

МЕНЮ САД 1 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша пшеничная с молоком	180,00	4,46	6,45	18,70	165,00	7.н124с-2	9,43%
	Какао с молоком	180,00	2,85	2,97	13,66	101,80	7.14/10/1	5,82%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	4,08%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	1,87%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	0,94%
	итого за прием	400,00	10,75	15,02	48,50	387,30		22,13%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36		4,88%
Обед	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,81	1,35	4,99	33,70	7.275/4	1,93%
	Щи из свежей капусты со сметаной	200,00	1,62	2,77	8,47	66,50	4.6/2	3,80%
	Картофельное пюре	120,00	2,56	4,11	15,90	119,68	7,153	6,84%
	Биточки (котлеты)из мяса говядины паровые	80,00	12,90	13,80	0,29	193,70	7.14/8	11,07%
	Компот из сухофруктов	180,00	0,9	0	32,9	129	4.6/10	7,37%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	4,32%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,56%
	итого за прием	685,00	22,95	22,69	89,41	662,98		37,89%
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	100,00	12,80	16,80	9,30	271,00	7.н039-6	15,49%
	Молоко сгущёное	10,00	1,16	1,63	10,72	46,60	7.262	2,66%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	95,80	7,298	5,47%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,56%
	Кисломолочный продукт	180,00	9,00	5,80	15,40	156,00	7.356	8,91%
	итого за прием	340,00	25,80	32,79	68,34	614,25		35,10%
итого за день	1 625,00	60,30	71,30	225,85	1 749,89		100,00%	

* Печенье,вафли,зефир,пряники

МЕНЮ САД 2 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	180,00	5,3	7,9	23,1	190,2	7.н123с4	13,45%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,40	2,40	13,30	95,60	7.13/10/1	6,76%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,31%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,16%
	итого за прием	400,00	11,14	15,90	52,54	406,30		28,73%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	4,20	4,20	12,40	47,50		3,36%
	Салат изотварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60,00	1,11	3,71	9,30	83,30	4.27/1	5,89%
Обед	Суп картофельный с рыбой	200,00	7,10	5,20	14,70	146,10	4.19/2	10,33%
	Тефтели из говядины с рисом "Ежики"	80,00	13,00	12,00	5,20	202,40	7.31/8/3	59,89%
	Капуста тушёная со сметаной	120,00	2,28	4,50	11,60	87,90	7.2/133	26,01%
	Напиток из клюквы/брусники	200,00	0,10	0,00	15,10	65,50	7.15/15	19,38%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	5,34%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	3,17%
	итого за прием	660,00	26,64	22,36	73,46	622,30		44,01%
Уплотненный полдник	Биточки (Котлеты) рыбные	90	11	3,2	1,5	136	7.н355	9,62%
	Горошек зелёный	30,00	0,39	1,11	0,80	17,00	7.1/1/3	1,20%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	95,80		6,77%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	3,13%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	3,17%
	итого за прием	350,00	14,27	12,87	46,82	337,95		23,90%
	итого за день	1 610,00	56,25	55,33	185,22	1 414,05		100,00%

* Печенье, вафли, зефир, пряники

МЕНЮ САД 3 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	180,00	5,00	6,30	20,60	172,60	7.н066-2	34,18%
	Какао с молоком	180,00	3,00	3,10	13,90	105,60	7.14/10/1	
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	4,30%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	1,97%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	0,99%
	итого за прием	400,00	11,44	15,00	50,64	398,70	0,00	24,03%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00	5,15%
Обед	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50,00	1,14	7,58	3,40	77,10	7.19/1/1	15,27%
	Борщ вегитарианский со сметаной	200,00	1,35	4,00	8,50	70,60	7.136	4,26%
	Азу	230,00	20,79	20,18	20,15	344,00	7.н152	20,74%
	Компот из чернослива и изюма	180,00	0,19	0,00	15,30	57,80	7.5/10/1	3,48%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	4,55%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,70%
	Чеснок	3,00	0,10	0,00	0,15	1,15	0,10	0,07%
	итого за прием	720,00	27,63	32,42	74,21	669,90	0,00	40,38%
Уплотненный полдник	Омлет (запеченный или паровой)	110,00	5,40	8,30	2,50	163,60	7.н038/3	9,86%
	Ватрушка с повидлом	70,00	4,30	4,20	41,00	240,30	7.150/2	14,48%
	Чай на молоке	200,00	5,00	5,36	17,82	150,60	7.182	9,08%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,70%
	итого за прием	400,00	95,14	113,66	340,38	505,00	20,10	30,44%
итого за день		1 720,00	135,01	161,88	484,83	1 658,96	40,10	100,00%

МЕНЮ САД 4 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	180,00	4,33	6,30	18,80	165,40	7.11/4/1	10,52%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,40	2,40	13,30	95,60	7.13/10/1	6,08%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,08%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,04%
	итого за прием	400,00	10,17	14,30	48,24	381,50		24,26%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36		5,43%
	Салат из от варного картофеля,моркови,свеклы с реп .луком,сол. огурцом с растительным маслом	50,00	0,71	4,48	5,48	69,90	7.29/1/1	4,44%
Обед	Суп лапша с мясом куры со сметаной	200,00	7,44	3,92	11,20	117,68	7.47с/6	7,48%
	Бигус с мясом куры	230,00	26,10	8,84	13,80	230,90	7.н350	14,68%
	Компот из яблок и чернослива	180,00	0,16	0,06	13,5	51,39	7.3/10/1	3,27%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	4,80%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,85%
	итого за прием	670,00	37,86	13,48	65,36	520,37		33,09%
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с рисом	100,00	13,35	18,60	24,70	290,70	4.14/5	18,48%
	Повидло/джем	15,00	0,05	0,00	10,10	34,80	7.1/1/9	2,21%
	Кисломолочный продукт	180,00	9,00	5,80	15,40	156,00	7.356	9,92%
	Кондитерское изделие*	25,00	2,60	1,30	19,20	104,00	7.298	6,61%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,20	38,90	7.050	2,47%
	итого за прием	320,00	25,00	25,70	69,40	585,50		37,23%
итого за день	1 590,00	73,83	54,28	202,60	1 572,73		100,00%	

