

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Весна-лето**Категория: **сад 10ч**

Диета:

1-ая неделя/Понедельник

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00107	Каша ячневая молочная вязкая	170	5,85	6,29	30,47	203
дп00336	Чай с сахаром и молоком	200	1,65	1,65	12,37	71
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		403	11,4	10,77	54,76	362
2 Второй завтрак						
дп00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
Всего в 2 Второй завтрак		150	0,15	0,23	4,13	24
Обед						
яу01031	Маринад овощной без томата	50	0,63	4,5	4,88	61
су02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,38	2,83	6,43	57
дп0360*	Каша гречневая с мясом п/ф	150	15,4	12,98	32,43	309
дп00163	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	107
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		644	20,03	20,75	86,28	616
Полдник						
дп00171	Омлет натуральный	70	6,63	10,65	6,4	130
дп33400	Чай с витаминами Витошка	200	0,12	0,03	0,02	1
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		290	8,17	10,87	15,38	175
Всего в день		1 487	39,76	42,62	160,55	1 177

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: Весна-лето
Категория: сад 10ч
Диета:

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	1 Завтрак					
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00107	Каша ячневая молочная вязкая	170	5,85	6,29	30,47	203
дп00336	Чай с сахаром и молоком	200	1,65	1,65	12,37	71
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		403	11,4	10,77	54,76	362
	2 Второй завтрак					
дп00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
Всего в 2 Второй завтрак		150	0,15	0,23	4,13	24
	Обед					
яу01031	Маринад овощной без томата	50	0,63	4,5	4,88	61
су02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,38	2,83	6,43	57
дп0360*	Каша гречневая с мясом п/ф	150	15,4	12,98	32,43	309
дп00163	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	107
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		644	20,03	20,75	86,28	616
	Полдник					
дп00171	Омлет натуральный	70	6,63	10,65	6,4	130
дп33400	Чай с витаминами Витошка	200	0,12	0,03	0,02	1
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		290	8,17	10,87	15,38	175
Всего в день		1 487	39,76	42,62	160,55	1 177

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	10	0,08	6,38	0,12	58
дп00101	Каша рисовая молочная вязкая	170	4,98	6,18	34,56	214
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	9,27	37
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		405	6,92	13,27	55,88	370
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	53
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,48	0,48	11,76	53
Обед						
дп00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50	0,83	4,39	4,7	61
дп22222	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,72	3,73	12,07	89
дп00043	Жаркое по-домашнему с филе кур	150	11,84	15,97	16,58	258
дп00124	Компот из смеси сухофр.	200	0,06		22,86	92
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		644	16,97	24,43	72,36	581
Полдник						
дп00304	Суп молочный с макарон.изд.(вермишель)	180	3,96	3,72	14,28	107
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп0197*	Плюшка"Новоосковская	60	4,4	4,05	30,56	177
дп00333	Чай полусладкий	200	0,1	0,03	9,1	25
Всего в Полдник		460	9,88	7,99	62,89	352
Всего в день		1 629	34,26	46,17	202,89	1 356

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00198	Повидло	10	0,4		1,2	21
дп00080	Каша манная молочная жидкая	170	3,09	3,86	19,43	127
дп00062	Какао с молоком	200	3,19	3,08	13,54	95
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		405	8,48	7,64	46,09	304
2 Второй завтрак						
дп00059	Йогурт питьевой	100	2,8	2,5	19,6	112
Всего в 2 Второй завтрак		100	2,8	2,5	19,6	112
Обед						
дп00377	Салат Степной(без лука)	50	0,75	1,75	3,69	33
су02003	Борщ с капустой и карт.со смет	180	1,39	3,31	9,4	73
смс0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,63	10,51	189
дп0144А	Макаронные изделия отварные	130	4,19	4,11	27,27	163
дп00114	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	200	1,2		24,1	118
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		724	20,06	22,14	91,12	657
Полдник						
дп00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	120	4,76	5,77	20,81	155
дп00374	Курник	100	6,15	6	35,4	222
дп33400	Чай с витаминами Витошка	200	0,12	0,03	0,02	1
Всего в Полдник		420	11,03	11,8	56,23	378
Всего в день		1 649	42,36	44,08	213,04	1 450

