Согласовано
Руководитель МБДОУ ЦРР-д/с № 4 «Колосок»
/ Л.К. Алексеенкова

Утверждаю
Директор ООО «Центр питания»
/ Урманова Н.С.

Основное 2-х недельное меню

**для организации питания детей в возрасте 1,5 – 3, 3 – 7 лет,
посещающих дошкольное образовательные учреждения
с пребыванием 10,5 часов
на весенне-летний период**

Отдел питания - +7937 8628985

ООО "ЦП"
Д/технолога д/с Давлекано

УТВЕРЖДАЮ:

_____

Плановое меню
двухнедельное

Сезон: **Весна-лето**
Категория: **Дети до 3 лет автоном**
Диета: **Все**

Наименование блюда	Выход блюда (г)
1 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП24079 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165
КП24044 Какао с молоком	150
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24090 Салат из свеклы на растительном масле	40
КП24016 Суп-лапша домашняя	150
КП24035 Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	130
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	510
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24057 Сырники из творога с соусом молочным	90
КП22003 Чай с сахаром	150
Итого	250
Итого за день	1 310
1 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП24084 Каша манная молочная	160
КП24045 Чай с сахаром	150
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24018 Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	150
КП24052 Макароны отварные с маслом	130
КП24215 Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	60
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	570
Полдник	
Без диет	
КП24087 Кефир	100

Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24075 Рагу из овощей	100
КП24083 Кисель фруктовый	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
Итого	270
Итого за день	1 390
1 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП24105 Суп молочный с вермишелью	165
КП24093 Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24058 Йогурт	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24028 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	150
КП24109 Каша рисовая рассыпчатая	130
КП24213 Биточки рыбные	60
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	570
Полдник	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24131 Пирожки печенные с картофелем	80
КП24045 Чай с сахаром	150
Итого	230
Итого за день	1 350
1 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП24085 Каша пшеничная молочная	160
КП24092 Чай с молоком и сахаром	150
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24011 Суп картофельный с бобовыми и гренками	150
КП24049 Каша гречневая рассыпчатая	130
КП24211 Голубцы ленивые "Детские"	60
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	570
Полдник	
Без диет	
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	

КП24057 Сырники из творога с соусом молочным	90
КП24128 Чай без сахара	150
Итого	250
Итого за день	1 370
1 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП24079 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165
КП24045 Чай с сахаром	150
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24110 Винегрет овощной	40
КП24015 Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	150
КП24034 Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем	130
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	510
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24052 Макароны отварные с маслом	100
КП24045 Чай с сахаром	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
Итого	270
Итого за день	1 330
2 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП24085 Каша пшеничная молочная	160
КП24092 Чай с молоком и сахаром	150
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
ДО7АЭ20 Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)	40
КП24026 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150
КП24050 Плов из говядины	130
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	510
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24134 Плюшка новомосковская	100
КП24045 Чай с сахаром	150
Итого	250

Итого за день	[illegible]
2 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП24115 Каша пшённая молочная жидкая	165
КП24045 Чай с сахаром	150
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24010 Суп картофельный с бобовыми и гренками	150
КП24049 Каша гречневая рассыпчатая	130
КП24213 Биточки рыбные	60
КП24113 Напиток яблочный	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	570
Полдник	
Без диет	
КП24087 Кефир	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24096 Вак-беляш	80
КП24045 Чай с сахаром	150
Итого	230
Итого за день	1 350
2 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП24084 Каша манная молочная	160
КП24045 Чай с сахаром	150
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24111 Суп с рисовой крупой	150
КП24052 Макароны отварные с маслом	130
КП24217 Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	60
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	570
Полдник	
Без диет	
КП24058 Йогурт	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24057 Сырники из творога с соусом молочным	90
КП24083 Кисель фруктовый	150
Итого	250
Итого за день	1 370
2 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	