Печенье,вафли,зефир,пряники

МЕНЮ САД 5 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	Каша молочная(рис,греча) с маслом сливочным	180,00	4,90	6,40	24,40	167,50	4.18/4	19,88%
	Какао с молоком	180,00	2,85	2,97	13,60	123,50	7.14/10/1	14,66%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	3,88%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,95%
	итого за прием	400,00	11,19	14,97	54,14	411,50		48,85%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36		10,13%
	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,81	1,35	4,99	33,70	7.275/4	4,00%
	Свекольник с мясом и сметаной	200,00	5,42	6,00	15,00	142,50	7.258/6	16,92%
	Макаронные изделия отварные с овощами	150,00	4,23	3,30	29,22	173,10	7.н151	20,55%
	Гуляш из мяса говядины	80,00	14,80	12,70	4,50	132,40	7.256	15,72%
	Компот изкураги и изюма	200,00	0,33	0,08	14,50	54,00	2/10	6,41%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	8,97%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	5,32%
	итого за прием	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	0,00	5,32%
Уплотненный полдник	Суп молочный с лапшой	200,00	3,40	3,70	12,00	88,55	4.21/2	10,51%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	5,26%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	5,56%
	Коржик	68,00	39,96	36,44	49,30	121,00	7.103/3	14,36%
	итого за прием	400,00	5,39	3,90	36,44	300,65		31,47%
	итого за день	1 020,00	18,78	19,83	119,79	842,36		100,00%

МЕНЮ САД 6 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180,00	3,03	5,50	19,50	136,70	7.н162-2	8,32%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,40	2,40	13,30	95,60	7.13/10/1	5,82%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	1,99%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,00%
	итого за прием		400,00	13,50	13,50	48,94	352,80	
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36		5,20%
	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	40,00	0,49	2,95	3,66	40,40	7.21/1/2	2,46%
Обед	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	200,00	1,98	3,49	15,70	98,90	7.043с	6,02%
	Картофельное пюре	120,00	2,56	4,11	15,90	119,68	7,153	7,29%
	Шницель из мяса говядины	80,00	15,00	13,80	1,90	194,20	7.н-234	11,82%
	Напиток "Валитек"	200,00	0,19	0,00	15,30	57,20	7.343/1	3,48%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	4,60%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,73%
	итого за прием		660,00	23,89	22,06	75,66	590,38	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	100,00	12,80	16,80	9,30	271,00	7.н039-6	16,50%
	Молоко сгущёное	10,00	1,16	1,63	10,72	46,60	7.262	2,84%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	95,80	7,298	5,83%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,73%
	Кисломолочный продукт	180,00	9,00	5,80	15,40	156,00	7.356	9,50%
	итого за прием		340,00	25,80	32,79	68,34	614,25	

	итого за день	1 600,00	63,99	69,15	212,54	1 642,79		100,00%
--	----------------------	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------	--	----------------

* Печенье,вафли,зефир,пряники

МЕНЮ САД 7 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180,00	4,10	5,38	18,90	151,70	7.н043/1	10,07%
	Какао с молоком	180,00	2,85	2,97	13,60	123,50	7.14/10/1	8,20%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,17%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,09%
	итого за прием	400,00	10,39	13,95	48,64	395,70		26,27%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36		5,67%
	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	30,00	0,85	2,00	4,50	29,50	7.13/1/3	1,96%
Обед	Суп рыбный с крупой	200,00	7,92	2,40	16,30	127,00	7.423	8,43%
	Каша гречневая рассыпчатая	130,00	2,20	6,10	12,60	123,00	7.076	8,17%
	Гуляш из отварного мяса говядины	80,00	13,60	13,80	0,34	183,40	7.14/8	12,18%
	Компот из яблок и кураги	180,00	0,33	0,08	14,50	54,60	7.1/10/1	3,62%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	5,02%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,98%
	итого за прием	650,00	28,21	23,04	70,60	608,40		40,39%
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные с рисом в соусе	120,00	15,10	9,40	13,70	221,10	7.12/7/4	14,68%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	106,60	7.209-1	7,08%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	2,94%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,98%
	итого за прием	350,00	17,98	17,96	58,22	416,85		27,67%
	итого за день	1 600,00	57,38	55,75	197,06	1 506,31		100,00%

