

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

АМИНЕВА



первая неделя понедельник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Суп молочный с крупой рисовой	185	151	4,24	3,79	13,41	75
Масло (порциями)	5	33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Какао с молоком (2вар)	180	88	3,24	2,97	12,33	289
Итого за Без диеты	400	343	9,17	10,69	40,30	
Итого за Завтрак	400	343	9,17	10,69	40,30	
Второй завтрак						
Без диеты						
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	44	0,40	0,40	9,80	
Обед						
Без диеты						
Свекольник	180	86	1,62	3,69	10,71	67
Хлеб ржаной (пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Каша гречневая с куриным филе	180	233	17,18	15,55	53,18	224
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	200	123	1,00	0,05	31,00	276
Итого за Без диеты	600	547	21,50	19,73	111,38	
Итого за Обед	600	547	21,50	19,73	111,38	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	35	82	1,93	0,35	16,91	114
Макаронные изделия отварные	155	212	4,07	4,21	37,64	6,43
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Омлет натуральный	60	91	4,64	6,81	1,13	218,08
Итого за Без диеты	450	449	12,05	12,80	66,91	
Итого за Полдник	450	449	12,05	12,80	66,91	
Итого		1383	42,12	43,62	228,38	

УТВЕРЖДАЮ:
АМИНОВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИИ

СОГЛАСОВАНО:



на

(вторая неделя понедельник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Каша манная молочная жидкая с сахаром	170	201	3,73	5,91	25,66	6,8
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Какао с молоком(2вар)	200	98	3,60	3,30	13,70	289
Итого за Без диеты	400	369	8,98	9,51	53,85	
Итого за Завтрак	400	369	8,98	9,51	53,85	
Второй завтрак						
Без диеты						
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	44	0,40	0,40	9,80	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
каша гречневая вязкая	130	115	3,41	7,71	18,05	175,11
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	180	111	0,90	0,05	27,90	276
Щи из св.капусты с картофелем и сметаной	180	71	1,44	4,34	6,59	52
Биточки из мяса ц/б с соусом	60/30	163	14,50	8,40	11,50	
Итого за Без диеты	630	565	21,95	20,94	80,52	
Итого за Обед	630	565	21,95	20,94	80,52	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	150	185	5,45	4,77	29,32	311
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
ватрушка французская	50	172	3,66	7,07	22,07	253
Итого за Без диеты	420	439	10,31	12,06	70,94	
Итого за Полдник	420	439	10,31	12,06	70,94	
Итого		1 417	41,65	42,91	215,11	

УТВЕРЖДАЮ:
АМИНЕВА ОЛЕГОВНА

СОГЛАСОВАНО:



(первая неделя пятница)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Масло (порциями)	5	33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с сахаром	200	40	0,10	0,03	9,98	286
Каша молочная Артек жидкая с/с 2ВАР	170	253	5,80	5,80	30,68	
Итого за Без диеты	405	396	7,59	9,76	55,22	
Итого за Завтрак	405	396	7,59	9,76	55,22	
Второй завтрак						
Без диеты						
Йогурт детский питьевой 100гр	100	80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Без диеты	100	80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Второй завтрак	100	80	3,20	3,20	9,20	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	25	73	0,75	0,30	8,53	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с сахаром(2вар)	180	32	0,09	0,02	8,91	266
Борщ со свежей капустой и картофелем	180	131	1,61	3,93	8,03	56
Рис отварной рассыпчатый	130	174	4,83	5,40	31,78	6,17
Рыба с овощами и сыром(минтай)	70	90	7,23	4,83	4,42	3,5
Итого за Без диеты	615	569	16,17	14,77	76,15	
Итого за Обед	615	569	16,17	14,77	76,15	
Полдник						
Без диеты						
морковь с сахаром	50	48	0,58	0,04	5,25	18
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Макаронные издел.отвар.с сыром(2вар)	170	252	4,22	4,48	40,03	6,43
Итого за Без диеты	450	435	7,88	6,25	71,01	
Итого за Полдник	450	435	7,88	6,25	71,01	
Итого		1 480	34,84	33,99	211,58	

АМИНЕРОВА С.С. ЮРИСТ

СОГЛАСОВАНО:



(первая неделя среда)

Сад

Наименование

Вес
блюда
(гр)

Энерг
цен.