КП24079 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165
КП24044 Какао с молоком	150
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24016 Суп-лапша домашняя	150
КП24108 Пюре гороховое	130
КП24209 Котлеты мясные	60
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	570
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24103 Пирожки печённые с яблоками	80
КП24045 Чай с сахаром	150
Итого	230
Итого за день	1 350
2 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП24048 Каша "Дружба" молочная	160
КП24045 Чай с сахаром	150
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	350
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24107 Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	40
КП24027 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	150
КП24099 Жаркое по-домашнему (говядина)	130
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	510
Полдник	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24088 Омлет натуральный	80
КП24045 Чай с сахаром	150
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
Итого	255
Итого за день	1 315

_____ / _____ /

_____ / _____ /

ООО "ЦП"
Д/технолога д/с Давлекано

УТВЕРЖДАЮ:

_____

Плановое меню
двухнедельное

Сезон: **Весна-лето**
Категория: **Дети с 3 до 7 лет автоном**
Диета: **Все**

Наименование блюда	Выход блюда (г)
1 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП24079 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165
КП24044 Какао с молоком	200
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24081 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24090 Салат из свеклы на растительном масле	50
КП24016 Суп-лапша домашняя	200
КП24035 Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	130
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	605
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24057 Сырники из творога с соусом молочным	90
КП22003 Чай с сахаром	200
Итого	300
Итого за день	1 505
1 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП24084 Каша манная молочная	160
КП24045 Чай с сахаром	200
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24018 Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200
КП24052 Макароны отварные с маслом	130
КП24216 Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	80
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	655
Полдник	
Без диет	
КП24087 Кефир	100

Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24075 Рагу из овощей	100
КП24083 Кисель фруктовый	200
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
Итого	320
Итого за день	1 575
1 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП24105 Суп молочный с вермишелью	165
КП24093 Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24058 Йогурт	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24028 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200
КП24109 Каша рисовая рассыпчатая	130
КП24214 Биточки рыбные с соусом томатным	80
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	675
Полдник	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24131 Пирожки печенные с картофелем	80
КП24045 Чай с сахаром	200
Итого	280
Итого за день	1 555
1 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП24085 Каша пшеничная молочная	160
КП24092 Чай с молоком и сахаром	200
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24010 Суп картофельный с бобовыми и гренками	200
КП24049 Каша гречневая рассыпчатая	130
КП24212 Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	80
КП24046 Чай витаминизированный "Витошка"	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	655
Полдник	
Без диет	
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	

КП24057 Сырники из творога с соусом молочным	90
КП24128 Чай без сахара	200
Итого	300
Итого за день	1 555
1 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП24079 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165
КП24045 Чай с сахаром	200
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24110 Винегрет овощной	50
КП24015 Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	200
КП24034 Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем	130
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	605
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24052 Макароны отварные с маслом	100
КП24045 Чай с сахаром	200
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20
Итого	320
Итого за день	1 525
2 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП24085 Каша пшеничная молочная	160
КП24092 Чай с молоком и сахаром	200
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
ДО7АЭ20 Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)	50
КП24026 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
КП24050 Плов из говядины	130
КП24046 Чай витаминизированный "Витошка"	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	605
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24134 Плюшка новомосковская	100
КП24045 Чай с сахаром	200
Итого	300

Итого за день	1 565
2 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП24115 Каша пшённая молочная жидкая	165
КП24045 Чай с сахаром	200
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24081 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24010 Суп картофельный с бобовыми и гренками	200
КП24049 Каша гречневая рассыпчатая	130
КП24214 Биточки рыбные с соусом томатным	80
КП24113 Напиток яблочный	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	655
Полдник	
Без диет	
КП24087 Кефир	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24096 Вак-беляш	80
КП24045 Чай с сахаром	200
Итого	280
Итого за день	1 535
2 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП24084 Каша манная молочная	160
КП24045 Чай с сахаром	200
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24111 Суп с рисовой крупой	200
КП24052 Макароны отварные с маслом	130
КП24218 Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	80
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	655
Полдник	
Без диет	
КП24058 Йогурт	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24057 Сырники из творога с соусом молочным	90
КП24083 Кисель фруктовый	200
Итого	300
Итого за день	1 555
2 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	

