

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

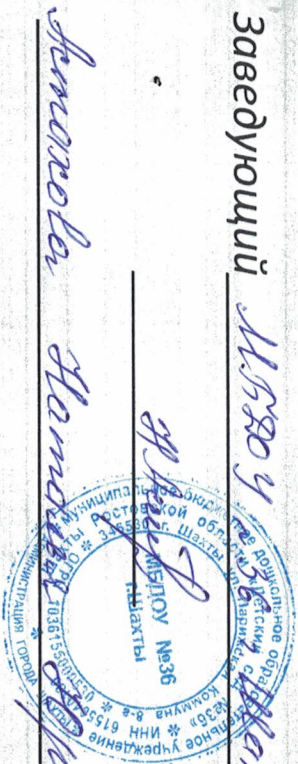
Согласовано: _____

11.04.2022г.

Утверждаю 11.04.2022г.

Заведующий Мещеряков

Директор ООО «Общепит-Юг»



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)

[illegible]

ООО "Общепит-Юг" УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ (должность)

Полупанов С.Н. _____ (ФИО)

_____ (дата)

Категор
Дети от 3х до 7 лет сад 12ч
рия:

№ рецепт уры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
День 1							
274.	ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	180	4,86	7,74	29,16	206,46
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
411ту	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			410	6,94	12,6	51,18	340,57
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,	200	4,48	4,48	18,08	128,84
319/ту	ОБЕД	Птица тушенная в соусе с овощами	150	7,35	11,73	13,80	190,17
121	ОБЕД	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
394/ту	ОБЕД	Компот из сушеных фруктов + вит. С	200	0,08	0,00	14,60	55,58
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:			670	17,31	22,15	75,88	568,69
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
440ту	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	12,32	9,35	36,45	280,63
268.	УЖИН	Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	32,78	205,00
416ту	УЖИН	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98

114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
102	ужин	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	10,69	11,93	89,15	507
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1990	48,26	56,03	272,86	1781,33
День 2							
262.	ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая молочная	170	4,33	4,33	31,81	173,38
412ту.	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			405	8,27	10,93	49,66	320,03
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	210,30	95,00
157/г	ОБЕД	Уха рыбацкая	200	8,22	2,60	14,52	114,36
290ту	ОБЕД	Мясо тушеное с овощами в соусе	150	12,90	13,80	38,27	322,86
17.	ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,02	7,98	3,06	88,80
520.	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	200	0,12	0,12	20,18	80,82
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:			680	27,28	25,18	105,73	753,04
327.	полдник	Сырники из творога запеченные с соусом молочным 100/73	173	4,20	9,20	15,70	162,39
535.	полдник	Кефир,	180	5,80	5,00	8,00	106,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			353	10	14,2	23,7	268,39
362ту	ужин	Рагу из овощей	150	2,25	5,25	8,86	92,10
414ту	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
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	15,85	18,25	55,76	443,91
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1968	62,89	70,29	251,56	1875,84
День 3							
199ту	ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	170	6,70	5,07	17,87	143,85
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
416ту	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			410	9,85	10,47	54,56	351,85
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	21,03	95,00

73ту	ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем на м/б(сметана)	200	5,98	6,22	6,00	103,90
375.	ОБЕД	Плов из отварного мяса	150	20,85	13,86	17,16	273,72
12/ту	ОБЕД	салат из кукурузы (косервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65
390/ту.	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит, С	200	0,16	0,16	14,90	60,48
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:			655	33,22	24,02	69,53	623,5
452	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	70	4,98	2,37	36,30	188,73
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	10,78	7,37	45,9	296,73
208.	ужин	Картофель, запеченный в сметанном соусе	200	1,44	12,54	3,14	132,22
411ту	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
97	ужин	Бутерброды с сыром 15/5/15	35.	3,68	6,60	6,63	100,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			475	8,36	19,46	40,47	370,47
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1890	63,71	61,42	232,53	1738,55