* Печенье, вафли, зефир, пряники

МЕНЮ САД 8 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	Омлет натуральный	140,00	11,00	14,20	3,55	211,20	7.н038/7	13,20%
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,00	38,30	7.354/3	2,39%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	
	Джем	30,00	0,1	0	22,4	85,4	7.1/1/10	5,34%
	итого за прием пищи	400,00	13,42	15,10	51,06	406,30		25,40%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36		5,34%
Обед	Салат из от варного картофеля,моркови,свеклы с реп .луком,сол. огурцом с растительным маслом	60,00	0,86	5,30	6,60	85,00	7.29/1	5,31%
	Рассольник с крупой и сметаной	180,00	1,73	4,41	12,80	105,70	7.11/2/2	6,61%
	Соус молочный	30,00	0,90	1,50	2,50	30,70	7.107	1,92%
	Суфле из печени	120,00	33,10	11,20	10,50	302,40	7.38/8/3	18,91%
	Компот из кураги и изюма	180,00	0,30	0,00	14,70	55,30	7.4/10/1	3,46%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	4,72%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,80%
	итого за прием пищи	630,00	41,05	23,07	73,96	699,50		43,73%
Уплотненный полдник	Каша кукурузная молочная с маслом	180,00	12,70	16,70	9,30	243,80	7.095/2	15,24%
	Сдоба обыкновенная	60,00	4,19	4,76	6,14	75,4	4.8/12	4,71%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	2,77%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,80%
	итого за прием пищи	440,00	18,33	21,62	36,65	408,35		25,53%
	итого за день	1 670,00	73,60	60,59	181,27	1 599,51		100,00%

МЕНЮ САД 9 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	180,00	5,86	7,34	25,2	199,3	7.н080-2
	Какао с молоком	180,00	3,00	3,10	13,90	105,60	7.14/10/1
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435
	итого за прием	400,00	12,30	16,04	55,24	425,40	
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	
	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50,00	1,10	7,50	3,40	85,20	7.19/1/1
Обед	Салат изотварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60,00	1,11	3,71	9,30	83,30	4.27/1
	Суп из овощей с мясом курицы со сметаной	200,00	8,90	10,30	9,80	182,80	7.н106-3
	Картофельное пюре	120,00	2,56	4,11	15,90	119,68	7.153
	Котлета из мяса курицы	80,00	8,50	9,60	1,00	144,40	7.н114/1
	Напиток из сухофруктов и шиповника	180,00	0,30	0,00	18,10	72,60	7.7/10/1
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050
	итого за прием	700,00	25,53	28,38	80,96	723,18	
Уплотненный полдник	Лапшевник с творогом	90,00	6,90	8,80	25,80	209,10	7.н121/3
	Молоко сгущённое	10,00	1,16	1,63	10,72	46,60	7.262
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050
	Кондитерское изделие*	25,00	2,60	1,30	19,20	104,00	7.298
	Кисломолочный продукт	180,00	9,00	5,80	15,40	156,00	7.356
	итого за прием	325,00	21,06	17,69	80,73	560,55	
	итого за день	1 625,00	59,69	62,91	236,53	1 794,49	

МЕНЮ САД 10 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	180,00	5,00	6,30	20,60	172,70	7.н066-2	12,18%
	Кофейный напиток с молоком	180,00	2,40	2,40	13,30	95,60	7.13/10/1	6,74%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/	5,03%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,31%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	
	итого за прием	400,00	10,84	14,30	50,04	388,80		27,41%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		3,00%
	Салат овощной с зелёным горошком	0,60	1,00	1,90	7,10	54,40	7.013	3,84%
Обед	Суп гороховый с мясом и сметаной	200,00	7,90	5,90	14,00	153,80	7.н086-2	10,84%
	Бигус с мясом	230,00	20,30	18,70	14,20	250,70	7.061	17,68%
	Напиток из клюквы/брусники	200,00	0,14	0,00	14,90	64,10	7.15/15	4,52%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	5,33%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	3,16%
	итого за прием	690,00	32,50	25,26	69,96	589,00		41,53%
Уплотненный полдник	Суп молочный с лапшой	200,00	3,40	3,70	12,00	88,55	7.21/2/4	6,24%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	3,12%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	3,30%
	Шанежка с картофелем	70,00	5,30	6,20	29,80	218,30	7.148	15,39%
	итого за прием	470,00	10,69	10,10	66,24	397,95		28,06%
	итого за день	1 660,00	54,43	50,06	196,04	1 418,35		100,00%

МЕНЮ САД 11 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180,00	4,10	5,38	18,90	151,70	7.н043/1	10,08%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,52	2,50	15,10	103,30	7.13/10/1	6,87%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	4,75%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,17%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,09%
	итого за прием	400,00	10,06	13,48	50,14	375,50		24,96%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		2,83%
	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,81	1,35	4,99	33,70	7.275/4	2,24%
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200,00	2,14	3,50	16,58	112,90	7.060	7,50%
	Бифштекс рубленый паровой	80,00	19,50	17,40	0,30	261,80	7.13/8	17,40%
	Картофель отварной	120,00	2,28	2,61	19,95	119,20	7.63с	7,92%
	Компот из сухофруктов	180,00	0,9	0	32,9	129	4.6/10	8,57%
	Хлеб ржаной	40,00	2,76	0,50	17,25	75,55	7.003	5,02%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,98%
	итого за прием	640,00	28,98	24,17	96,59	743,30		49,40%
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	100,00	12,80	16,80	9,30	271,00	7.н039-6	18,01%
	Молоко сгущёное	10,00	1,16	1,63	10,72	46,60	7.262	3,10%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	95,80	7,298	6,37%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	2,98%
	Кисломолочный продукт	180,00	9,00	5,80	15,40	156,00	7.356	10,37%
	итого за прием	240,00	13,00	15,99	59,04	343,25		22,81%
	итого за день	1 380,00	52,44	54,04	215,57	1 504,65		100,00%