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00097	Каша пшенная молочная жидкая	170	6,18	7,29	29,14	206
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	9,27	37
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		403	10,14	10,13	50,34	331
2 Второй завтрак						
дп00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
Всего в 2 Второй завтрак		150	0,15	0,23	4,13	24
Обед						
дп00150	Маринад овощной без томата	50	0,74	4,45	5,16	64
су0017А	Суп из овощей со сметаной	180	3,19	3,64	8,06	71
СКС0014	Котлеты из птицы с соусом	50/50	9,45	11,43	8,8	170
дп0260А	Рис припущенный	1/150	3,46	3,54	35,08	186
дп00163	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	107
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		744	19,46	23,51	99,66	679
Полдник						
дп/0045	Запеканка из творога	80	10,46	4	1,44	135
дп00153	Молоко сгущенное	10	0,68	0,75	5,09	30
дп00333	Чай полусладкий	200	0,1	0,03	9,1	25
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		310	12,67	4,98	24,59	234
Всего в день		1 607	42,42	38,84	178,71	1 268

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	10	0,08	6,38	0,12	58
дп00093	Каша пшеничная молочная жидкая	170	6,18	6,62	30,25	200
дп00134	Кофейный напиток.из цикория	200	1,2	1,1	8,2	64
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		405	9,26	14,8	50,49	383
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,46	0,42	10,7	48
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,46	0,42	10,7	48
Обед						
дп00028	Винегрет овощной(без лука)	50	0,58	4,25	3,17	53
дп0277А	Суп картофельный с бобовыми	180	3,66	3,11	13,32	96
дп00220	Рыба,туш.в том с овощ(филе минтая)	80	7,9	3,98	7,02	95
дп00067	Картофельное пюре	1/150	3,26	5,04	22,03	147
дп00124	Компот из смеси сухофр.	200	0,06		22,86	92
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		724	18	16,73	84,55	565
Полдник						
дп00196	Плов с изюмом	1/130	3,22	13,19	36,35	277
дп00336	Чай с сахаром и молоком	200	1,65	1,65	12,37	71
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп55555	Пирог с яблоками	1/70	4,8	2,8	12,5	95
Всего в Полдник		420	11,1	17,83	70,17	486
Всего в день		1 669	38,81	49,78	215,92	1 482

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00097	Каша пшенная молочная жидкая	170	6,18	7,29	29,14	206
дп00334	Чай с сахаром	200			9,08	36
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		403	10,08	10,12	50,15	330
2 Второй завтрак						
дп00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
Всего в 2 Второй завтрак		150	0,15	0,23	4,13	24
Обед						
дп00255	Салат Пестрый	50	2,92	5,42	8,17	74
дп22222	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,72	3,73	12,07	89
см00007	Котлета "Мясные"	1/50	7,61	11,44	6,02	157
дп0144А	Макаронные изделия отварные	150	4,84	4,74	31,46	188
дп00122	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		694	19,77	25,83	92,77	667
Полдник						
дп00197	Плюшка "Новоомосковская"	60	4,43	3,12	30,62	168
дп00298	Суп молочный с крупой рисовой	150	3,3	3,1	12,3	90
дп00334	Чай с сахаром	200			9,08	36
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		430	9,16	6,41	60,95	337
Всего в день		1 677	39,16	42,59	207,99	1 358

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	10	0,08	6,38	0,12	58
дп00123	Каша геркулесовая мол.с яблоком	170	2,61	5,67	6,77	79
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	9,27	37
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		405	4,55	12,76	28,08	235
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,46	0,42	10,7	48
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,46	0,42	10,7	48
Обед						
дп00150	Маринад овощной без томата	50	0,74	4,45	5,16	64
су02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,38	2,83	6,43	57
СКС0001	Котлеты куриные с соусом	50/50	9,45	11,43	8,8	170
дп0074а	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,62	6,83	37,56	242
дп00160	Напиток лимонный	200	0,1	0,02	18,9	73
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		744	21,81	25,91	93	687
Полдник						
дп00171	Омлет натуральный	90/4	8,9	14,3	8,6	175
дп33400	Чай с витаминами Витошка	200	0,12	0,03	0,02	1
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		314	10,45	14,52	17,57	219
Всего в день		1 583	37,26	53,6	149,36	1 190

