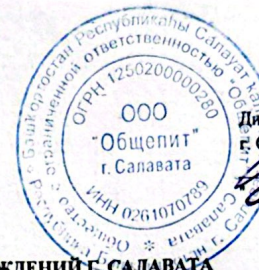


СОГЛАСОВАНО:

Заведующий



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Общепит"

г. Салавата

В.В. Маков

2025 г.

ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. САЛАВАТА
категории ясли/сада с 10,5 часовым пребыванием детей (СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Введено в работу "03" марта 2025 г

Возрастная категория: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 1 День 1

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.22.1 (С)	Каша пшенная молочная (жидкая)	134	4	5,1	22,2	150,7	155	4,8	6,12	26,6	180,8
	7.1(С)	Чай с сахаром	200	0,13	0,026	6,13	24	200	0,13	0,026	6,13	24
	6.23	Хлеб пшеничный с вит -мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
	Итого за завтрак		374	7,43	5,486	56,33	274,7	405	9,11	6,596	67,8	330,05
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	3.3.2 С	Йогурт (для детского питания)	100	4,1	3,2	10	98	100	4,1	3,2	10	98
	1.1(С)	Кондитерское изделие	30	0,48	0,42	9,6	51,3	30	0,48	0,42	9,6	51,3
Итого за второй завтрак			130	4,58	3,62	19,6	149,3	130	4,58	3,62	19,6	149,3
ОБЕД	1.5.7 С	Суп картофельный с лапшой домашней	150	6,8	5,9	5,9	104	180	8,2	7,11	7,02	125
	5.21.2 (С)	Салат из соленых огурцов с луком репчатым и зеленым горошком	30	0,035	3,87	0,75	31,2	50	0,06	6,45	1,2	52
	2.139.3 С	Курица тушенная в соусе	50	4,2	3,5	8,33	81,1	70	5,9	4,9	11,7	113,5
	4.3.2 С	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,16	3,96	25,37	114	130	7,28	4,68	30	134,7
	3.1.2 С	Чай "Витаминизированный"	150	0,33	0,15	7,7	62,2	180	0,45	0,18	9,2	74,7
	6.23	Хлеб пшеничный с вит -мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	0,18	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			540	21,615	18,06	84,05	528,5	680	27,64	24,32	109,72	692,4
	4.12.3 С	Макаронные изделия с тертым сыром	110	7,5	8,4	21,5	194	135	9,2	10	25,8	232
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	15	1,25	0,13	10,5	37,5	20	1,65	0,18	14	50
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,2	36	180	1,26	1	7,2	43,2
Итого за подник			275	9,85	9,33	38,2	267,5	335	12,11	11,18	47	325,2
Итого за день:				43,475	36,496	198,18	1220		53,44	45,716	244,12	1496,95

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Несемь 1 день 2

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.9.2 (С)	Каша овсяная "Грустос" молочная жидкая	134	4.3	6	20.8	155.1	155	5	7	24	179
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	200	1.4	1.11	8	48	200	1.4	1.11	8	48
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валестек-8"	40	3.3	0.36	28	100	50	4.18	0.45	35.07	125.25
Итого за завтрак			374	9	7.47	56.8	303.1	405	10.58	8.56	67.07	352.25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	7.10 (С)	Компот из свежих плодов	150	0.1	0.1	10.3	43	180	0.18	0.09	11.34	46.8
	1.1 (С)	Кондитерское изделие	30	0.48	0.42	9.6	51.3	30	0.48	0.42	9.6	51.3
	Итого за второй завтрак		180	0.58	0.52	19.9	94.3	210	0.66	0.51	20.94	98.1
ОБЕД	ТТКС№27 (С)	Борщ из свежей капусты с картофелем	155	2.52	3	7	64.4	185	3.02	3.78	8.46	76.8
	ТТКС№2.179.1 (С)	Котлеты из рыбы "Алешкины" с соусом	70	8.1	5.7	6.9	114.8	80	9.7	6.8	8.2	137.7
	4.5.3 (С)	Каша рисовая рассыпчатая	110	2.75	2.64	27.5	104	130	3.29	3.98	32.5	122.9
	7.5 (С)	Чай с сахаром и лимоном	150	0.01	0.03	6.5	27	180	0.01	0.03	7.8	32.4
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валестек-8"	20	1.65	0.18	14	50	20	1.65	0.18	14	50
Итого за обед			535	17.47	12.05	83.9	446.2	645	21.77	15.59	107.56	562.3
ПОЛДНИК	9.2.2 С	Запеканка из творога с повидлом	130	21.75	15.75	27.6	180	150	24.4	17.7	31	207.6
	7.2 (С)	Чай с сахаром	150	0.1	0.02	4.6	18	180	0.12	0.024	5.52	21.6
Итого за полдник			280	21.85	15.77	32.2	198	330	24.52	17.724	36.52	229.2
Итого за день:				48.9	35.81	192.8	1041.6		57.53	42.384	232.09	1241.85