День 4

268.	ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	32,78	205,00
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
412ту.	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			410	6,64	11,07	55	341,51
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)172/20/8	200	4,88	5,68	11,02	114,66
272ту.	ОБЕД	Котлеты рыбные любительские	80	11,15	2,58	15,23	125,09
419.	ОБЕД	Рис отварной	130	1,43	2,47	12,74	78,91
42ту	ОБЕД	Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06	88,80
394/ту.	ОБЕД	Компот из сушеных фруктов + вит, С	200	0,08	0,00	14,60	55,58
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:			740	23,58	19,39	86,35	609,24
498ту	ПОЛДНИК	Коржик молочный	70	4,69	4,83	25,20	163,03
535.	ПОЛДНИК	Снежок сладкий 2,5%	180	6,00	5,00	10,40	111,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	10,69	9,83	35,6	274,03

241.	ужин	Голубцы овощные с соусом молочным	180	1,89	4,68	21,42	135,36
414ту	ужин	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
102	ужин	Хлеб пшеничный	40	0,85	3,62	19,25	113,02
	ужин	Бутерброды с повидлом 20/5/15	460	9,38	11,84	75,87	446,68
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			2080	51,29	52,13	273,02	1755,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
День 5							
249ту	ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный(соус молочный)100/73	173	13,62	9,52	29,23	257,08
416ту/	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 20/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 20/5/15	408	19,6	17,9	53,3	452,71
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:							
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	8,74	10,50	16,82	198,46
94ту	ОБЕД	Суп-лапша домашняя (курицей)175/25					
164/ту	ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный с томатом)100/50	150	11,10	7,95	15,11	176,39
51/	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,90	3,30	5,04	53,40
520.	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	200	0,12	0,12	20,18	80,82
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	ОБЕД	Хлеб пшеничный	690	26,64	22,63	91,77	678,77
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:							
472ту	полдник	булочка "К чаю"	70	1,32	4,92	18,06	126,60
534	полдник	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	7,12	9,92	27,66	234,6
290.	ужин	Пудинг маннй	180	1,98	5,58	36,36	203,40
490	ужин	Молоко стуженное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
411ту	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	ужин	Хлеб пшеничный	470	7,82	9,15	89,81	471,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			1918	62,68	59,7	284,61	1881,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
День 6							
297.	ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,53	88,78
414ту	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	200	3,64	4,78	10,04	95,78
411.	ОБЕД	Плов из отварной птицы	150	7,65	13,65	4,20	170,23
42ту	ОБЕД	Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06	88,80
390/ту.	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит.С	200	0,16	0,16	14,90	60,48
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	18,25	27,33	66,82	584,99
440ту	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	12,32	9,35	36,45	280,63
182ту	УЖИН	Каша гречневая вязкая молочная	180	5,15	3,89	31,34	180,94
412ту	УЖИН	Чай с лимоном193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00
102	УЖИН	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
114.	УЖИН	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	9,3	7,83	81,49	433,96
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2080	55,33	62,71	260,33	1802,01
День 7							
266.	ЗАВТРАК	Каша "Дружба"(пшено,рис) молочная	170	2,04	3,74	24,14	138,36
416ту	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром15/5/15	35/5/15	3,68	6,60	6,63	100,65
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			405	8,02	12,12	48,21	333,99
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсинны)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	21,03	95,00
156.	ОБЕД	Супл картофельный с рыбой	200	4,94	3,10	9,10	84,06
304ту.	ОБЕД	Тефтели мясные	80	10,22	15,42	24,46	278,26
434.	ОБЕД	Картофельное пюре	130	2,82	3,35	13,61	95,91
10ту	ОБЕД	салат из зеленого горошка (ксервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80
394/ту	ОБЕД	Компот из сушеных фруктов + вит. С	200	0,08	0,00	14,60	55,58
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:									
331.	полдник	Вареники ленивые со сметанным соусом 100/73	173	10,20	8,20	25,06	89,67	678,31	
535.	полдник	Кефир,	180	5,80	5,00		8,00	106,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:									
222.	ужин	Котлеты капустные (с сливочным маслом)	200	2,24	3,98		42,46	214,62	
411ту	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00		11,02	43,60	
100	ужин	Бутерброды с маслом 22/8	30.	1,88	4,86		11,00	90,51	
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32		19,68	94,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:									
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			470	7,36	9,16		84,16	442,73	
День 8			2048	56,68	61,27		256,95	1806,89	
182ту	ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая молочная	180	5,15	3,89		31,34	180,94	
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62		19,25	113,02	
412ту	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 193/7	200	0,26	0,00		11,22	46,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:									
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50		21,03	95,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:									
149.	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми гороховый на м/б	200	3,34	2,40		13,58	89,28	
374.ту	ОБЕД	Жаркое по-домашнему	150	4,65	6,30		37,68	224,67	
51	ОБЕД	салат из свеклы отварной	60	0,90	3,30		5,04	53,40	
520.	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	200	0,12	0,12		20,18	80,82	
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:									
457ту	полдник	Булочка российская	70	4,89	4,47		27,85	171,21	
534	полдник	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00		9,60	108,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:									
82.	ужин	Винегрет овощной	250	10,69	9,47		37,45	279,21	
306	ужин	Яйца вареные	180	7,00	5,20		37,78	225,92	
414ту	ужин	Кофейный напиток с молоком	40	5,08	4,60		0,70	63,00	
114.	ужин	Хлеб пшеничный	200	3,60	3,22		15,52	104,30	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:									
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			480	18,72	13,34		73,68	487,22	
			1900	50,68	45,18		295,85	1791,26	

