

ООО «Общепит — Юг»

346513, Ростовская область, г. Шахты, ул. Монова 112, Тел. 26 - 54 - 32.

Тел. 8 - 919 - 875 - 02 - 25. ИНН 6155923098 КПП 615501001

Согласовано: _____ 10.01.2022г.

Утверждаю 10.01.2022г.

Заведующий Мирошник Н.И.

Директор ООО «Общепит-Юг»

Александр Александрович Зорьков

Полупанов Сергей Николаевич

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

Возрастная категория 3-7 лет, режим пребывания 10ч

Возрастная категория 3-7 лет, режим пребывания 12ч

(осенне-зимнее)

18.08.24 г. 36-2 Мартыновская (должность)
 (ФИО)
 18.08.24 г. (дата)



ООО "Общепит-Юг"
 Директор (должность)
 Полупанов СН (ФИО)
 18.08.24 г. (дата)



Категория: сад 12ч

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
День 1							
274	ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	180	6,48	6,34	18,18	152,05
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
503	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			430	9,88	11,44	50,88	336,12
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
88/ту	ОБЕД	Суп с макаронными изделиями на кур, бул,	180	4,03	4,03	16,27	115,96
319/ту	ОБЕД	Птица тушеная в соусе с овощами	150	8,85	13,23	14,43	209,49
121	ОБЕД	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит, С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			640	19,11	23,28	81,76	606,72
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
561	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	11,74	8,85	35,49	269,83
268	УЖИН	Каша манная молочная жидкая	200	4,32	5,00	33,80	197,48

509	УЖИН	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	9,47	10,86	76,13	440,82
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1980	51,2	54,43	264,46	1737,93
День 2							
262	ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая молочная	150	8,25	9,15	8,85	150,75
505	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
118	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			485	12,59	16,15	40,48	358,4
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
137	ОБЕД	Суп картофельный с фрикадельками (мясными) 155/25	180	4,00	5,92	7,47	99,56
428	ОБЕД	Капуста тушеная	130	4,68	5,46	1,82	121,94
299	ОБЕД	Котлеты рубленые (мясные)	70	3,64	2,24	31,64	147,28
51.	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,90	3,30	5,04	53,40
520	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	18,31	17,67	89,31	627,47
327	ПОЛДНИК	Сырники из творога запеченные с соусом молочным 100/73	173	3,93	11,20	14,30	173,72
535	ПОЛДНИК	Кефир,	180	5,22	4,50	7,20	95,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			353	9,15	15,7	21,5	269,12
201	УЖИН	Ргу из овощей	200	5,00	10,20	11,80	201,00
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
306	УЖИН	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
100	УЖИН	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	15,56	22,88	39,02	458,81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2198	56,61	72,4	210,51	1798,24
День 3							
273	ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	160	1,60	1,76	19,52	100,30
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
508	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,62	2,94	16,80	118,48
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			420	7,39	8,56	62,25	366,6

118	ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,5	0,1	22,07	96
150	ОБЕД	Суп картофеля́льный с бобовыми(фасолью) на курб	180	6,46	6,75	10,51	128,65
297	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	130	2,39	0,16	20,40	76,95
410	ОБЕД	Курица в соусе томатном	80	8,64	8,96	10,88	158,71
17	ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,02	7,98	3,06	88,80
526	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит.С	180	0,14	0,14	17,01	68,08
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
176	ОБЕД	Гренки из пшеничного хлеба	25	2,81	0,33	17,43	83,55
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			685	23,44	24,68	89,31	656,94
580	ПОЛДНИК	Булочка "Осенняя"	70	4,13	3,04	31,57	170,20
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	9,35	7,54	40,21	267,4
208	УЖИН	Картофель, запеченный в сметанном соусе	200	9,00	11,00	23,64	229,56
503	УЖИН	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
97	УЖИН	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			455	14,2	17,84	51,97	423,77
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1910	55,88	58,72	265,81	1810,71
День 4							
266	ЗАВТРАК	Каша манная) молочная жидкая	180	2,09	2,70	19,62	111,13
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
505	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
118	ЗАВТРАК	Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			510	4,63	7,96	55,62	308,64
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
136	ОБЕД	Свекольник (с мясом, сметана)154/18/8	180	4,39	5,11	13,03	115,79
348	ОБЕД	Рыба, тушеная в сметанном соусе	80	9,24	10,58	8,79	167,31
243	ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	130	3,51	2,90	12,64	90,68
10	ОБЕД	салат из зеленого горошка (консервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80
527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит. С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	23,72	21,86	84,02	625,45