МЕНЮ САД 12 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	180,00	5,3	7,9	23,1	190,2	7.н123с4	12,73%
	Какао с молоком	180,00	3,00	3,10	13,90	105,60	7.14/10/1	7,07%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	4,78%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,19%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,10%
	итого за прием	400,00	11,74	16,60	53,14	416,30		27,86%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	1,00	0,20	20,40	94,50	7.031-1	6,32%
	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	30,00	0,33	2,00	3,80	32,80	7.13/1/3	2,20%
Обед	Суп картофельный с рыбой	200,00	6,40	5,00	14,70	141,40	4.19/2	9,46%
	Бефстроганов из отварной говядины в молочно- сметанном соусе	80,00	14,80	12,70	4,50	132,40	7.257	8,86%
	Макаронные изделия отварные	110,00	4,31	2,56	30,00	172,50	7.н151-8	11,54%
	Напиток из шиповника	200,00	0,31	0,00	18,10	76,10	7.15/15	5,09%
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	74,00	7.003	4,95%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,27	0,15	12,84	39,50	7.050	2,64%
	итого за прием	650,00	29,69	20,89	96,84	635,90		42,56%
Уплотненный полдник	Рис в молоке	180,00	12,80	16,90	9,30	273,20	7,253-1	18,28%
	Чай с лимоном	180,00	0,03	0,00	8,10	34,90	4.11/10	2,34%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,27	0,15	12,84	39,50	7.050	2,64%
	итого за прием	380,00	14,10	17,05	30,24	347,60		23,26%
	итого за день	1 530,00	56,53	54,74	200,62	1 494,30		100,00%

МЕНЮ САД 13 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	180,00	4,33	6,30	18,80	165,40	7.11/4/1	63,52%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,52	2,50	15,10	103,30	7.13/10/1	39,67%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189	27,42%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/	12,56%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	6,30%
	итого за прием	400,00	14,40	14,40	50,04	389,20		149,48%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		16,36%
	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст. маслом	0,50	0,86	3,40	6,80	57,90	7.4/1/1	22,24%
Обед	Борщ с фасолью вегетарианский со сметаной	200,00	1,98	3,49	15,70	98,90	7.068	37,98%
	Биточки рыбные	80,00	15,00	6,68	7,00	161,70	7.355	62,10%
	Рис припущенный с овощами	150,00	2,50	4,10	15,90	119,00	7.179/1	45,70%
	Компот из яблок и кураги	180,00	0,30	0,00	15,80	58,80	7.1/10/1	22,58%
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	72,40	7.003	27,81%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	17,97%
	итого за прием	670,00	24,33	14,95	83,94	557,60		214,16%
Уплотненный полдник	Рагу из овощей	100,00	1,89	2,15	10,22	70,57	7.н180/1	27,10%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,20	12,84	38,90	7.050	14,94%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	106,60	7.209-1	40,94%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	17,01%
	итого за прием	330,00	4,89	10,75	57,97	260,37		100,00%

МЕНЮ САД 14 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша пшеничная с молоком	180,00	6,50	6,00	31,20	206,00	7.н124с-4	16,15%
	Какао с молоком	180,00	2,85	2,97	13,60	123,50	7.14/10/1	9,68%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	5,60%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,29%
	итого за прием	400,00	12,79	14,57	60,94	450,00		35,28%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		3,34%
	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком сол.огурцом с раст. маслом	60,00	0,85	5,37	6,58	83,80	7.29/1/4	6,57%
Обед	Суп овощной с мясом курицы	200,00	4,70	2,26	6,36	110,40	7.044с	8,66%
	Суфле куриное с рисом	80,00	11,30	13,60	4,30	205,10	7.н114/1	16,08%
	Соус сметанный	50,00	0,36	2,40	1,19	31,60	7.6/11/1	2,48%
	Напиток из клюквы/брусники	200,00	0,14	0,00	14,90	64,10	0,60	7.15/15
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,30	16,72	65,16	7.003	5,11%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	3,67%
	итого за прием	590,00	21,09	18,76	56,31	523,16		41,02%
Уплотненный полдник	Омлет (запеченный или паровой)	80,00	6,35	8,80	2,00	112,90	7.н038/3	8,85%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	
	Кисломолочный продукт	180,00	5,80	6,43	17,00	100,00		7,84%
	итого за прием	280,00	14,10	15,43	31,84	259,70		20,36%
итого за день		1 370,00	48,38	49,16	158,89	1 275,46		100,00%

МЕНЮ сад 15 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	180,00	5,86	7,34	25,2	196,5	7.н080-2	14,39%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,52	2,50	15,10	103,30	7.13/10/1	7,56%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189	5,23%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,39%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,20%
	итого за прием	400,00	11,82	15,44	56,44	420,30		30,77%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		3,12%
	Салат овощной с зеленым горошком	60,00	1,12	2,25	5,76	43,30	7.013	3,17%
Обед	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	200,00	1,54	3,5	11,3	87,62	7.274	6,42%
	Капуста тушеная со сметаной	120,00	2,25	4,50	11,52	86,70	7.2/133	6,35%
	Биточки из мяса говядины паровые	80,00	11,3	11,45	5,49	188,4	7.14/8	13,79%
	Компот из сухофруктов и шиповник	180,00	0,30	0,00	18,10	72,60	7.7/10/1	5,32%
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	72,40	7.003	5,30%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	3,43%
	итого за прием	640,00	19,94	20,13	75,95	554,52		40,60%
	Лапшевник с творогом	90,00	6,90	8,80	25,80	209,10	7.н121/3	15,31%
	Молоко сгущенное	10,00	1,16	1,63	10,72	46,60	7.262	3,41%
Уплотненный полдник	Чай на молоке	200,00	12,3	15,4	28,8	273	7.182	19,99%
	Сдоба обыкновенная	60,00	4,19	4,76	6,14	75,4	4.8/12	5,52%
	итого за прием	260,00	16,49	20,16	34,94	348,40		25,51%
	итого за день	1 400,00	48,65	56,13	177,13	1 365,82		100,00%