КП24079 Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165
КП24044 Какао с молоком	200
КП24082 Бутерброд с маслом (30/5)	35
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24081 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24016 Суп-лапша домашняя	200
КП24108 Пюре гороховое	130
КП24210 Котлеты мясные с соусом томатным	80
КП24056 Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	655
Полдник	
Без диет	
КП24130 Молоко кипячённое	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24103 Пирожки печённые с яблоками	80
КП24045 Чай с сахаром	200
Итого	280
Итого за день	1 535
2 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП24048 Каша "Дружба" молочная	160
КП24045 Чай с сахаром	200
КП24080 Бутерброд с сыром (30/10)	40
Итого	400
Завтрак второй	
Без диет	
КП24061 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
КП24107 Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	50
КП24027 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200
КП24099 Жаркое по-домашнему (говядина)	130
КП24054 Компот из смеси сухофруктов	180
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
ДАВЛ002 Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20
Итого	605
Полдник	
Без диет	
КП24113 Напиток яблочный	100
Итого	100
Уплотненный полдник	
Без диет	
КП24088 Омлет натуральный	80
ДАВЛ001 Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25
КП24045 Чай с сахаром	200
Итого	305
Итого за день	1 510

_____ / _____ /

_____ / _____ /

Д/технолога д/с Давлекано

УТВЕРЖДАЮ

Директор **ООО "Центр питания"**

/Урманова Н.С./

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

Сезон: **Весна-лето**

Возрастная категория: **Дети до 3 лет автоном**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП24079
Какао с молоком	150	0,3	1,72	7,65	52	КП24044
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**350**	**9,68**	**17,55**	**50,39**	**393**	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	40	1	3	20	76	КП24090
Суп-лапша домашняя	150	3,59	4,55	12	169	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	130	7,65	6,86	11,55	153	КП24035
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150	0,15	0,08	12,9	90	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**510**	**15,61**	**17,53**	**71,2**	**581**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	4,65	14,2	146	КП24057
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП22003
Всего в Уплотненный полдник	**250**	**5,15**	**4,65**	**19,07**	**166**	
Всего в день	**1 310**	**33,32**	**42,85**	**150,09**	**1 217**	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша манная молочная	160	6,9	8,05	18,66	199	КП24084
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**350**	**13,55**	**11,65**	**41,63**	**342**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	150	1,3	3	9,3	120	КП24018
Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,86	23,38	187	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	60	8,1	4,5	2,9	84	КП24215
Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП24054

Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом						
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**570**	**16,59**	**15,43**	**70,96**	**566**	
Полдник						
Кефир	100	2,85	3,15	8,8	76	КП24087
Всего в Полдник	**100**	**2,85**	**3,15**	**8,8**	**76**	
Уплотненный полдник						
Рагу из овощей	100	1,33	3,33	10,53	57	КП24075
Кисель фруктовый	150			2,27	57	КП24083
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Всего в Уплотненный полдник	**270**	**2,93**	**3,57**	**20,48**	**161**	
Всего в день	**1 390**	**36,32**	**34,21**	**150,67**	**1 226**	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	165	3,63	3,46	13,12	98	КП24105
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150	1,8	2,48	7,65	52	КП24093
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**350**	**8,14**	**13,68**	**34,33**	**276**	
Завтрак второй						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Завтрак второй	**100**	**2,1**	**2,2**	**10**	**96**	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	150	0,98	2,73	6,57	55	КП24028
Каша рисовая рассыпчатая	130	3,11	2,72	32,7	168	КП24109
Биточки рыбные	60	9,33	5,08	10,67	125	КП24213
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150	0,15	0,08	12,9	90	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**570**	**16,78**	**13,64**	**77,59**	**530**	
Полдник						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Полдник	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Уплотненный полдник						
Пирожки печенные с картофелем	80	8,56	3,67	34,16	204	КП24131
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**230**	**8,71**	**3,67**	**39,04**	**224**	
Всего в день	**1 350**	**35,88**	**33,24**	**166,1**	**1 148**	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	160	2,51	3,84	14,93	156	КП24085
Чай с молоком и сахаром	150	1,5	3,75	13,5	56	КП24092
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**350**	**10,51**	**11,19**	**46,53**	**334**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гренками	150	5,63	3,75	11,35	150	КП24011
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,15	4,33	18,2	179	КП24049
Голубцы ленивые "Детские"	60	6,3	4,2	8,65	64	КП24211

Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**570**	**20,05**	**15,36**	**73,58**	**568**	
Полдник						
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	100	0,1	0,05	8,6	60	КП24056
Всего в Полдник	**100**	**0,1**	**0,05**	**8,6**	**60**	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	4,65	14,2	146	КП24057
Чай без сахара	150			0,45	2	КП24128
Всего в Уплотненный полдник	**250**	**5**	**4,65**	**14,65**	**148**	
Всего в день	**1 370**	**36,05**	**31,65**	**152,16**	**1 191**	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП24079
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**350**	**9,53**	**15,82**	**47,62**	**362**	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Обед						
Винегрет овощной	40	0,5	0,9	2,9	22	КП24110
Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	150	13	16	38	193	КП24015
Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем	130	7,8	8,23	13	158	КП24034
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150	0,15	0,08	12,9	90	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**510**	**24,66**	**28,25**	**81,55**	**555**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Макароны отварные с маслом	100	2,48	3,73	17,98	144	КП24052
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Всего в Уплотненный полдник	**270**	**4,23**	**3,97**	**30,54**	**211**	
Всего в день	**1 330**	**41,3**	**51,16**	**169,13**	**1 204**	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	160	2,51	3,84	14,93	156	КП24085
Чай с молоком и сахаром	150	1,5	3,75	13,5	56	КП24092
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**350**	**10,51**	**11,19**	**46,53**	**334**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)	40					ДО7АЭ20
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,1	3,3	16,1	65	КП24026

Плов из говядины	150	6,07	7,02	16,17	137	КП24056
Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**510**	**11,14**	**13,4**	**67,95**	**428**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Плюшка новомосковская	100	7,8	5,8	51	295	КП24134
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**250**	**7,95**	**5,8**	**55,88**	**315**	
Всего в день	**1 310**	**32,73**	**33,85**	**183,42**	**1 214**	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшённая молочная жидкая	165	6,16	7,26	29,04	205	КП24115
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**350**	**9,02**	**15**	**47,48**	**352**	
Завтрак второй						
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	100	0,1	0,05	8,6	60	КП24056
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,1**	**0,05**	**8,6**	**60**	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гренками	150	5,63	3,75	11,35	150	КП24010
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,15	4,33	18,2	179	КП24049
Биточки рыбные	60	9,33	5,08	10,67	125	КП24213
Напиток яблочный	150	0,23	0,08	7,73	32	КП24113
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**570**	**22,55**	**16,28**	**62,69**	**579**	
Полдник						
Кефир	100	2,85	3,15	8,8	76	КП24087
Всего в Полдник	**100**	**2,85**	**3,15**	**8,8**	**76**	
Уплотненный полдник						
Вак-беляш	80	4,96	6,4	19,04	162	КП24096
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**230**	**5,11**	**6,4**	**23,91**	**182**	
Всего в день	**1 350**	**39,63**	**40,88**	**151,48**	**1 248**	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша манная молочная	160	6,9	8,05	18,66	199	КП24084
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**350**	**13,55**	**11,65**	**41,63**	**342**	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Обед						
Суп с рисовой крупой	150	1,6	1,5	10	101	КП24111
Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,86	23,38	187	КП24052
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	60	7,5	7,2	8	130	КП24217

Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	20,63	83	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**570**	**16,29**	**16,63**	**76,76**	**593**	
Полдник						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Полдник	**100**	**2,1**	**2,2**	**10**	**96**	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	4,65	14,2	146	КП24057
Кисель фруктовый	150			2,27	57	КП24083
Всего в Уплотненный полдник	**250**	**5**	**4,65**	**16,46**	**203**	
Всего в день	**1 370**	**37,09**	**35,19**	**150**	**1 255**	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП24079
Какао с молоком	150	0,3	1,72	7,65	52	КП24044
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**350**	**9,68**	**17,55**	**50,39**	**393**	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Обед						
Суп-лапша домашняя	150	3,59	4,55	12	169	КП24016
Пюре гороховое	130	2,76	1,6	25,09	123	КП24108
Котлеты мясные	60	7,5	7,2	8	130	КП24209
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150	0,15	0,08	12,9	90	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**570**	**17,21**	**16,47**	**72,74**	**605**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Пирожки печённые с яблоками	80	4,8	4,16	35,2	197	КП24103
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**230**	**4,95**	**4,16**	**40,08**	**217**	
Всего в день	**1 350**	**34,72**	**41,29**	**172,63**	**1 292**	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	160	7,6	10,93	25,6	228	КП24048
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**350**	**14,25**	**14,53**	**48,58**	**370**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	40	0,6	1,4	2,7	26	КП24107
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	150	0,98	2,73	6,57	55	КП24027
Жаркое по-домашнему (говядина)	130	5,72	8,58	20,07	224	КП24099

Компот из смеси сухофруктов	150	0,75	0,04	28,05	93	КП24097
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**510**	**11,27**	**15,79**	**64,72**	**480**	
Полдник						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Полдник	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Уплотненный полдник						
Омлет натуральный	80	6,58	5,99	10,58	154	КП24088
Чай с сахаром	150	0,15		4,88	20	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Всего в Уплотненный полдник	**255**	**8,73**	**6,29**	**25,05**	**233**	
Всего в день	**1 315**	**34,79**	**37,06**	**152,3**	**1 187**	
Итого		**361,84**	**381,38**	**1 597,98**	**12 181**	
Среднее за период		**36,18**	**38,14**	**159,8**	**1 218**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		**11,88**	**28,18**	**52,47**		

Д/технолога д/с Давлекано

УТВЕРЖДАЮ

Директор **ООО "Центр питания"**

/Урманова Н.С./

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

Сезон: **Весна-лето**

Возрастная категория: **Дети с 3 до 7 лет автоном**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП24079
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП24044
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**400**	**9,78**	**18,13**	**52,94**	**411**	
Завтрак второй						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10	46	КП24081
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,5**	**0,1**	**10**	**46**	
Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	50	1,25	3,75	25	95	КП24090
Суп-лапша домашняя	200	4,79	6,07	16	225	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	130	7,65	6,86	11,55	153	КП24035
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180	0,18	0,09	15,48	108	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**605**	**17,49**	**19,87**	**84,7**	**686**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	4,65	14,2	146	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Всего в Уплотненный полдник	**300**	**5,2**	**4,65**	**20,7**	**173**	
Всего в день	**1 505**	**35,69**	**45,81**	**172,61**	**1 371**	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша манная молочная	160	6,9	8,05	18,66	199	КП24084
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**400**	**13,6**	**11,65**	**43,26**	**348**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	1,73	4	12,4	160	КП24018
Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,86	23,38	187	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	80	8,1	4,5	2,9	84	КП24216
Компот из смеси сухофруктов	180	0,9	0,04	24,75	99	КП24054

Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**655**	**17,57**	**16,5**	**80,1**	**634**	
Полдник						
Кефир	100	2,85	3,15	8,8	76	КП24087
Всего в Полдник	**100**	**2,85**	**3,15**	**8,8**	**76**	
Уплотненный полдник						
Рагу из овощей	100	1,33	3,33	10,53	57	КП24075
Кисель фруктовый	200			3,02	76	КП24083
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Всего в Уплотненный полдник	**320**	**2,93**	**3,57**	**21,23**	**180**	
Всего в день	**1 575**	**37,35**	**35,28**	**162,19**	**1 320**	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	165	3,63	3,46	13,12	98	КП24105
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3,3	10,2	69	КП24093
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**400**	**8,74**	**14,5**	**36,88**	**293**	
Завтрак второй						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Завтрак второй	**100**	**2,1**	**2,2**	**10**	**96**	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	1,31	3,64	8,76	73	КП24028
Каша рисовая рассыпчатая	130	3,11	2,72	32,7	168	КП24109
Биточки рыбные с соусом томатным	80	9,33	5,08	10,67	125	КП24214
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,2	0,1	17,2	120	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**675**	**17,56**	**14,64**	**86**	**590**	
Полдник						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Полдник	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Уплотненный полдник						
Пирожки печенные с картофелем	80	8,56	3,67	34,16	204	КП24131
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**280**	**8,76**	**3,67**	**40,66**	**231**	
Всего в день	**1 555**	**37,31**	**35,06**	**178,68**	**1 232**	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	160	2,51	3,84	14,93	156	КП24085
Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	КП24092
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**400**	**11,01**	**12,44**	**51,03**	**353**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,5	5	15,13	200	КП24010
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,15	4,33	18,2	179	КП24049
Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	80	6,3	4,2	8,65	64	КП24212

Чай витаминизированный "Витошка"	180			8,73	35	КП24046
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**655**	**21,57**	**16,63**	**67,38**	**582**	
Полдник						
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	100	0,1	0,05	8,6	60	КП24056
Всего в Полдник	**100**	**0,1**	**0,05**	**8,6**	**60**	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	4,65	14,2	146	КП24057
Чай без сахара	200			0,6	2	КП24128
Всего в Уплотненный полдник	**300**	**5**	**4,65**	**14,8**	**148**	
Всего в день	**1 555**	**38,07**	**34,17**	**150,62**	**1 225**	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП24079
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**400**	**9,58**	**15,82**	**49,24**	**369**	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Обед						
Винегрет овощной	50	0,63	1,13	3,62	28	КП24110
Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	200	17,33	21,33	50,67	257	КП24015
Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем	130	7,8	8,23	13	158	КП24034
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180	0,18	0,09	15,48	108	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**605**	**29,55**	**33,88**	**99,45**	**655**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Макароны отварные с маслом	100	2,48	3,73	17,98	144	КП24052
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	20	1,6	0,24	7,68	47	ДАВЛ001
Всего в Уплотненный полдник	**320**	**4,28**	**3,97**	**32,16**	**218**	
Всего в день	**1 525**	**46,29**	**56,79**	**190,27**	**1 317**	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	160	2,51	3,84	14,93	156	КП24085
Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	КП24092
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**400**	**11,01**	**12,44**	**51,03**	**353**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)	50					ДО7АЭ20
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,47	4,4	21,47	87	КП24026

Плов из говядины	150	6,07	7,62	16,74	167	КП24130
Чай витаминизированный "Витошка"	180			8,73	35	КП24046
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**605**	**11,15**	**14,52**	**63,34**	**414**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Плюшка новомосковская	100	7,8	5,8	51	295	КП24134
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**300**	**8**	**5,8**	**57,5**	**322**	
Всего в день	**1 505**	**33,29**	**36,23**	**184,94**	**1 225**	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшённая молочная жидкая	165	6,16	7,26	29,04	205	КП24115
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**400**	**9,07**	**15**	**49,1**	**358**	
Завтрак второй						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10	46	КП24081
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,5**	**0,1**	**10**	**46**	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,5	5	15,13	200	КП24010
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,15	4,33	18,2	179	КП24049
Биточки рыбные с соусом томатным	80	9,33	5,08	10,67	125	КП24214
Напиток яблочный	180	0,27	0,09	9,27	39	КП24113
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**655**	**24,87**	**17,6**	**69,94**	**647**	
Полдник						
Кефир	100	2,85	3,15	8,8	76	КП24087
Всего в Полдник	**100**	**2,85**	**3,15**	**8,8**	**76**	
Уплотненный полдник						
Вак-беляш	80	4,96	6,4	19,04	162	КП24096
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**280**	**5,16**	**6,4**	**25,54**	**189**	
Всего в день	**1 535**	**42,45**	**42,25**	**163,38**	**1 315**	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша манная молочная	160	6,9	8,05	18,66	199	КП24084
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**400**	**13,6**	**11,65**	**43,26**	**348**	
Завтрак второй						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Обед						
Суп с рисовой крупой	200	2,13	2	13,33	135	КП24111
Макароны отварные с маслом	130	3,22	4,86	23,38	187	КП24052
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	80	7,5	7,2	8	130	КП24218