579	ПОЛДНИК	Коржик молочный	70	4,69	4,83	25,20	163,03
535	ПОЛДНИК	Снежок сладкий	180	5,40	4,50	9,36	99,90
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	10,09	9,33	34,56	262,93
241	УЖИН	Голубцы овощные с соусом молочным125/75	200	6,10	11,80	23,82	225,88
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	11,87	18,88	65,27	478
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2110	51,31	58,03	259,67	1759,46

День 5

325	ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный(соус молочный100/73)	173	3,93	9,20	14,20	155,32
509	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			408	10,59	17,8	37,23	351,49
118	ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,5	0,1	22,07	96
162	ОБЕД	Суп-лапша домашняя (курицей)155/25	180	1,58	3,65	17,57	113,38
164/ту	ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный с томатом)100/50	150	11,10	7,95	39,50	273,95
12/ту	ОБЕД	салат из кукурузы (косервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65
520	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			570	18,45	15,36	99,51	618,77
607	ПОЛДНИК	Вафли	70	1,54	5,74	26,67	164,50
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	6,76	10,24	35,31	261,7
290	УЖИН	Пудинг манный	180	5,42	9,63	11,72	155,20
490	УЖИН	Молоко стуженное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
503	УЖИН	Чай с сахаром	2005	0,20	0,00	15,02	58,76
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	10,5	13,12	64,25	415,11
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1838	47,8	56,62	258,37	1743,07

День 6

297	ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,53	88,78
513	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51

306	ЗАВТРАК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
121	ЗАВТРАК	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			480	14,46	18,2	55,37	417,99
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
133	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем на кур/б	180	3,28	4,30	9,04	86,20
411	ОБЕД	Плов из отварной птицы	150	11,43	11,37	33,09	280,41
53	ОБЕД	Салат из свеклы с соевыми отруцями	60	1,14	5,34	4,62	71,40
526	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит,С	180	0,14	0,14	17,01	68,08
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			640	21,01	21,83	93,46	652,29
561	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	11,74	8,85	35,49	269,83
254	УЖИН	Каша гречневая вязкая молочная	200	5,72	4,32	36,82	209,04
505	УЖИН	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	8,15	8,18	77,95	416,86
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2030	56,36	57,06	282,47	1841,41
День 7							
268	ЗАВТРАК	Каша "Дружба"(пшено,рис) молочная	150	1,80	3,30	30,30	158,08
509	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
118	ЗАВТРАК	Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			485	8,86	12,30	6313,00	401,25
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
139	ОБЕД	Рассольник ленинградский (с мясом)(сметаной)154/18/8	180	4,28	6,17	12,65	123,82
304т	ОБЕД	Тефтели мясные (молочный соус)	80	6,20	6,80	24,96	185,84
434	ОБЕД	Картофельное пюре	130	2,82	3,35	16,21	106,31
10	ОБЕД	салат из зеленого горошка (ксервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80