День 9							
322.	ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом (соус молочный)100/73	173	6,09	4,20	27,32	169,42
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
414ту	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			408	13,37	14,02	49,47	374,37
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)172/20/8	200	4,76	6,86	12,20	129,22
274ту	ОБЕД	Шницель рыбный натуральный с сливочным маслом	80	7,60	6,64	12,08	138,48
431.	ОБЕД	Картофель отварной	130	2,57	6,36	11,44	113,27
78.	ОБЕД	Икра свекольная	60	1,73	3,71	5,18	59,58
390/ту	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит,С	200	0,16	0,16	14,90	60,48
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:			730	21,08	24,33	80,58	623,73
450ту	ПОЛДНИК	Булочка ванильная	70	2,40	5,68	26,74	167,72
535	ПОЛДНИК	Снежок сладкий 2,5%	180	5,99	5,00	10,40	111,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	8,4	10,68	37,14	278,72
275.	ужин	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)(молочная)	200	2,00	10,40	20,04	181,76
411ту	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
100	ужин	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	7,12	15,58	61,74	409,87
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2058	50,97	64,61	249,13	1771,13
День 10							
171.	ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	2,00	8,82	29,48	205,30
416ту	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			430	6,18	15,46	57,92	390,79
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	21,03	95,00

146.	ОБЕД	Суп картофельный с клецками (с курицей) 175/25	200	2,00	5,40	17,80	127,80
311/ту	ОБЕД	Запеканка из печени с рисом (соус сметанный) 100/50	150	5,10	11,00	25,21	220,24
121	ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
394/ту	ОБЕД	Компот из сушеных фруктов + вит, С	200	0,08	0,00	14,60	55,58
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:			670	12,58	22,34	87,01	597,72
609.	полдник	Печенье	40	1,61	4,47	12,29	93,73
15.	полдник	конфеты (мармелад)	45	1,09	1,33	6,91	43,47
534	полдник	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			265	8,5	10,88	27,9	245,1
201.	ужин	Рагу из овощей	150	2,25	5,25	8,86	92,10
513.	ужин	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
102	ужин	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
306	ужин	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	14,82	17,01	64,01	466,42
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1935	43,58	65,79	258,91	1796,03
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			19687	546,07	599,13	2615,75	18000,07
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД			1968,7	54,607	59,913	261,575	1800,007
Потребность (суточная) а пищевых веществах, энергии				54,00	60,00	261,00	1800,01
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				12,00	30,00	58,00	1800,007