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 1 день 3

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	4.5 (С)	Омлет натуральный	130	11,6	19	2,2	226	150	14,5	23	2,7	282
	7.1(С)	Чай с сахаром	200	0,13	0,026	6,13	24	200	0,13	0,026	6,13	24
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			370	15,03	19,386	36,33	350	400	18,81	23,476	43,9	431,25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	1.27	Фрукты свежие	130	0,4	0,4	9,8	47,3	130	0,4	0,4	9,8	47,3
Итого за второй завтрак			130	0,4	0,4	9,8	47,3	130	0,4	0,4	9,8	47,3
ОБЕД	1.9.7 (С)	Суп картофельный с бобовыми и гречками	160	4	3,08	17,02	122	195	4,8	3,7	20,42	146,5
	ТТК №2.8.3 (С)	Котлеты рубленные из птицы с соусом	70	8,33	12,45	9,13	98	80	9,99	14,9	10,9	117,6
	1.12 С	Салат "Здоровье"	30	0,45	1,55	2,15	24	50	0,75	2,58	3,58	40
	5.6 (С)	Картофельное пюре	110	2,2	3,4	14,75	100	130	2,68	4	17,42	118,2
	7.4 (С)	Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,03	8,2	36	180	0,81	0,04	102	45
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	35	1,65	0,18	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			570	19,77	21,19	87,25	516	720	24,78	26,22	204,92	659,8
ПОЛДНИК	1.58.1 С	Суп молочный с пшеном	150	2,6	3,1	10,9	81	180	3,12	3,72	13	97,2
	6.61.2 С	Булочка кунцевская	50	3,9	3,35	23,7	153	50	3,9	3,35	23,7	153
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,2	36	180	1,26	1	7,2	43,2
Итого за полдник			350	7,6	7,25	40,8	270	410	8,28	8,07	43,9	293,4
Итого за день:				42,8	48,226	174,18	1183,3		52,27	58,166	302,52	1431,75

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Несем 1 день 4

Итого за день:														
Прим. пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вс	от 1 до 3 лет			ценность	Бюла	Вс	от 3 до 7 лет			ценность	Энергетич.
				Пшеничные вещества	Жиры	Углеводы				Пшеничные вещества	Жиры	Углеводы		
Завтрак	9.21.2 (С)	Каша молочная манная жидкая	134	3,55	5,02	16	123	155	4,16	5,92	18,5	141,6	48	48
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,11	8	48	200	1,4	1,11	8	48	48	48
Завтрак	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25	314,85	125,25
	Итого за завтрак													374
Второй завтрак	1.1(С)	Кондитерское изделие	30	0,48	0,42	9,6	51,3	30	0,48	0,42	9,6	51,3	51,3	51,3
	3.32.1 (С)	Напиток "Апельсиновый"	150	0,1	0,01	11	54	150	0,1	0,01	11	54	54	54
Итого за второй завтрак			180	0,58	0,43	20,6	105,3	180	0,58	0,43	20,6	105,3	105,3	105,3
Обед	ТТК №1.2.2(С)	Шн из свежей капусты с картофелем	155	3	3,3	5,1	62,4	185	4,17	4,17	6,12	78,42	78,42	78,42
	ТТК №2.18.3 (С)	Тефтели из говядины с рисом с соусом	70	5,7	10,5	6,4	142,9	80	6,8	12,6	7,6	171,4	171,4	171,4
	4.2.3 С	Макаронные изделия отварные	110	2,56	2,75	15,3	96,3	130	3,02	3,25	18	113,8	113,8	113,8
	3.8.1 С	Кисель витаминизированный "Кислук"						180	0,0018	0,0018	12,6	55,8	55,8	55,8
	7.5 (С)	Чай с сахаром и лимоном	150	0,01	0,03	6,5	27							
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	0,18	14	50	50	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5	142,5	142,5
Итого за обед			535	15,36	17,26	69,3	464,6	645	19,7418	21,0218	94,92	611,92	611,92	611,92
	6.9.3 С	Булочка "Домашняя"	50	3,6	5,7	27,1	125	70	5	8	38	175	175	175
	1.32.1 (С)	Суп молочный с крупой "Артек"	150	2	2,9	10,1	75	180	2,4	3,6	12	90	90	90
	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6	21,6	21,6
	Итого за полдник		350	5,7	8,62	41,8	218	430	7,52	11,624	55,52	286,6	286,6	286,6
			29,89	32,8	183,7	1058,9		37,5818	40,5558	232,61	1318,67	1318,67	1318,67	