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00198	Повидло	10	0,4		1,2	21
дп00080	Каша манная молочная жидкая	170	3,09	3,86	19,43	127
дп00336	Чай с сахаром и молоком	200	1,65	1,65	12,37	71
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		405	6,94	6,21	44,92	280
2 Второй завтрак						
дп00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
Всего в 2 Второй завтрак		150	0,15	0,23	4,13	24
Обед						
дп00028	Винегрет овощной(без лука)	50	0,58	4,25	3,17	53
дп0277А	Суп картофельный с бобовыми	180	3,66	3,11	13,32	96
срс0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	8,38	9,02	11,59	161
дп0260А	Рис припущенный	150	3,46	3,54	35,08	186
дп00114	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	200	1,2		24,11	119
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		744	19,81	20,27	103,41	696
Полдник						
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	9,27	37
дп00145	Макаронные изделия с тертым сыром	140	2,97	2,88	13,75	136
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		360	4,46	3,09	31,97	216
Всего в день		1 659	31,36	29,8	184,44	1 216

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп000317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп000082	Каша молочная "Дружба"	170	5,34	6,62	28,73	195
дп000334	Чай с сахаром	200			9,08	36
дп000371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		403	9,24	9,45	49,74	319
2 Второй завтрак						
дп000059	Йогурт питьевой	100	2,8	2,5	19,6	112
Всего в 2 Второй завтрак		100	2,8	2,5	19,6	112
Обед						
дп000350	Салат Школьный(без лука)	50	0,82	4,24	3,97	58
дп00288а	Суп картофель.с макаронными изделиями	180	2,02	2,03	15	86
дп000384	Жаркое по-домашнему с филе кур	160	11,78	16,07	18,75	266
дп000124	Компот из смеси сухофр.	200	0,06		22,86	92
дп000004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп000266	Соль	4				
Всего в Обед		654	17,21	22,69	76,74	584
Полдник						
дп000097	Каша пшенная молочная жидкая	150/4	5,6	6,6	26,4	187
дп000337	Шанежка наливная	60	3,96	3,66	24,12	147
дп000333	Чай полусладкий	200	0,1	0,03	9,1	25
дп000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,2	8,96	44
Всего в Полдник		434	11,08	10,49	68,58	403
Всего в день		1 591	40,34	45,13	214,65	1 417

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	10	0,08	6,38	0,12	58
дп00093	Каша пшеничная молочная жидкая	170	6,18	6,62	30,25	200
дп00062	Какао с молоком	200	3,19	3,08	13,54	95
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		405	11,25	16,78	55,83	414
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	53
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,48	0,48	11,76	53
Обед						
дп00150	Маринад овощной без томата	50	0,74	4,45	5,16	64
су02003	Борщ с капустой и карт.со смет	180	1,39	3,31	9,4	73
см00008	Фрикадельки мясные с соусом	50/25	7,95	8,38	8,08	140
дп00067	Картофельное пюре	130	2,83	4,37	19,09	127
дп00163	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	4				
Всего в Обед		679	15,52	20,94	81,64	582
Полдник						
дп199**	Пудинг творожный с киселем	80/20	10,55	6,75	11,27	148
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		300	12,07	6,97	28,41	214
Всего в день		1 504	39,32	45,18	177,65	1 262
Итого			385,05	437,79	1 905,21	13 177
Среднее за период			38,51	43,78	190,52	1 318
Минимальные нормативные значения			40	45	196	1 350
Отклонения от норм, %			-4	-3	-3	-2

СОГЛАСОВАНО:

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Круглий И.П.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Весна-лето**Категория: **сад 10ч**

Диета:

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	1 Завтрак					
ДП00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
ДП00107	Каша ячневая молочная вязкая	170	5,85	6,29	30,47	203
ДП00336	Чай с сахаром и молоком	200	1,65	1,65	12,37	71
ДП00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
	Всего в 1 Завтрак	403	11,4	10,77	54,76	362
	2 Второй завтрак					
ДП00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
	Всего в 2 Второй завтрак	150	0,15	0,23	4,13	24
	Обед					
ЯУ01031	Маринад овощной без томата	50	0,63	4,5	4,88	61
СУ02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,38	2,83	6,43	57
ДП0360*	Каша гречневая с мясом п/ф	150	15,4	12,98	32,43	309
ДП00163	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	107
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
ДП00266	Соль	4				
	Всего в Обед	644	20,03	20,75	86,28	616
	Полдник					
ДП00171	Омлет натуральный	70	6,63	10,65	6,4	130
ДП33400	Чай с витаминами Витошка	200	0,12	0,03	0,02	1
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
	Всего в Полдник	290	8,17	10,87	15,38	175
	Всего в день	1 487	39,76	42,62	160,55	1 177