Рецептуры с пометкой/и/оп рецептуры на основе нежеуказанных справочников

Сборник нормативов и рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций "ООО Уральский региональный центр питания"

А.Я. Перевалов 2013г

Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных организациях Могилынский М.П. 2016г

№ рецепт уды	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.
				Б	Ж	У						
День 1												
274.	ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	180	4,86	7,74	29,16	206,46	0	0	1,386	0	0
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042
411ту	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60	0	0	0,1	0,9	14,46
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			410	6,94	12,6	51,18	340,57	0	0	1,486	0,863	14,502
537.	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0	0	4	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44	0	0	4	0	0
88/ту	ОБЕД	Суп с макаронными изделиями на кур, бул,	200	4,48	4,48	18,08	128,84	0,1	0,06	13,3	0,9	13,58
319/ту	ОБЕД	Птица тушеная в соусе с овощами	150	7,35	11,73	13,80	190,17	0,18	0,21	20,06	2,3	33,96
121	ОБЕД	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,012	0,03	4,2	25	0,42
394/ту	ОБЕД	Компот из сушеных фруктов + вит, С	200	0,08	0,00	14,60	55,58	0	0	0	0	8,88
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
114.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,024	0,024	2,964	0,2	4,413
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			670	17,31	22,15	75,88	568,69	0,316	0,324	40,519	8,05	61,253
534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00	0	0	2,6	0	0
561.	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63	0,231	0,245	0,336	0,8	3,087
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	12,32	9,35	36,45	280,63	0,231	0,245	2,936	0,791	3,087
268.	ужин	Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	32,78	205,00	0	0	1,242	0	0
416ту	ужин	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98	0,06	0,2	1,7	0,6	162,74
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
102	ужин	Бутерброды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	10,69	11,93	89,15	507	0,06	0,2	2,942	0,64	162,74
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1990	48,26	56,03	272,86	1781,33	0,607	0,769	51,883	10,34	241,582
День 2												
262.	ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая молочная	170	4,33	4,33	31,81	173,38	0,136	0,408	1,666	1	262,531
412ту	ЗАВТРАК	Чай с лимоном193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00	0	0,02	2,9	0,9	17,26
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65	0	0	0,001	0	0

ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	405	8,27	10,93	49,66	320,03	0,136	0,428	4,567	1,903	279,79
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
157/т	ОБЕД	Уха рыбацкая	100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
290/ту	ОБЕД	мясо тушеное с овощами в соусе	100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
17.	ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	200	8,22	2,60	14,52	114,36	0,16	0,14	18,32	1,1	25,1
520.	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	150	12,90	13,80	38,27	322,86	0,585	0,18	11	2,5	21,585
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	60	1,02	7,98	3,06	88,80	0	0	0,6	0	1,86
114.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	200	0,12	0,12	20,18	80,82	0	0	3	0,7	17,24
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
327.	полдник	Сырники из творога запеченные с соусом молочным 100/73	173	4,20	9,20	15,70	162,39	0,07	0,14	0,78	0,4	74,05
535.	полдник	Кефир.	180	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	0,34	1,4	0,2	240
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
362.ту	ужин	Рагу из овощей	353	10	14,2	23,7	268,39	0,15	0,48	2,18	0,59	314,05
414/ту	ужин	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	5,25	8,86	92,10	0,195	0,105	33,06	1,1	57,24
306	ужин	Яйца вареные	200	3,60	3,22	15,52	104,30	0	0	1,3	0	0
100	ужин	Бутерброды с маслом 22/8	40	5,08	4,60	0,70	63,00	0	0	0	0	0
114.	ужин	Хлеб пшеничный	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
118	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
73/ту	ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем нам/б(сметана)	200	5,98	6,22	6,00	103,90	0,1	0,04	1,54	1,1	47,66
375.	ОБЕД	Плов из отварного мяса	150	20,85	13,86	17,16	273,72	0,435	0,12	1,35	1,9	26,11
12/ту	ОБЕД	салат из кукурузы (косервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65	0	0	1,52	0	0
390/ту	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит,С	200	0,16	0,16	14,90	60,48	0,02	0	4	0,9	14,48
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
176	ОБЕД	Гренки из пшеничного хлеба	25	2,81	0,33	17,43	83,55	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:												
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ												