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 1 день 5

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.8.2 (С)	Каша молочная "Дружба"	134	4	5	21	150	155	4,6	5,8	24,2	173
	3.29.2 (С)	Какао с молоком	200	3,33	2,5	12	84	200	3,33	2,5	12	94
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			374	10,63	7,86	61	334	405	12,11	8,75	71,27	392,25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6
	1.1(С)	Кондитерское изделие	30	0,48	0,42	9,6	51,3	30	0,48	0,42	9,6	51,3
Итого за второй завтрак			180	0,58	0,44	14,2	69,3	210	0,6	0,444	15,12	72,9
ОБЕД	ТТК №1.3.5 (С)	Рассольник ленинградский	155	2,82	3,6	9,2	63	185	2,89	4,41	11	75,2
	ТТК №3.1 (С)	Плов из курицы	130	12,3	15,94	20,54	178	150	14,2	18,39	23,7	205,4
	1.11 С	Салат "Пестрый"	30	0,3	1,35	3,2	26	50	0,5	2,25	5,33	43,33
	7.10 (С)	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	10,3	43	180	0,18	0,09	11,34	46,9
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	0,18	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			515	19,61	21,67	79,24	446	635	23,52	26,14	101,97	563,33
ПОЛДНИК	9.24.1 С	Каша гречневая рассыпчатая с молоком	150	6,8	6,7	27,8	200	150	6,8	6,7	27,8	200
	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	15	1,25	0,13	10,5	37,5	20	1,65	0,18	14	50
Итого за полдник			315	8,15	6,85	42,9	255,5	350	8,57	6,904	47,32	271,6
Итого за день:				38,97	36,82	197,34	1104,8		44,8	42,238	235,68	1300,08

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 2 день 6

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.9.2 (С)	Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	134	4,3	6	20,8	155,1	155	5	7	24	179
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,11	8	48	200	1,4	1,11	8	48
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			374	9	7,47	56,8	303,1	405	10,58	8,56	67,07	352,25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	7.9	Сок фруктовый						100	0,5	0,1	10,1	46
	3.32.1 (С)	Напиток "Апельсиновый"	150	0,1	0,01	11	54					
Итого за второй завтрак			150	0,1	0,01	11	54	100	0,5	0,1	10,1	46
ОБЕД	ТТК№1.26.2 С	"Бумас аши"(Затируха)	150	5,7	4,2	34,5	198	180	6,84	5,04	41,4	237
	2.173.2 С	Чикенбол с соусом	70	10,5	7,3	5,8	131	80	12	8,34	6,62	149,7
	4.3.2 С	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,16	3,96	25,37	114	130	7,28	4,68	30	134,7
	5.10.2 (С)	Маринованная капуста	30	0,65	1,8	4,1	35,6	50	1,1	3	6,8	59
	7.4 (С)	Чай сахаром и лимоном	150	0,7	0,03	8,2	36	180	0,81	0,04	10,2	45
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	0,18	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			560	27,8	17,97	113,97	650,6	690	33,78	22,1	145,62	817,9
ПОЛДНИК	4.12.3 С	Макаронные изделия с тертым сыром	110	7,5	8,4	21,5	194	135	9,2	10	25,8	232
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	15	1,25	0,13	10,5	37,5	20	1,65	0,18	14	50
	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6
Итого за полдник			275	8,85	8,55	36,6	249,5	335	10,97	10,204	45,32	303,6
Итого за день:				45,75	34	218,37	1257,2		55,83	40,964	268,11	1519,75