СОГЛАСОВАНО:

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Круглий И.П.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Весна-лето**Категория: **ясли 10ч**

Диета:

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	1 Завтрак					
ДП00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
ДП00107	Каша ячневая молочная вязкая	150/4	5,3	5,7	27,6	184
ДП00336	Чай с сахаром и молоком	180	1,49	1,49	11,13	64
ДП00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
	Всего в 1 Завтрак	367	10,69	10,01	50,66	336
	2 Второй завтрак					
ДП00340	Яблоки	120	0,24		5,04	19
	Всего в 2 Второй завтрак	120	0,24		5,04	19
	Обед					
ЯУ01031	Маринад овощной без томата	40	0,5	3,6	3,9	49
СУ02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,15	2,36	5,36	48
ДП0360*	Каша гречневая с мясом п/ф	130	13,35	11,24	28,1	268
ДП00163	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
ДП00266	Соль	3				
	Всего в Обед	555	17,39	17,6	75,83	535
	Полдник					
ДП00171	Омлет натуральный	70	6,63	10,65	6,4	130
ДП00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
	Всего в Полдник	270	8,14	10,87	23,55	196
	Всего в день	1 312	36,46	38,49	155,08	1 086

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Весна-лето**Категория: **ясли 10ч**

Диета:

1-ая неделя/Понедельник

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00107	Каша ячневая молочная вязкая	150/4	5,3	5,7	27,6	184
дп00336	Чай с сахаром и молоком	180	1,49	1,49	11,13	64
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		367	10,69	10,01	50,66	336
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,24		5,04	19
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,24		5,04	19
Обед						
яу01031	Маринад овощной без томата	40	0,5	3,6	3,9	49
су02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,15	2,36	5,36	48
дп0360*	Каша гречневая с мясом п/ф	130	13,35	11,24	28,1	268
дп00163	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		555	17,39	17,6	75,83	535
Полдник						
дп00171	Омлет натуральный	70	6,63	10,65	6,4	130
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		270	8,14	10,87	23,55	196
Всего в день		1 312	36,46	38,49	155,08	1 086

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	5	0,04	3,19	0,06	29
дп00101	Каша рисовая молочная вязкая	150/4	4,51	5,6	31,31	194
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,01	8,34	33
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		364	6,4	9,5	51,64	317
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	53
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,48	0,48	11,76	53
Обед						
дп00244	Салат из свеклы с растительным маслом	1/40	0,66	3,51	3,76	49
дп22222	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,43	3,11	10,06	74
дп00043	Жаркое по-домашнему с филе кур	150	11,84	15,97	16,58	258
дп00124	Компот из смеси сухофр.	180	0,05		20,57	83
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		575	16,3	22,9	65,68	537
Полдник						
дп00304	Суп молочный с макарон.изд.(вермишель)	150	3,3	3,1	11,9	89
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп0197*	Плюшка"Новоосковская	60	4,4	4,05	30,56	177
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
Всего в Полдник		410	9,21	7,36	59,6	332
Всего в день		1 469	32,39	40,24	188,68	1 239

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00198	Повидло	10	0,4		1,2	21
дп00080	Каша манная молочная жидкая	170	3,09	3,86	19,43	127
дп00062	Какао с молоком	180	2,87	2,77	12,19	86
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		385	8,16	7,34	44,74	294
2 Второй завтрак						
дп00059	Йогурт питьевой	100	2,8	2,5	19,6	112
Всего в 2 Второй завтрак		100	2,8	2,5	19,6	112
Обед						
дп00377	Салат Степной(без лука)	40	0,6	1,4	2,95	27
су02003	Борщ с капустой и карт.со смет	150	1,16	2,76	7,83	61
смс0007	Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,63	10,51	189
дп0144А	Макаронные изделия отварные	130	4,19	4,11	27,27	163
дп00114	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	1,08		21,69	106
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		655	19,34	21,21	84,96	619
Полдник						
дп00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	110	4,36	5,29	19,07	142
дп00374	Курник	100	6,15	6	35,4	222
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
Всего в Полдник		390	10,6	11,31	62,66	386
Всего в день		1 530	40,9	42,36	211,97	1 411