279,791	452гу	полдник	Булочка д/машная	70	4,98	2,37	36,30	188,73	0,189	0,196	0,476	0,7	3,822
0	534	полдник	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00	0	0	2,6	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	10,78	7,37	45,9	296,73	0,189	0,196	3,076	0,651	3,822
25,1	208.	ужин	Картофель, запеченный в сметанном соусе	200	1,44	12,54	3,14	132,22	0,02	0,06	0,18	0,1	41,96
21,585	411гу	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60	0	0	0,1	0,9	14,46
1,86	114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
17,24	97	ужин	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65	0	0	0,001	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			475	8,36	19,46	40,47	370,47	0,02	0,06	0,281	1	56,42
0	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1890	63,71	61,42	232,53	1738,55	1,011	0,769	24,708	7,283	437,666
65,785	День 4												
74,05	268.	завтрак	Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	32,78	205,00	0	0	1,242	0	0
0	100	завтрак	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042
240	412гу	завтрак	Чай с лимоном193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00	0	0,02	2,9	0,9	17,26
314,05	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			410	6,64	11,07	55	341,51	0	0,02	4,142	0,903	17,302
57,24	537.	завтрак 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0	0	4	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44	0	0	4	0	0
0	136.	обед	Свекольник (с мясом, сметана)172/20/8	200	4,88	5,68	11,02	114,66	0	0	0,045	0	0
0,042	272гу	обед	Котлеты рыбные любительские	80	11,15	2,58	15,23	125,09	0,136	0,152	0,752	0,9	24,064
57,282	419.	обед	Рис отварной	130	1,43	2,47	12,74	78,91	0	0	7,28	0	0
716,908	42гу	обед	Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06	88,80	0	0	2,64	0	0
0	394/гу	обед	Компот из смеси сухофруктов + вит. С	200	0,08	0,00	14,60	55,58	0	0	0	0	8,88
126,429	115	обед	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
0	114.	обед	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
162,74	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			740	23,58	19,39	86,35	609,24	0,136	0,152	10,717	0,952	32,944
289,169	498гу	полдник	Коржик молочный	70	4,69	4,83	25,20	163,03	0	0	0,091	0	0
0	535.	полдник	Снежок сладкий 2,5%	180	6,00	5,00	10,40	111,00	0	0	1,4	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	10,69	9,83	35,6	274,03	0	0	1,491	0	0
47,66	241.	ужин	Голубцы овощные с соусом молочным	180	1,89	4,68	21,42	135,36	0,324	0,234	51,68	1,4	150,876
26,115	414гу	ужин	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30	0	0	1,3	0	0
14,48	114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
0	102	ужин	Бутерброды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02	0	0	0	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	9,38	11,84	75,87	446,68	0,324	0,234	52,978	1,404	150,876
0	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2080	51,29	52,13	273,02	1755,9	0,46	0,406	73,328	3,259	201,122
8,255	День 5												