Компот из смеси сухофруктов	180	0,9	0,04	24,75	99	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**655**	**17,37**	**17,2**	**86,14**	**655**	
Полдник						
Йогурт	100	2,1	2,2	10	96	КП22246
Всего в Полдник	**100**	**2,1**	**2,2**	**10**	**96**	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	4,65	14,2	146	КП24057
Кисель фруктовый	200			3,02	76	КП24083
Всего в Уплотненный полдник	**300**	**5**	**4,65**	**17,22**	**222**	
Всего в день	**1 555**	**38,22**	**35,75**	**161,76**	**1 343**	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	6,67	8,08	29,18	216	КП24079
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП24044
Бутерброд с маслом (30/5)	35	2,71	7,74	13,56	126	КП24082
Всего в Завтрак	**400**	**9,78**	**18,13**	**52,94**	**411**	
Завтрак второй						
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10	46	КП24081
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,5**	**0,1**	**10**	**46**	
Обед						
Суп-лапша домашняя	200	4,79	6,07	16	225	КП24016
Пюре гороховое	130	2,76	1,6	25,09	123	КП24108
Котлеты мясные с соусом томатным	80	7,5	7,2	8	130	КП24210
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180	0,18	0,09	15,48	108	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**655**	**18,84**	**18,06**	**81,24**	**691**	
Полдник						
Молоко кипячённое	100	2,73	3,07	4,27	55	КП24130
Всего в Полдник	**100**	**2,73**	**3,07**	**4,27**	**55**	
Уплотненный полдник						
Пирожки печённые с яблоками	80	4,8	4,16	35,2	197	КП24103
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**280**	**5**	**4,16**	**41,7**	**224**	
Всего в день	**1 535**	**36,85**	**43,51**	**190,15**	**1 426**	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	160	7,6	10,93	25,6	228	КП24048
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Бутерброд с сыром (30/10)	40	6,5	3,6	18,1	122	КП24080
Всего в Завтрак	**400**	**14,3**	**14,53**	**50,2**	**377**	
Завтрак второй						
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак второй	**100**	**0,4**	**0,4**	**8,8**	**82**	
Обед						
Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	50	0,75	1,75	3,38	33	КП24107
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	1,31	3,64	8,76	73	КП24027
Жаркое по-домашнему (говядина)	130	5,72	8,58	20,07	224	КП24099

Компот из смеси сухофруктов						
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый	20	1,62	2,8	7,07	46	ДАВЛ002
Всего в Обед	**605**	**12,29**	**17,11**	**73,63**	**533**	
Полдник						
Напиток яблочный	100	0,15	0,05	5,15	22	КП24113
Всего в Полдник	**100**	**0,15**	**0,05**	**5,15**	**22**	
Уплотненный полдник						
Омлет натуральный	80	6,58	5,99	10,58	154	КП24088
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом	25	2	0,3	9,6	59	ДАВЛ001
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Всего в Уплотненный полдник	**305**	**8,78**	**6,29**	**26,68**	**240**	
Всего в день	**1 510**	**35,92**	**38,38**	**164,46**	**1 253**	
Итого		**381,46**	**403,24**	**1 719,07**	**13 028**	
Среднее за период		**38,15**	**40,32**	**171,91**	**1 303**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		**11,71**	**27,86**	**52,78**		