МЕНЮ сад 16 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептур ы	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливками	180,00	3,5	5	18,7	135,2	7.н123с3	8,84%
	Какао с молоком	180,00	2,80	2,90	13,60	99,70	7.14/10/1	6,52%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189	4,67%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,14%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,07%
	итого за прием	400,00	9,74	13,50	48,44	355,40		23,25%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		2,79%
	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,90	1,35	5,00	31,10	7.143/1	2,03%
Обед	Рассольник домашний с мясом и сметаной	200,00	6,1	6,28	13,1	142,5	4.6/2	9,32%
	Картофельное пюре	120,00	2,50	4,10	15,90	119,00	7.153	7,78%
	Котлета из говядины	80,00	12,4	10,8	3,7	179,2	7.н163/1	11,72%
	Компот из сухофруктов	180,00	0,9	0	32,9	129	4.6/10	8,44%
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	72,40	7.003	4,74%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	3,06%
	итого за прием	640,00	26,45	21,86	95,14	688,90		45,06%
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	80,00	12,3	15,4	28,8	273	7.н039-5	17,86%
	Молоко сгущённое	10,00	1,16	1,63	10,72	46,60	7.262	3,05%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	3,06%
	Кисломолочный продукт	180,00	4,19	4,76	6,14	75,4		4,93%
	итого за прием	290,00	19,60	21,99	58,50	441,80		28,90%
	итого за день	1 430,00	56,19	57,75	211,88	1 528,70		100,00%

*

МЕНЮ сад 17 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в ккал. %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша вязкая кукурузная молочная с маслом сливочным	180,00	3,5	5	18,7	135,2	7.н123с3	9,21%
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,52	2,50	15,10	103,30	7.13/10/1	7,04%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189/4	4,86%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,23%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,12%
	итого за прием	400,00	9,46	13,10	49,94	359,00		24,46%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		2,90%
	Салат из отварного картофеля с реп. луком, солёным огурцом с раст. маслом	60,00	0,85	5,37	6,58	83,80	7.29/1/4	5,71%
Обед	Суп рыбный с крупой	200,00	8,4	2,84	17,3	135,4	7.423	9,22%
	Капуста тушёная со сметаной	120,00	2,20	4,50	11,50	86,70	7.2/133	5,91%
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	80,00	12,4	10,8	3,7	179,2	7.н163/1	12,21%
	Компот из яблок и изюма	180,00	0,9	0	32,9	129	4.6/10	8,79%
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	72,40	7.003	4,93%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	3,19%
	итого за прием	640,00	28,45	18,82	94,94	649,50		44,25%
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные с рисом в соусе	120,00	15,10	9,40	13,70	221,10	7.12/7/4	15,06%
	Кондитерское изделие*	30,00	1,44	8,40	23,31	106,60	7.209-1	7,26%
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60	44,30	4.11/10	3,02%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	3,06%
	итого за прием	350,00	17,98	17,96	58,22	416,85		28,40%
	итого за день	1 490,00	56,29	50,28	212,90	1 467,95		100,00%

МЕНЮ сад 18 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептур ы	Доля приема пищи в кКал. %
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша манная молочная со сливочным маслом	180,00	4,2	5,4	19,3	139,9	7.н066-2	8,73%
	Какао с молоком	180,00	2,80	2,90	13,60	99,70	7.14/10/1	6,22%
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4	2021/189	4,45%
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7	2021/01/3	2,04%
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40	7.435	1,02%
	итого за прием	400,00	10,44	13,90	49,04	360,10		22,46%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,40	0,40	9,80	42,60		2,66%
	Салат из отварного картофеля,моркови,свеклы с репчатым луком сол.огурцом с раст. маслом	60,00	0,85	5,37	6,58	83,80	7.29/1/4	5,23%
Обед	Суп из овощей вегитарианский со сметаной	200,00	1,64	4,14	9,82	87,8	7.170	5,48%
	Суфле из печени с рисом	120,00	27,40	10,00	3,63	235,10	7.035/8/5	14,66%
	Соус молочный	30,00	0,9	1,55	2,46	30,1	7.107	1,88%
	Компот из сухофруктов	180,00	0,9	0	32,9	129	4.6/10	8,05%
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	72,40	7.003	4,52%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80	7.050	2,92%
	итого за прием	590,00	35,39	16,37	78,35	601,20		37,50%
Уплотненный полдник	Омлет (запеченный или паровой)	110,00	5,40	8,30	2,50	163,60	7.н038/3	10,20%
	Ватрушка с повидлом	70,00	4,30	4,20	41,00	240,30	7.150/2	14,99%
	Чай на молоке	200,00	5,00	5,36	17,82	150,60	7.182	9,39%
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,61	44,85	7.050	
	итого за прием	400,00	16,10	18,02	70,93	599,35	7.050	37,38%
	итого за день	1 490,00	62,33	48,69	208,12	1 603,25		100,00%

МЕНЮ сад 19 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша молочная(рис,греча) с маслом сливочным	180,00	4,90	6,40	24,40	167,50
	Кофейный напиток на молоке	180,00	2,52	2,50	15,10	103,30
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11	71,4
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03	32,7
	Сыр	5,00	1,10	1,20	0,00	16,40
	итого за прием	400,00	10,86	14,50	55,64	391,30
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,80	0,80	19,60	85,36
	Салат из белокочанной капусты с кукурузой,луком и раст.маслом	45,00	0,90	1,35	5,00	31,10
Обед	Рассольник Ленинградский со сметаной	200,00	1,94	3	14,02	95,8
	Каша гречневая рассыпчатая	100,00	4,94	4,94	30,68	180,60
	Биточки из курицы	80,00	11,7	12	6,9	201
	Кисель Валетек	200,00	0,02	0	0,36	2,8
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70	72,40
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84	46,80
	итого за прием	640,00	23,15	20,62	81,50	599,40
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с рисом	100,00	13,35	18,60	24,70	290,70
	Повидло/джем	15,00	0,05	0,00	10,10	34,80
	Кисломолочный продукт	180,00	9,00	5,80	15,40	156,00
	Кондитерское изделие*	25,00	2,60	1,30	19,20	104,00
	Хлеб пшеничный	20,00	1,40	0,16	9,20	38,90
	итого за прием	240,00	13,05	7,26	53,90	333,70
	итого за день	1 380,00	47,86	43,18	210,64	1 409,76