249ту	ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный(соус молочный)100/73	173	13,62	9,52	29,23	257,08	0,1	0,15	0,75	0,9	87,63
416ту.	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98	0,06	0,2	1,7	0,6	162,74
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65	0	0	0,001	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			408	19,6	17,9	53,3	452,71	0,16	0,35	2,451	1,55	250,37
118	ЗАВТРАК 2	Флоды свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
94ту	ОБЕД	Суп-лапша домашняя (курицей)175/25	200	8,74	10,50	16,82	198,46	0,005	0,006	0,072	0	1,232
164/ту	ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный с томатом)100/50	150	11,10	7,95	15,11	176,39	0,23	0,78	31,7	3,2	25,18
51/	ОБЕД	Салат из свежлы отварной	60	0,90	3,30	5,04	53,40	0	0	5,7	0	0
520.	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	200	0,12	0,12	20,18	80,82	0	0	3	0,7	17,24
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	26,64	22,63	91,77	678,77	0,235	0,786	40,4723,929	43,652	
472ту	полдник	Вафли	70	1,32	4,92	18,06	126,60	0	0	0,36	0	0
534	полдник	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00	0	0	2,6	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	7,12	9,92	27,66	234,6	0	0	2,96	0	0
290.	УЖИН	Пудинг манный	180	1,98	5,58	36,36	203,40	0,09	0,18	0,594	1	84,51
490	ужин	Молоко сгущенное	50	2,60	3,25	22,75	130,65	0	0	0,5	0	0
411ту	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60	0	0	0,1	0,9	14,46
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	7,82	9,15	89,81	471,65	0,09	0,18	1,194	1,868	98,97
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1918	62,68	59,7	284,61	1881,13	0,485	1,316	57,0777,347	392,992	
День 6												
297.	ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,53	88,78	0,09	0,045	0	1,1	27,105
414ту	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30	0	0	1,3	0	0
100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042
306	ЗАВТРАК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00	0	0	0	0	0
121	ЗАВТРАК	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,012	0,03	4,2	25	0,42
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			480	14,46	18,2	55,37	417,99	0,102	0,075	5,5	25,68	27,567
537.	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0	0	4	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44	0	0	4	0	0
133.	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем на кур/б	200	3,64	4,78	10,04	95,78	0	0	17,6	0	0
411.	ОБЕД	Плов из отварной птицы	150	7,65	13,65	4,20	170,23	0,105	0,165	2,88	2	25,785

87,63	421у	ОБЕД	Салат из моркови	60	1,02	7,98	3,06	88,80	0	0	2,64	0	0
162,74	390/ту	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит,С	200	0,16	0,16	14,90	60,48	0,02	0	4	0,9	14,48
0	115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
250,37	114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0	0	0	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			690	18,25	27,33	66,82	584,99	0,125	0,165	27,12	2,9	40,265
0	440ту	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63	0,231	0,245	0,336	0,8	3,087
1,232	534	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00	0	0	2,6	0	0
25,18	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	12,32	9,35	36,45	280,63	0,231	0,245	2,936	0,791	3,087
0	254	ужин	Каша гречневая вязкая молочная	180	5,15	3,89	31,34	180,94	0	0	1,764	0	0
17,24	412ту	ужин	Чай с лимоном193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00	0	0,02	2,9	0,9	17,26
0	102	ужин	Бульбуроды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02	0	0	0	0	0
0	114	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			460	9,3	7,83	81,49	433,96	0	0,02	4,664	0,9	17,26
43,652	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2080	55,33	62,71	260,33	1802,01	0,458	0,505	44,22	10,27	88,179
День 7													
0	266	ЗАВТРАК	Каша "Дружба"(пшено,рис) молочная	170	2,04	3,74	24,14	138,36	0	0	1,666	0	0
0	416ту	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98	0,06	0,2	1,7	0,6	162,74
0	97	ЗАВТРАК	Бульбуроды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65	0	0	0,001	0	0
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			405	8,02	12,12	48,21	333,99	0,06	0,2	3,367	0,64	162,74
84,51	118	ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (яблоки,бананы,апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
14,46	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
0	156	ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	200	4,94	3,10	9,10	84,06	0,16	0,16	19,76	1,3	29,42
98,97	304ту	ОБЕД	Тефтели мясные	80	10,22	15,42	24,46	278,26	0,304	0,144	2,024	1,3	40,928
392,992	434	ОБЕД	Картофельное пюре	130	2,82	3,35	13,61	95,91	0	0	22,1	0	0
27,105	10	ОБЕД	салат из зеленого горошка (косервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80	0	0	0	0	0
0	394/ту	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов + вит, С	200	0,08	0,00	14,60	55,58	0	0	0	0	8,88
0,042	114	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,024	0,024	2,964	0,2	4,413
0	115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
0,42	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			720	23,81	25,06	89,67	678,31	0,488	0,328	46,848	2,776	83,641
27,567	331	ПОЛДНИК	Вареники ленивые со сметанным соусом100/73	173	10,20	8,20	10,20	155,39	0,11	0,18	0,4	0,6	63,84
0	535	ПОЛДНИК	Кефир,	180	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	0,34	1,4	0,2	240
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			353	16	13,2	18,2	261,39	0,19	0,52	1,8	0,75	303,84
25,785	222/сэс	ужин	Котлеты капустные (с сливочным маслом)	200	2,24	3,98	42,46	214,62	0,58	0,36	96,62	2,4	173,12