Белки

Жиры

Углеводы

№ рец

Завтрак

Без диеты

Сыр (порциями)	10	36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Каша пшеничная молоч.жидкая с сахаром	160	194	5,82	6,85	27,40	187
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Итого за Без диеты	400	335	9,89	10,12	51,79	
Итого за Завтрак	400	335	9,89	10,12	51,79	

Второй завтрак

Без диеты

Чай из сухой смеси с витаминами	150	26	0,08		6,53	12
Итого за Без диеты	150	26	0,08		6,53	
Итого за Второй завтрак	150	26	0,08		6,53	

Обед

Без диеты

Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Макаронные изделия отварные	130	178	3,41	3,53	31,57	6,43
Суп картофельный с бобовыми	180	79	6,84	5,16	25,32	62
Биточки из мяса цыпленка-бройлера	100	163	14,50	8,40	11,50	
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	180	111	0,90	0,05	27,90	276
Итого за Без диеты	630	636	27,35	17,58	112,77	
Итого за Обед	630	636	27,35	17,58	112,77	

Полдник

Без диеты

Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	190	235	6,91	6,05	37,14	311
Печенье	30	114	2,25	3,54	7,08	
Чай с лимоном и сахаром	200	39	0,21	0,03	9,53	288
Итого за Без диеты	450	458	11,02	9,92	68,24	
Итого за Полдник	450	458	11,02	9,92	68,24	
Итого		1 455	48,33	37,62	239,32	

АМИНОВА ОЛЕСЬ ЮРЬЕВНА

УТВЕРЖДАЮ:

[illegible]

(первая неделя четверг)

Сад (с 3 до

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Масло (порциями)	5	33	0,04	3,63	0,07	9
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Каша геркулесовая молоч.с яблоком	165	188	5,04	6,69	25,67	183
Итого за Без диеты	400	355	8,15	12,05	51,46	
Итого за Завтрак	400	355	8,15	12,05	51,46	
Второй завтрак						
Без диеты						
Кисель из концентрата с/с	150	58			15,00	303
Итого за Без диеты	150	58			15,00	
Итого за Второй завтрак	150	58			15,00	
Обед						
Без диеты						
Суп крестьянский с пшеном	180	122	1,40	3,98	5,72	65,4
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Кисель из концентрата с/с	180	69			18,00	303
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	190	290	11,49	12,64	19,80	160
Сметана(прокип)	10	20	0,28	2,00	0,32	
Итого за Без диеты	600	606	14,87	19,07	60,31	
Итого за Обед	600	606	14,87	19,07	60,31	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Салат из белокочанной капусты	50	44	1,38	2,63	5,94	6
Плов из отварной говядины	170	314	9,69	15,11	28,33	116
Итого за Без диеты	450	464	12,82	18,06	58,66	
Итого за Полдник	450	464	12,82	18,06	58,66	
Итого		1 482	35,84	49,17	185,43	

УТВЕРЖДАЮ:
АМИНЕВА С.А. ЮРИСОВНА ИП

СОГЛАСОВАНО:



(первая неделя вторник)

Сад (с...)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Каша манная молочная жидкая с сахаром	175	207	3,84	6,09	26,41	6,8
Чай с молоком и сахаром	180	58	1,28	1,29	10,12	267
Бутерброды с повидлом	30/10/5	85	0,96	3,06	13,56	4
Итого за Без диеты	400	349	6,08	10,43	50,09	
Итого за Завтрак	400	349	6,08	10,43	50,09	
Второй завтрак						
Без диеты						
Сок фруктовый	100	43	0,37		10,28	
Итого за Без диеты	100	43	0,37		10,28	
Итого за Второй завтрак	100	43	0,37		10,28	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Картофельное пюре	130	130	2,89	4,88	18,68	7,6
Гуляш(2вариант)	70	159	11,42	11,53	7,83	
Суп-лапша домашняя	180	77	1,84	3,67	11,86	86
Напиток яблочный(2вар)	180	60			15,84	282
Итого за Без диеты	600	531	17,84	20,52	70,70	
Итого за Обед	600	531	17,84	20,52	70,70	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
ватрушка французская	60	206	4,39	8,48	26,48	253
Каша молочная жидкая "Геркулес"	160	192	6,03	7,48	25,25	184
Итого за Без диеты	450	504	12,17	16,28	76,11	
Итого за Полдник	450	504	12,17	16,28	76,11	
Итого		1 427	36,46	47,23	207,18	

АМИНЕВА ОЛЕГ А ЮРИСОВНА ИП

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:



на

(вторая неделя вторник)

Сад (С-3145641)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Сыр (порциями)	10	36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Каша пшенная молоч.жидкая с сахаром	160	194	5,82	6,85	27,40	187
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Итого за Без диеты	400	335	9,89	10,12	51,79	
Итого за Завтрак	400	335	9,89	10,12	51,79	
Второй завтрак						
Без диеты						
Сок фруктовый	100	43	0,37		10,28	
Итого за Без диеты	100	43	0,37		10,28	
Итого за Второй завтрак	100	43	0,37		10,28	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	59	1,38	0,25	12,08	114
Свекольник со сметаной	180	97	2,65	4,95	17,68	67
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	180	275	10,89	11,98	18,76	160
Салат из белокочанной капусты	60	53	1,65	3,15	7,13	6
Напиток яблочный	180	60			15,84	282
Итого за Без диеты	645	602	17,16	20,57	78,29	
Итого за Обед	645	602	17,16	20,57	78,29	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Яйцо отварное	1 шт	63	5,08	4,60	0,28	213
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Каша молочная жидкая "Геркулес"	180	216	6,78	8,42	28,40	184
Итого за Без диеты	450	414	14,93	14,75	54,41	
Итого за Полдник	450	414	14,93	14,75	54,41	
Итого		1 394	42,35	45,43	194,77	