№ рецептур ы	Доля приема пищи в с/крат. %
4.18/4	11,88%
7.13/10/1	7,33%
2021/189	5,06%
2021/01/3	2,32%
7.435	1,16%
	27,76%
	6,05%
7.4/1/1	2,21%
7.165-1	6,80%
7.44/3/3	12,81%
7.н019	14,26%
7.343/2	0,20%
7.003	5,14%
7.050	3,32%
	42,52%
4.14/5	20,62%
7.1/1/9	2,47%
7.356	11,07%
7.298	7,38%
7.050	2,76%
7.050	23,67%
	100,00%

МЕНЮ сад 16 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)		
			Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	180,00	5,86	7,34	25,2
	Какао с молоком	180,00	2,80	2,90	13,60
	Батон	30,00	2,32	0,9	16,11
	Масло	5,00	0,02	3,5	0,03
	итого за прием	395,00	11,00	14,64	54,94
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	100,00	0,80	0,80	19,60
	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,90	1,35	5,00
Обед	Рассольник домашний с мясом и сметаной	200,00	6,1	6,28	13,1
	Котлета из говядины	80,00	12,4	10,8	3,7
	Рагу из овощей	130,00	2,56	4,6	13,1
	Напиток "Валитек"	200,00	0,19	0,00	15,30
	Хлеб ржаной	40,00	2,60	0,48	16,70
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84
	итого за прием	790,00	28,30	26,46	90,64
Уплотненный полдник	Макаронные изделия отварные с сыром	80,00	12,3	15,4	28,8
	Сдоба обыкновенная	60,00	4,19	4,76	6,14
	Хлеб пшеничный	20,00	1,95	0,20	12,84
	Чай с лимоном	180,00	0,04	0,00	11,60
	итого за прием	340,00	18,48	20,36	59,38
	итого за день	1 625,00	58,58	62,26	224,56

Ценность (ккал)	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
199,3	7.н080-2	12,03%
99,70	7.14/10/1	6,02%
71,4	2021/189/4	4,31%
32,7	2021/01/3	1,97%
403,10		24,33%
85,36		5,15%
31,10	7.143/1	1,88%
142,5	4.6/2	8,60%
179,2	7.н163/1	10,82%
111,6	7.180-2	6,74%
57,20	7.343/1	3,45%
72,40	7.003	4,37%
46,80	7.050	2,82%
728,70		43,99%
273	4.43-2/4	16,48%
75,4	4.8/12	4,55%
46,80	7.050	2,82%
44,30	4.11/10	2,67%
439,50		26,53%
1 656,66		100,00%

МЕНЮ ЯСЛИ 2 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	150,00	2,90	4,20	15,70	101,40	0,30	7.н123с3	8,42%
	Кофейный напиток	180,00	2,50	2,50	12,70	83,70	0,40	7.13/10/1	6,95%
	Батон с маслом	34,00	2,33	4,2	16	90,3	0	7.035/3	7,49%
	Сыр	5,00	1,19	1,23	0,00	14,78	0,04	7.435	1,23%
	итого за прием	369,00	8,92	12,13	44,40	290,18	0,74		24,08%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		7,08%
Обед	Суп картофельный с рыбой	150,00	9,50	3,20	11,00	109,00	0,40	4.19/2	9,05%
	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50,00	1,00	7,50	3,40	74,90	1,60	7.19/1/1	6,22%
	Гуляш из мяса говядины	60,00	8,60	7,54	3,50	80,10	0,00	7.256	6,65%
	Макаронные изделия отварные с овощами	120,00	4,90	4,90	30,60	128,00	7,20	7.н151	10,62%
	Компот из чернослива и изюма	150,00	0,24	0,00	17,50	65,00	50,20	7.5/10/2	5,39%
	Хлеб ржаной	30,00	1,80	0,30	13,20	56,70	0,00	7.002/1	4,71%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,00	7.048	1,72%
	итого за прием	570,00	26,80	23,53	84,20	534,40	59,40		44,35%
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные с рисом в соусе	120,00	14,80	8,40	9,60	191,10		7.12/7/4	15,86%
	Кондитерское изделие*	15,00	0,12	0,00	11,70	41,00	0,70		3,40%
	Чай с лимоном	150,00	0,03	0,00	11,00	42,10	4,60	7.022/2	3,49%
	Хлеб пшеничный	0,76	0,09	5	20,7	20,7	0,00	7.050	1,72%
	итого за прием	285,76	15,04	13,40	53,00	294,90	5,30		24,48%
	итого за день	1 424,76	51,56	49,86	201,20	1 204,84	85,44		100,00%