411 ту	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60	0	0	0,1	0,9	14,46
100	ужин	Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042
114	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	7,36	9,16	84,16	442,73	0,58	0,36	96,72	3,283	187,622
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2048	56,68	61,27	256,95	1806,89	1,318	1,408	158,735	7,449	737,843
День 8												
182 ту	ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая молочная	180	5,15	3,89	31,34	180,94	0	0	1,764	0	0
102	ЗАВТРАК	Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02	0	0	0	0	0
412 ту	ЗАВТРАК	Чай с лимоном 193/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00	0	0,02	2,9	0,9	17,26
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			420	6,26	7,51	61,81	339,96	0	0,02	4,664	0,9	17,26
118	ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1,50	0,50	21,03	95,00	0	0	10	0	0
149.	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми гороховый на м/б	200	3,34	2,40	13,58	89,28	0,2	0,08	11,2	1,7	35,04
374.	ОБЕД	Жаркое по-домашнему	150	4,65	6,30	37,68	224,67	0,555	0,195	18,72	2,3	19,335
51	ОБЕД	салат из свеклы отварной	60	0,90	3,30	5,04	53,40	0	0	5,04	0	0
520.	ОБЕД	Кисель из яблок + вит, С	200	0,12	0,12	20,18	80,82	0	0	3	0,7	17,24
115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0
114.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,024	0,024	2,964	0,2	4,413
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			670	13,51	14,76	100,84	588,87	0,779	0,299	40,924	4,912	76,028
457. ту	полдник	Булочка российская	70	4,89	4,47	27,85	171,21	0,301	0,357	0,322	0,7	15,673
534	полдник	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0	0	2,6	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			270	10,69	9,47	37,45	279,21	0,301	0,357	2,922	0,651	15,673
82.	ужин	Винегрет овощной	180	7,00	5,20	37,78	225,92	0	0	18,8	0	0
306	ужин	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00	0	0	0	0	0
414 ту	ужин	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30	0	0	1,3	0	0
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			480	18,72	13,34	73,68	487,22	0	0	20,1	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1900	50,68	45,18	295,85	1791,26	1,08	0,676	78,61	6,463	108,961
День 9												
322.	ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом (соус молочный) 100/73	173	6,09	4,20	27,32	169,42	0	0	0,1	0	0
97	ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65	0	0	0,001	0	0
414 ту	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30	0	0	1,3	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			408	13,37	14,02	49,47	374,37	0	0	1,401	0	0
537.	ЗАВТРАК 2	Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0	0	4	0	0

