелева



Возрастная категория 1-3 года

2 неделя 8-день-Среда 3 - 7 лет

8-день-Среда 1-3 года

Скопје.

Э.Т.Скобелева



Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
2 неделя 9-день-Четверг 3 - 7 лет	Завтрак					
	Каша молочная гречневая	200	5.2	5.87	17.5	140
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Повидло	15	0.4	0.64	3.51	24.18
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		7.03	7.08	40,55	283,8
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Щи из свежей капусты с картофелем на гов.бульоне	200	4.36	8,86	15.35	197.9
	Сметанный соус	50	0.7	2.4	2.9	37.05
	Фрикадельки мясные с говядины	70	11.59	7.9	8.1	149
	Свекла тушенная	100	0.15	3.4	8.8	71
	Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140.0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10.02	52
	Итого		22.36	31.34	89.47	752.95
	Полдник					
	Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Булочка домашняя	80	6.6	6.1	40.5	220.2
	Какао с молоком	150	3.67	3.19	15.82	107
	Итого		10.27	9.29	56.32	327.2
	Итого за день		41,55	53,46	217,58	1536,95
9-день-Четверг 1-3 года	Завтрак					
	Каша молочная гречневая	150	4,82	5,08	16,84	132,0
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6
	Повидло	10	0.27	0.43	2.34	16.12
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22
	Итого		6.22	5.96	33.81	239.7
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Щи из свежей капусты с картофелем на гов.бульоне	150	5.4	7.93	14.09	158,9
	Сметанный соус	30	0.42	1.5	1.7	22.4
	Фрикадельки мясные с говядины	50	8.6	5.7	5.9	110
	Свекла тушенная	90	0.14	3.3	8.6	69
	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9.8	48
	Итого		18.81	25.23	82.58	636.2
	Ужин					
	Булочка домашняя	65	4.9	4.4	30.1	183.1
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89
	Итого		8,05	7,12	43.06	272.1
	Итого за день		33.48	38.71	169.25	1204.0

Завхоз

Скоб-

Э.Т.Скобелева

Возрастная категория 3-7 лет

Возрастная категория 1-3 года

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
2 неделя 10 день-Пятница 3 - 7 лет	Завтрак					
	Каша молочная геркулесовая	200	3.42	6.5	21.78	148
	Батон	35	1.37	0.55	9.55	89.5
	Масло сливочное	5	0.04	3,62	0,065	33
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.99	30
	Итого		4,89	10.69	41.38	300.5
	Второй завтрак					
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56
	Обед					
	Суп гороховый на говяж.буль.	250	7.17	0.87	23.6	131.0
	Голубцы ленивые с мяса говядины	190	13.45	8.5	19.54	208.9
	Соус томатный с овощами	50	0.7	3.5	6.2	59.9
	Компот из сушеных фруктов	200	0.48	0.023	25.4	106
	Хлеб пшенич.	60	3.1	8.4	18.9	140,0
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52
	Итого		26.88	21.65	103.66	697.8
	Полдник					
	Чай сладкий	200	0,04	0,01	6,99	22
	Печенье	20	1,45	5,34	14,45	95
	Ужин					
	Макароны отварные с сыром	200	11.17	10.28	31.78	262
	Кофейный напиток с сахаром	200	2.6	2.4	11.7	50
	Итого		13.77	12.68	43.48	312
	Итого за день		47.43	50.77	219.76	1483.3

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энерге- тическая ценность	Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
10 день-Пятница 1-3 года	Завтрак						
	Капа молочная геркулесовая	150	3.11	5.47	21.03	145	199
	Батон	30	1.09	0.44	7.64	69.6	1
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	33	13
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	22	411
	Итого		4.28	9.54	35.72	269.6	
	Второй завтрак						
	Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	56	386
	Обед						
	Суп гороховый на говяж.буль.	150	5.3	0.65	17.7	98.2	87
	Голубцы ленивые с мяса говядины	155	10.13	6.38	15.02	168.6	314
	Соус томатный с овощами	30	0.44	2.1	3.8	36.3	367
	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	394
	Хлеб пшенич.	50	2.1	6.46	17.5	125.9	1
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,32	9,8	48	1
	Итого		20.12	15.93	88.81	579.00	
	Ужин						
	Макароны отварные с сыром	150	8.3	7.7	23.08	198	220
	Кофейный напиток с сахаром	150	2.34	2.0	10.63	45	414
	Итого		10.64	9.7	33.71	243.0	
	Итого за день		35.44	35.57	168.04	1147.6	

Завхоз

Скоб.

Э.Т.Скобелева