* Печенье, вафли, зефир, пряники

МЕНЮ ЯСЛИ 3 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша кукурузная с маслом сливочным	150,00	3,40	4,74	16,64	120,50	0,40	4/4	10,12%
	Какао с молоком	180,00	3,39	3,20	14,20	96,50	0,50	7.14/10/1	8,11%
	Батон с маслом	34,00	2,33	4,2	16	90,3	0	7.035/3	7,58%
	Сыр	5,00	1,19	1,23	0,00	14,78	0,04	7.435	1,24%
	итого за прием	369,00	10,31	13,37	46,84	322,08	0,94		27,05%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00	20,00		1,68%
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	30,00	0,33	2,00	3,87	29,00	0,50	7.13/1/3	2,44%
	Борщ с мясом и сметаной	150,00	4,40	4,80	6,50	83,70	0,60	7.н39с	7,03%
	Соус молочный	25,00	0,78	1,32	2,00	22,70	0,02	7.178	1,91%
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	150,00	11,60	8,10	31,20	238,10	0,80	7.н38/8/3	20,00%
	Напиток из клюквы/брусники	150,00	0,10	0,00	11,30	43,60	0,00	7.15/15	3,66%
	Хлеб ржаной	30,00	1,80	0,30	13,20	56,70	0,00	7.002/1	4,76%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,00	7.048	1,74%
	Чеснок	0,03	0,16	0,00	0,15	1,15	0,00		0,10%
	итого за прием	545,03	19,93	16,61	73,22	495,65	1,92		41,63%
Уплотненный полдник	Омлет (запеченный или паровой)	80,00	6,35	8,80	2,00	112,90	0,10	7.н038/3	9,48%
	Чай с лимоном	150,00	0,03	0,00	11,00	42,10	4,60	7.022/2	3,54%
	Ватрушка с творогом	50,00	6,40	7,80	20,70	177,10	0,00	5/12	14,88%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,00	7.050	1,74%
	итого за прием	290,00	7,19	16,69	36,70	352,80	4,60		29,63%
итого за день		1 204,83	38,23	66,27	242,12	1 190,53	27,46		100,00%

МЕНЮ ЯСЛИ 4 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша пшённая молочная со сливочным маслом	150,00	3,7	4,1	16,4	113,7	0,4	7.174	9,04%
	Кофейный напиток	180,00	2,50	2,50	12,70	83,70	0,40	7.13/10/1	6,66%
	Батон с маслом	34,00	2,33	4,2	16	90,3	0	7.035/3	7,18%
	Сыр	5,00	1,19	1,23	0,00	14,78	0,04	7.435	1,18%
	итого за прием	369,00	9,72	12,03	45,10	302,48	0,84		24,06%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		6,79%
Обед	Суп лапша на курином бульоне	150,00	2,4	2,5	19	103,5	0,3	4.20/2	8,23%
	Бигус с мясом куры	180,00	15,9	5,6	7,3	136,4	0	7.н350	10,85%
	Салат из от варного картофеля с реп луком, сол. огурцом с растительным маслом	30,00	0,4	1,8	3,4	31,1	1,2	7.31/1/1	2,47%
	Компот из яблок и чернослива	180,00	0,10	0,01	12,10	45,40	0,02	7.3/10/1	3,61%
	Хлеб ржаной	30,00	1,80	0,30	13,20	56,70	0,00	7.002/1	4,51%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,00	7.050	1,65%
Уплотненный полдник	итого за прием	580,00	21,36	10,30	60,00	393,80	1,52		31,32%
	Запеканка из творога с рисом	80,00	12,03	15,4	28,8	273	2,1	4.14/5	21,71%
	Повидло/джем	15,00	0,06	0,00	10,60	36,50	0,00		2,90%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,00	7.050	1,65%
	Кисломолочный продукт	150,00	4,19	4,8	6,1	83,8	2		6,66%
	Кондитерское изделие*	15,00	1,56	0,78	11,50	61,80	0,00		4,91%
	итого за прием	270,00	18,60	21,07	62,00	475,80	4,10		37,84%
	итого за день	1 419,00	50,48	44,20	186,70	1 257,44	26,46		100,00%

МЕНЮ ЯСЛИ 5 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша молочная(рис,греча) с маслом сливочным	150,00	3,60	4,80	18,30	123,50	0,30	4.18/4	9,94%
	Какао с молоком	180,00	3,14	3,19	14,06	106,40	0,50	7.14/10/1	8,56%
	Батон с маслом	34,00	1,54	0,60	10,66	47,00	0,00	7.035/3	3,78%
	Сыр	5,00	0,06	0,00	10,51	40,00	0,00	7.435	3,22%
	итого за прием	369,00	8,34	8,59	53,53	316,90	0,80		25,49%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		6,87%
Обед	Свекольник со сметаной	150,00	1,30	3,40	10,60	72,40	3,90	4.5/2	5,82%
	Биточки(Котлета) из мяса говядины паровые	60,00	8,20	8,55	1,20	113,90	0,00	7.14/8	9,16%
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	80,00	3,10	1,80	21,80	111,50	0,00	7.н151-4	8,97%
	Салат из отварного картофеля,моркови,реп.луком сол.огурцом и растительным маслом	30,00	0,42	4,00	3,30	50,59	1,00	7.31/1/1	4,07%
	Компот из яблок и кураги	150,00	0,25	0,00	13,10	49,00	2,20	7.1/10/4	3,94%
	Хлеб ржаной	30,00	1,80	0,30	13,20	56,70	0,00	7.002/1	4,56%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,02	7.050	1,67%
	итого за прием	510,00	15,83	18,14	68,20	474,79	7,12		38,20%
Уплотненный полдник	Рагу из овощей	110,00	2,30	2,20	11,60	70,20	0,20	7.180-2	5,65%
	Колбасный продукт (сосиска)	30,00	0,40	0,90	0,00	112,00	0,00	7.40/5	9,01%
	Чай с лимоном	150,00	0,03	0,00	11,00	42,10	4,60	7.022/2	3,39%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5	20,7	0,02	7.048	1,67%
	Коржик	68,00	39,96	36,44	49,30	121,00	0,01	7.103/3	9,73%
	итого за прием	368,00	43,45	39,63	76,90	366,00	4,83		29,44%
	итого за день	1 447,00	68,42	67,16	218,23	1 243,05	32,75		100,00%