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00097	Каша пшенная молочная жидкая	150/4	5,6	6,6	26,4	187
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,01	8,34	33
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		367	9,55	9,44	46,67	308
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,24		5,04	19
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,24		5,04	19
Обед						
дп00150	Маринад овощной без томата	1/40	0,59	3,56	4,13	51
су0017А	Суп из овощей со сметаной	150	2,66	3,04	6,72	59
СКС0014	Котлеты из птицы с соусом	50/50	9,45	11,43	8,8	170
дп0260А	Рис припущенный	130	3	3,07	30,4	161
дп00163	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		655	18,09	21,5	88,52	612
Полдник						
дп/0045	Запеканка из творога	70	9,16	3,5	1,26	118
дп00153	Молоко сгущенное	5	0,34	0,38	2,55	15
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		275	11,01	4,1	20,95	199
Всего в день		1 417	38,9	35,03	161,18	1 138

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	5	0,04	3,19	0,06	29
дп00093	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	5,6	6	27,4	181
дп00134	Кофейный напиток.из цикория	180	1,08	0,99	7,38	58
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		364	8,52	10,88	46,77	328
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,46	0,42	10,7	48
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,46	0,42	10,7	48
Обед						
дп00028	Винегрет овощной(без лука)	40	0,47	3,4	2,53	43
дп0277A	Суп картофельный с бобовыми	150	3,05	2,6	11,1	80
дп00220	Рыба,туш.в том с овощ(филе минтая)	60	5,93	2,99	5,27	71
дп00067	Картофельное пюре	130	2,83	4,37	19,09	127
дп00124	Компот из смеси сухофр.	180	0,05		20,57	83
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		615	14,63	13,66	73,28	478
Полдник						
дп00196	Плов с изюмом	110	2,72	11,16	30,76	234
дп00336	Чай с сахаром и молоком	180	1,49	1,49	11,13	64
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп55555	Пирог с яблоками	1/70	4,8	2,8	12,5	95
Всего в Полдник		380	10,44	15,64	63,34	437
Всего в день		1 479	34,05	40,6	194,09	1 291

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	8	2,1	2,13		27
дп00097	Каша пшенная молочная жидкая	150/4	5,6	6,6	26,4	187
дп00334	Чай с сахаром	180			8,17	32
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		367	9,5	9,43	46,5	307
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,24		5,04	19
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,24		5,04	19
Обед						
дп00255	Салат Пестрый	40	2,33	4,33	6,53	59
дп22222	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,43	3,11	10,06	74
см00007	Котлета "Мясные"	1/50	7,61	11,44	6,02	157
дп0144А	Макаронные изделия отварные	150	4,84	4,74	31,46	188
дп00122	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	17	70
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		625	18,67	24,08	85,79	622
Полдник						
дп00197	Плюшка "Новоомосковская"	60	4,43	3,12	30,62	168
дп00298	Суп молочный с крупой рисовой	150	3,3	3,1	12,3	90
дп00334	Чай с сахаром	180			8,17	32
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		410	9,16	6,41	60,04	334
Всего в день		1 522	37,56	39,93	197,37	1 282

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00151	Масло порционное	5	0,04	3,19	0,06	29
дп00123	Каша геркулесовая мол.с яблоком	150	2,3	5	5,97	70
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,01	8,34	33
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		360	4,19	8,9	26,3	193
2 Второй завтрак						
дп00340	Яблоки	120	0,46	0,42	10,7	48
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,46	0,42	10,7	48
Обед						
дп00150	Маринад овощной без томата	1/40	0,59	3,56	4,13	51
су02001	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,15	2,36	5,36	48
скс0001	Котлеты куриные с соусом	50/50	9,45	11,43	8,8	170
дп0074а	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,6	5,92	32,55	210
дп00160	Напиток лимонный	180	0,09	0,02	17,01	66
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		655	20,19	23,6	82,56	618
Полдник						
дп00171	Омлет натуральный	70	6,63	10,65	6,4	130
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		270	8,14	10,87	23,55	196
Всего в день		1 405	32,98	43,79	143,11	1 055