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 2 день 7

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. Ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.4.1 (С)	Каша "Артек" молочная жидкая	134	5	5	26,4	171	155	5,8	5,7	30,5	197,3
	7.1 (С)	Чай с сахаром	200	0,13	0,026	6,13	24	200	0,13	0,026	6,13	24
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			374	8,43	5,386	60,53	295	405	10,11	6,176	71,7	346,55
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	7.11 (С)	Чай "Витаминизированный"	150	0,33	0,15	7,7	62,2	180	0,45	0,18	9,2	74,7
	1.1(С)	Кондитерское изделие	30	0,48	0,42	9,6	51,3	30	0,48	0,42	9,6	51,3
Итого за второй завтрак			180	0,81	0,57	17,3	113,5	210	0,93	0,6	18,8	126
ОБЕД	ТТК №26(С)	Рассольник ленинградский	155	3	3,3	5,1	62,4	185	4,17	4,17	6,12	78,42
	2.180.2 С	Тефтели рыбные с соусом	70	5,2	6,4	6,72	105	80	5,94	7,3	7,7	120
	5.6 (С)	Картофельное пюре	110	2,2	3,4	14,75	100	130	2,68	4	17,42	118,2
	7.10 (С)	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	10,3	43	180	0,18	0,09	11,34	46,8
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	0,18	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			535	14,59	13,88	72,87	446,4	645	18,72	16,56	93,18	555,92
ПОЛДНИК	6.76.1(С)	Курник "Аппетитный"	70	11,2	15,6	23,1	187	70	11,2	15,6	23,1	187
	6.20 (С)	Кефир с сахаром	150	4,1	4,2	10	96	180	4,92	5,04	12	115,2
Итого за полдник			220	15,3	19,8	33,1	283	250	16,12	20,64	35,1	302,2
Итого за день:				39,13	39,636	183,8	1137,9		45,88	43,976	218,78	1330,67

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 2 день 8

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	4.16 (С)	Каша рисовая молочная (жидкая)	134	3,3	5,2	20	140,4	155	3,8	6	23	162
	7.3 (С)	Чай с сахаром и лимоном	200	2,8	2,2	10,4	73	200	2,8	2,2	10,4	73
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			374	9,4	7,76	58,4	313,4	405	10,78	8,65	68,47	360,25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6
	1.1(С)	Кондитерское изделие	30	0,48	0,42	9,6	51,3	30	0,48	0,42	9,6	51,3
Итого за второй завтрак			180	0,58	0,44	14,2	69,3	210	0,6	0,444	15,12	72,9
ОБЕД	1.23.2 С	"Свекольник"	150	6,04	4,8	9,6	118	180	10,4	5,76	11,52	152,2
	4.2.3 С	Макаронные изделия отварные	110	2,56	2,75	15,3	96,3	130	3,02	3,25	18	113,8
	5.21.2 (С)	Салат из соленых огурцов с луком репчатым и зеленым горошком	30	0,035	3,87	0,75	31,2	50	0,06	6,45	1,2	52
	ТТК №2.8.3 (С)	Котлеты рубленные из птицы с соусом	70	8,33	12,45	9,13	98	80	9,99	14,9	10,9	117,6
	7.4 (С)	Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,03	8,2	36	180	0,81	0,04	102	45
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	0,18	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			560	21,755	24,58	78,98	515,5	690	30,03	31,4	194,22	673,1
ПОЛДНИК	6.10.3 С	Ватрушка с творогом	60	6,5	4,3	23,2	163	60	6,5	4,3	23,2	163
	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6
	9.21.2 (С)	Каша молочная манная жидкая	134	3,55	5,02	16	123	155	4,16	5,92	18,5	141,6
Итого за полдник			344	10,15	9,34	43,8	304	395	10,78	10,244	47,22	326,2
Итого за день:				41,885	42,12	195,38	1202,2		52,19	50,738	325,03	1432,45