АМИНОВА ОЛЕГ ЮРИСОВНА
ПОДПИСАЮЩИЙ

СОГЛАСОВАНО:



(вторая неделя среда)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Масло (порциями)	5	33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	59	1,38	0,25	12,08	114
Каша молочная Артек жидкая с/с	180	215	6,15	6,15	32,49	
Кофейный напиток	200	87	2,63	2,82	12,77	395
Итого за Без диеты	410	394	10,19	12,84	57,40	
Итого за Завтрак	410	394	10,19	12,84	57,40	
Второй завтрак						
Без диеты						
Чай из сухой смеси с витаминами	150	26	0,08		6,53	12
Итого за Без диеты	150	26	0,08		6,53	
Итого за Второй завтрак	150	26	0,08		6,53	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с сахаром(2вар)	180	32	0,09	0,02	8,91	266
Макаронные изделия отварные	130	178	3,41	3,53	31,57	6,43
Суп картофельный с бобовыми	180	79	6,84	5,16	25,32	62
Биточки из говядины п/ф с соусом	60/30	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Без диеты	630	599	25,14	18,35	96,08	
Итого за Обед	630	599	25,14	18,35	96,08	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Каша рисовая молоч.жидкая с/с	180	189	4,37	7,00	26,86	193
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Печенье	30	114	2,25	3,54	7,08	
Итого за Без диеты	450	461	10,24	12,37	64,50	
Итого за Полдник	450	461	10,24	12,37	64,50	
Итого		1 479	45,65	43,57	224,50	



СОГЛАСОВАНО:

(вторая неделя четверг)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Сыр (порциями)	10	36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	160	198	5,82	5,09	31,27	311
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Итого за Без диеты	400	368	11,21	9,77	57,00	
Итого за Завтрак	400	368	11,21	9,77	57,00	
Второй завтрак						
Без диеты						
Кисель из концентрата с/с	150	58			15,00	303
Итого за Без диеты	150	58			15,00	
Итого за Второй завтрак	150	58			15,00	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	47	1,10	0,20	9,66	114
Борщ со свежей капустой и картофелем	180	131	1,61	3,93	8,03	56
Картофель тушеный	130	162	2,72	7,98	19,38	139
Напиток яблочный(2вар)	180	60			15,84	282
Биточки из мяса ц/б с соусом	60/30	163	14,50	8,40	11,50	
Итого за Без диеты	630	621	20,53	20,74	71,23	
Итого за Обед	630	621	20,53	20,74	71,23	
Полдник						
Без диеты						
салат из моркови	55	55	0,55	2,48	7,98	19
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с лимоном и сахаром	200	39	0,21	0,03	9,53	268
Макаронные издел.отвар.с сыром(2вар)	165	245	4,10	4,35	38,85	6,43
Итого за Без диеты	450	410	6,51	7,16	70,85	
Итого за Полдник	450	410	6,51	7,16	70,85	
Итого		1 457	38,25	37,67	214,08	

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА



ВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:



(вторая неделя пятница)

Сад (с 3 до 7 лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак						
Без диеты						
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24	267
Бутерброды с повидлом	30/10/5	85	0,96	3,06	13,56	4
Каша молочная "Дружба" (2вар)	155	191	4,54	6,05	21,93	
Итого за Без диеты	400	340	6,92	10,54	46,73	
Итого за Завтрак	400	340	6,92	10,54	46,73	
Второй завтрак						
Без диеты						
Йогурт детский питьевой 100гр	100	80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Без диеты	100	80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Второй завтрак	100	80	3,20	3,20	9,20	
Обед						
Без диеты						
Хлеб ржаной (пшеничный)	25	73	0,75	0,30	8,53	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	59	1,38	0,25	12,08	114
Гуляш (2вариант)	80	181	13,05	13,17	8,95	
Суп-лапша домашняя	180	77	1,84	3,67	11,86	86
Каша перловая вязкая с растительным маслом	145	102	4,33	3,39	29,85	
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	180	111	0,90	0,05	27,90	276
Итого за Без диеты	635	602	22,24	20,83	99,16	
Итого за Обед	635	602	22,24	20,83	99,16	
Полдник						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	71	1,65	0,30	14,49	114
Печенье	30	114	2,25	3,54	7,08	
Чай с сахаром	200	40	0,10	0,03	9,98	286
Каша гречневая молочная вязкая	190	247	8,34	8,34	34,29	185
Итого за Без диеты	450	471	12,34	12,21	65,84	
Итого за Полдник	450	471	12,34	12,21	65,84	
Итого		1 493	44,70	46,78	220,93	