527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит, С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			680	19,12	19,51	98,46	644,14
331	ПОЛДНИК	Вареники ленивые со сметанным соусом 100/73	173	10,20	8,20	16,20	179,39
535	ПОЛДНИК	Кефир,	180	5,22	4,50	7,20	95,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			353	15,42	12,7	23,4	274,79
222	УЖИН	Котлеты капустные (с сливочным маслом) 190/10	200	9,00	12,92	21,40	237,88
503	УЖИН	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
100	УЖИН	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			455	12,98	17,98	59,72	445,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2173	57,38	62,49	264,91	1850,52
День 8							
254	ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая молочная	180	3,35	2,09	34,94	171,94
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
503	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			440	5,72	5,95	75,89	378,52
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,5	0,1	22,07	96
149	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми гороховый (с мясом) 162/18	180	4,81	2,52	19,42	119,59
297	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	130	2,39	0,16	20,40	76,95
417	ОБЕД	Котлеты (куриные) припущенные	70	10,43	11,19	8,10	174,85
427	ОБЕД	Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06	88,80
520	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			680	22,98	22,52	89,4	641,98
585	ПОЛДНИК	Булочка молочная	70	3,16	6,64	23,24	165,40
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	8,38	11,14	31,88	262,6
82	УЖИН	Винегрет овощной	180	9,90	13,50	18,61	235,55
306	УЖИН	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	11,54	89,14

115	УЖИН	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			450	20,56	21,68	40,87	439,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1920	59,14	61,39	260,11	1818,99
День 9							
319	ЗАВТРАК	Запеканка из творога(с соусом молочным)100/73	173	2,10	4,20	28,10	158,60
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
505	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 182/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
118	ЗАВТРАК	Флоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			508	6,44	11,2	59,73	366,25
537	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44
133	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем (с мясом)	180	4,00	5,92	7,47	99,56
261ту	ОБЕД	Рыба, тушенная с овощами	80	8,40	7,44	20,08	180,88
431	ОБЕД	Картофель отварной	130	2,57	6,36	16,76	131,31
78	ОБЕД	Икра свекольная	60	1,73	3,71	5,18	59,58
526	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит,С	180	0,14	0,14	17,01	68,08
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	21,1	24,17	91,28	662,11
579	ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	70	2,40	5,68	26,74	167,72
535	ПОЛДНИК	Снежок сладкий	180	5,40	4,50	9,36	99,90
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	7,8	10,18	36,1	267,62
275	УЖИН	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)(молочная)	200	8,08	10,04	37,74	274,36
503	УЖИН	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
100	УЖИН	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			450	11,48	15,14	70,44	458,43
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2025	47,82	60,69	277,75	1838,85
День 10							
171	ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,32	2,60	22,30	125,89
509	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			420	9,5	9,7	56,38	346,72
118	ЗАВТРАК 2	Флоды свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00

ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:						
146	ОБЕД	Суп картофельный с клецками (с курицей)	100	1,5	0,1	22,07
		Запеканка из печени с рисом (соус сметанный)	180	1,80	4,86	115,02
311/гу	ОБЕД	)100/50	150	13,10	12,50	22,20
		Икра кабачковая(промышленного производства)				253,70
121	ОБЕД		60	1,14	5,34	4,62
527	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит, С	180	0,07	0,00	16,74
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			630	20,37	23,3	84,36
609	ПОЛДНИК	Печенье	40	1,40	2,32	26,65
15	ПОЛДНИК	конфеты (мармелад)	45	1,09	1,33	6,91
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			265	7,71	8,15	42,2
201	УЖИН	Рагу из овощей	200	5,00	10,20	11,80
513	УЖИН	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	11,54
114	УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	10,77	17,28	49,27
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1875	49,85	58,53	254,28
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			20059	543,35	600,36	26198,34
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:суточная потребность в веществах энергии1800ккал в сут. Для детей от3х до8л			2005,9	54,335	60,036	261,834
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				12,00	30,05	58,10
						1800,1

Рецептуры с пометкой/иоп рецептуры на основе нежеуказанных справочников
Сборник нормативов и рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций "ООО Уральский региональный центр питания"
А.Я. Перевалов 2013г
Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных организациях Могилыный М.П.2016г

Пронумеровано, прошнуровано

и скреплено печатью

9 (дев. лист) листов

Директор _____

Полупанов С.Н.