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 2 день 9

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.8.2 (С)	Каша молочная "Дружба"	134	4	5	21	150	155	4,6	5,8	24,2	173
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,11	8	48	200	1,4	1,11	8	48
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			374	8,7	6,47	57	298	405	10,18	7,36	67,27	346,25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	1.27	Фрукты свежие	130	0,4	0,4	9,8	47,3	130	0,4	0,4	9,8	47,3
Итого за второй завтрак			130	0,4	0,4	9,8	47,3	130	0,4	0,4	9,8	47,3
ОБЕД	1.5.7 С	Суп картофельный с лапшой домашней	150	6,8	5,9	5,9	104	180	8,2	7,11	7,02	125
	2.122.2(С)	Зразы школьные с соусом	70	7	8,8	6,5	134,4	80	8,4	10,65	7,8	161,3
	3.32.1 С	Напиток "Апельсиновый"	150	0,1	0,01	11	54	180	0,1	0,01	11	54
	4.10.3С	Рагу из овощей	110	6,6	6,02	10,42	126,8	130	7,8	7,12	12,32	150
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	0,18	14	50	50	20	0,18	14	50	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			530	23,12	35,23	105,82	555,2	640	28,78	39,71	124,74	682,8
ПОЛДНИК	9.9.2 (С)	Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	134	4,3	6	20,8	155,1	155	5	7	24	179
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	15	1,25	0,13	10,5	37,5	20	1,65	0,18	14	50
	3.30.2 (С)	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,2	36	180	1,26	1	7,2	43,2
Итого за полдник			299	6,65	6,93	37,5	228,6	355	7,91	8,18	45,2	272,2
Итого за день:				38,87	49,03	210,12	1129,1		47,27	55,65	247,01	1348,55

Возраст: от 1 до 3 и от 3 до 7 лет.

Неделя 2 день 10

Прим. пицк	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	от 1 до 3 лет			Энергетич. ценность	Вес блюда	от 3 до 7 лет			Энергетич. ценность
				Пищевые вещества					Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	9.22.1 (С)	Каша пшеничная молочная (жидкая)	134	4	5,1	22,2	150,7	155	4,8	6,12	26,6	180,8
	3.31.2 (С)	Кофейный напиток на молоке	200	2	2	10	66	200	2	2	10	66
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	40	3,3	0,36	28	100	50	4,18	0,45	35,07	125,25
Итого за завтрак			374	9,3	7,46	60,2	316,7	405	10,98	8,57	71,67	371,85
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	3.2.2 С	Напиток "Витаминизированный"	150	0,6	0,05	8	49,05	180	0,6	0,05	8	49,05
	1.1(С)	Кондитерское изделие	30	0,48	0,42	9,6	51,3	30	0,48	0,42	9,6	51,3
	Итого за второй завтрак			180	1,08	0,47	17,6	100,35	210	1,08	0,47	17,6
ОБЕД	ТТКМ27 (С)	Борщ из свежей капусты с картофелем	155	2,52	3	7	64,4	185	3,02	3,78	8,46	76,8
	5.37.2 С	Маринад овощной без томатом	30	0,35	2,65	2,95	37	50	0,58	4,4	4,91	61,7
	4.5.3 С	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,75	2,64	27,5	104	130	3,29	3,98	32,5	122,9
	2.69.3 С	Фрикадельки мясные с соусом	70	6,53	5,36	4,78	95	80	7,46	6,13	5,46	108,5
	7.10 (С)	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	10,3	43	180	0,18	0,09	11,34	46,8
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	20	1,65	0,18	14	50	20	1,65	11,34	14	50
	6.24	Хлеб ржаной	30	2,44	0,5	22	86	50	4,1	0,82	36,6	142,5
Итого за обед			545	16,34	14,43	58,53	279,4	625	20,28	36,54	113,87	609,2
ПОЛДНИК	2.13 С	Суп молочный с вермишелью	150	3,3	3,1	11,9	89	180	3,96	3,72	14,3	106,8
	6.23	Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек-8"	15	1,25	0,13	10,5	37,5	20	1,65	0,18	14	50
	7.1 (С)	Чай с сахаром	150	0,1	0,02	4,6	18	180	0,12	0,024	5,52	21,6
Итого за полдник			315	4,65	3,25	27	144,5	380	5,73	3,924	33,82	178,4
Итого за день:				31,37	25,61	193,33	1040,95		38,07	43,504	236,36	1260
Среднее значение за период:				40,18	38,05	194,72	1137,60		48,49	46,39	254,23	1368,07

Ответственные лица за разработку меню:

Технолог Меметалиева В.Р.
Управляющий подразделением
"Детские сады" Шелудченко М.С.

Бухгалтер Халитова Р.Р.

Согласовано:
Начальник ПЭО Султанова Л.Г.

Заместитель директора
по производству Афанасьев С.С.