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00198	Повидло	8	0,32		0,96	17
дп00080	Каша манная молочная жидкая	150/4	2,8	3,5	17,6	115
дп00336	Чай с сахаром и молоком	180	1,49	1,49	11,13	64
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		367	6,41	5,68	41,62	257
2 Второй завтрак						
дп00265	Сок фруктовый	150	0,15	0,23	4,13	24
Всего в 2 Второй завтрак		150	0,15	0,23	4,13	24
Обед						
дп00028	Винегрет овощной(без лука)	40	0,47	3,4	2,53	43
дп0277А	Суп картофельный с бобовыми	150	3,05	2,6	11,1	80
срс0021	Биточки рыбные с соусом	50/50	8,38	9,02	11,59	161
дп0260А	Рис припущенный	130	3	3,07	30,4	161
дп00114	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	1,08		21,7	107
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		655	18,29	18,4	92,03	625
Полдник						
дп00335	Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,01	8,34	33
дп00145	Макаронные изделия с тертым сыром	120	2,55	2,47	11,78	116
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		320	4,03	2,68	29,08	193
Всего в день		1 492	28,87	26,99	166,86	1 099

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 Завтрак						
дп00317	Сыр порционный	5	1,31	1,33		17
дп00082	Каша молочная "Дружба"	150/4	4,84	6	26,03	177
дп00334	Чай с сахаром	180			8,17	32
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		364	7,95	8,03	46,13	287
2 Второй завтрак						
дп00059	Йогурт питьевой	100	2,8	2,5	19,6	112
Всего в 2 Второй завтрак		100	2,8	2,5	19,6	112
Обед						
дп00350	Салат Школьный(без лука)	40	0,65	3,39	3,18	46
дп0288а	Суп картофель.с макаронными изделиями	150	1,69	1,69	12,5	72
дп00384	Жаркое по-домашнему с филе кур	130	9,57	13,06	15,24	216
дп00124	Компот из смеси сухофр.	180	0,05		20,57	83
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		555	14,27	18,46	66,2	491
Полдник						
дп00097	Каша пшенная молочная жидкая	120	4,36	5,14	20,57	146
дп00337	Шанежка наливная	60	3,96	3,66	24,12	147
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,2	8,96	44
Всего в Полдник		380	9,84	9,02	61,84	359
Всего в день		1 399	34,87	38,01	193,76	1 249

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	1 Завтрак					
дп00151	Масло порционное	5	0,04	3,19	0,06	29
дп00093	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	5,6	6	27,4	181
дп00062	Какао с молоком	180	2,87	2,77	12,19	86
дп00371	Батон нарезной	25	1,8	0,7	11,93	61
Всего в 1 Завтрак		364	10,31	12,66	51,57	356
	2 Второй завтрак					
дп00340	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	53
Всего в 2 Второй завтрак		120	0,48	0,48	11,76	53
	Обед					
дп00150	Маринад овощной без томата	1/40	0,59	3,56	4,13	51
су02003	Борщ с капустой и карт.со смет	150	1,16	2,76	7,83	61
см00008	Фрикадельки мясные с соусом	50/25	7,95	8,38	8,08	140
дп00067	Картофельное пюре	130	2,83	4,37	19,09	127
дп00163	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96
дп00004	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
дп00266	Соль	3				
Всего в Обед		638	15,14	19,5	79,05	557
	Полдник					
дп199**	Пудинг творожный с киселем	80	8,44	5,4	9,02	118
дп00333	Чай полусладкий	180	0,09	0,03	8,19	23
дп00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43
Всего в Полдник		280	9,96	5,62	26,16	184
Всего в день		1 402	35,89	38,26	168,54	1 150
Итого			352,87	383,7	1 780,65	11 999
Среднее за период			35,29	38,37	178,06	1 200
Минимальные нормативные значения			34	38	162	1 120
Отклонения от норм, %			4	1	10	7