14,46	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										200	1	0	20,2	84,44	0	0	4	0	0
0,042	19.	ОБЕД	Рассольник ленинградский (с мясом)(сметаной)172/20/8	200	4,76	6,86	12,20	129,22	0	0	13,64	0	0							
0	41гу	ОБЕД	Шницель рыбный натуральный	80	7,60	6,64	12,08	138,48	0,104	0,088	5,04	0,8	31,072							
187,622	11.	ОБЕД	Картофель отварной	130	2,57	6,36	11,44	113,27	0	0	25,74	0	0							
737,843	8.	ОБЕД	Икра свекольная	60	1,73	3,71	5,18	59,58	0	0	8,97	0	0							
0	90/гу	ОБЕД	Компот из свежих плодов(яблок)+вит.С	200	0,16	0,16	14,90	60,48	0,02	0	4	0,9	14,48							
0	15	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0							
17,26	14.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,024	0,024	2,964	0,2	4,413							
17,26	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										730	21,08	24,33	80,58	623,73	0,148	0,112	60,354	1,872	49,965
0	150гу	полдник	Булочка ванильные	70	2,40	5,68	26,74	167,72	0	0	0,497	0	0							
0	535.	полдник	Снежок сладкий 2,5%	180	6,00	5,00	10,40	111,00	0	0	1,4	0	0							
35,04	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										250	8,4	10,68	37,14	278,72	0	0	1,897	0	0
19,335	275.	ужин	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)(молочная)	200	2,00	10,40	20,04	181,76	0,22	0,22	3,6	1,7	168,58							
0	411гу	ужин	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60	0	0	0,1	0,9	14,46							
17,24	100	ужин	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042							
0	114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0							
4,413	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										470	7,12	15,58	61,74	409,87	0,22	0,22	3,7	2,563	183,082
76,028	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:										2058	50,97	64,61	249,13	1771,13	0,368	0,332	71,352	4,435	233,047
5,673	День. 10																			
0	171.	ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	2,00	8,82	29,48	205,30	0	0	1,82	0	0							
0	416гу	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98	0,06	0,2	1,7	0,6	162,74							
5,673	100	ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51	0	0	0	0	0,042							
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										430	6,18	15,46	57,92	390,79	0,06	0,2	3,52	0,643	162,782
0	118	ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	95,00	96,00	0	0	10	0	0							
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										100	1,50	0,50	95,00	96	0	0	10	0	0
0	146.	ОБЕД	Суп картофельный с клецками (с курицей)180/20	200	2,00	5,40	17,80	127,80	0,12	0,12	9,98	1,1	24,12							
8,961	311гу	ОБЕД	Запеканка из печени с рисом (соус сметанный)100/50	150	5,10	11,00	25,21	220,24	0,33	1,41	22,98	5,3	32,68							
0	121	ОБЕД	Икра кабачковая(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,012	0,03	4,2	25	0,42							
0	394/гу	ОБЕД	Компот из сушеных фруктов + вит. С	200	0,08	0,00	14,60	55,58	0	0	0	0	8,88							
0	115	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0	0	0	0	0							
0	114.	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,024	0,024	2,964	0,2	4,413							
0	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:										670	12,58	22,34	87,01	597,72	0,486	1,584	40,124	1,21	70,513

609.	полдник	Печенье	40	1,61	4,47	12,29	93,73	0,012	1,41	9,98	1,1	32,1
15	полдник	конфеты(мармелад)	45	1,09	1,33	6,91	43,47	0,024	0,03	22,98	5,3	8,88
534	полдник	Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00	0	0	2,6	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			265	8,5	10,88	27,9	245,1	0	0	2,6	0	0
362гу	ужин	Рагу из овощей	150	2,25	5,25	8,86	92,10	0,195	0,105	33,06	1,1	57,24
414ту	ужин	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30	0	0	1,3	0	0
114.	ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0	0	0	0	0
102	ужин	Бутерброды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02	0	0	0	0	0
306	ужин	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			470	14,82	17,01	64,01	466,42	0,195	0,105	34,36	1,11	57,24
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1935	43,58	65,79	258,91	1796,03	0,741	1,889	90,604	2,96	290,535

Пронумеровано, прошнуровано
и скреплено печатью

листов

Директор ООО «Общепит-Юг»

Полупанов С.Н.