МЕНЮ ЯСЛИ 6 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150,00	2,10	3,60	14,10	93,30	0,01	7.н162-3	7,78%
	Кофейный напиток	180,00	2,50	2,50	12,70	83,90	0,40	7.13/10/1	7,00%
	Батон с маслом	34,00	2,33	4,2	16	90,3	0	7.035/3	7,53%
	Сыр	5,00	1,19	1,23	0,00	14,50	0,04	7.435	1,21%
	итого за прием	369,00	8,24	11,50	42,80	282,10	0,45		23,53%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		7,12%
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	150,00	1,50	2,60	12,24	75,83	2,50	7.060	6,32%
	Картофельное пюре	90,00	1,91	2,75	11,90	76,90	20,90	7.153	6,41%
	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	40,00	0,49	2,96	3,66	40,10	0,90	7.21/1/2	3,34%
	Шницель из мяса говядины	60,00	10,00	9,33	2,61	134,28	0,90	7.н-234	11,20%
	Компот из чернослива и изюма	150,00	0,18	0,00	16,32	60,38	50,20	26 481,00	5,04%
	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,36	12,54	48,87	0,00	7.002/1	4,08%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,00	7.050	1,73%
	итого за прием	530,00	16,97	18,11	64,35	457,20	75,40		38,13%
Уплотненный полдник	Омлет (запеченный или паровой)	80,00	6,41	8,86	2,02	113,60	0,10	7.н038/2	9,48%
	Кондитерское изделие*	30,00	2,54	1,48	41,13	166,76			13,91%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,00	7.048	1,73%
	Кисломолочный продукт	150,00	4,19	4,79	6,14	75,48	2,00		6,30%
	итого за прием	270,00	13,90	15,22	54,31	376,73	2,10		31,42%
	итого за день	1 369,00	40,13	45,13	181,70	1 198,90	97,95		100,00%

* Печенье, вафли, зефир, пряники

МЕНЮ ЯСЛИ 7 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150,00	4,60	5,60	18,50	130,20	0,30	7.н080	10,91%
	Какао с молоком	180,00	3,39	3,22	14,29	96,50	0,50	7.14/10/1	8,09%
	Батон с маслом	34,00	2,33	4,20	16,00	90,30	0,00	7.0,35/3	7,57%
	Сыр	5,00	1,19	1,23	0,00	14,50	0,00	7.435	1,22%
	итого за прием	369,00	11,52	14,30	48,84	331,73	0,80		27,80%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		7,15%
Обед	Суп из свежей рыбы с крупой	150,00	5,99	1,84	12,27	94,66	4,00	7.42/3	7,93%
	Азу	180,00	12,55	11,46	0,22	102,00	0,00	7.13/8	8,55%
	Салат из свеклы с чесноком	45,00	0,95	1,35	5,12	31,56	0,00	7.143/1	2,65%
	Компот из яблок и кураги	150,00	0,26	0,05	13,19	49,01	24,50	7.1/10/4	4,11%
	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,36	12,54	48,87	0,00	7.002/1	4,10%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79		7.048	1,74%
	итого за прием	565,00	22,49	15,15	48,35	346,89	28,50		29,07%
Уплотненный полдник	Биточки (Котлеты) рыбные	80,00	11,10	2,44	2,31	93,01	0,50	7.н355	7,80%
	Горошек зелёный	30,00	0,88	1,14	1,78	21,07	0,70	7.1/1/3	1,77%
	Кондитерское изделие*	25,00	0,20	0,00	19,62	68,40	0,00		5,73%
	Чай с лимоном	150,00	0,03	0,00	11,07	42,12	4,60	7.022/2	3,53%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,00	7.050	1,74%
	итого за прием	295,00	12,97	3,68	39,80	245,40	5,80		20,57%
	итого за день	1 429,00	51,05	33,93	172,70	1 193,19	55,10		100,00%

* Печенье, вафли, зефир, пряники

МЕНЮ ЯСЛИ 8 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом сливочным	150,00	4,09	4,25	20,28	130,23	0,30	7.091/1	10,32%
	Кофейный напиток	180,00	2,50	2,50	12,70	93,10	0,40	7.13/10/1	7,38%
	Батон с маслом	34,00	1,54	0,60	10,66	47,00	0,00	7.035/3	3,73%
	Сыр	5,00	1,10	0,00	0,00	14,40	0,00	7.435	1,14%
	итого за прием пищи	369,00	10,14	12,20	49,94	322,29	0,70		25,55%
	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		6,77%
	Борщ вегитарианский со сметаной	150,00	1,05	3,28	6,43	55,00	0,09	7.136	4,36%
	Салат овощной с зелёным горошком	40,00	0,72	0,98	4,80	29,60	10,80	7.013	2,35%
	Капуста тушёная со сметаной	120,00	2,50	4,50	12,63	82,82	0,10	7.2/133	6,57%
	Котлета из говядины	70,00	12,84	11,17	2,76	161,79	0,23	7.н163/1	12,83%
	Компот из кураги и изюма	180,00	0,28	0,00	14,20	52,34	0,00	4.4/10	4,15%
	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,36	12,54	48,87	0,00	7.002/1	3,87%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,00	7.050	1,65%
	итого за прием пищи	600,00	20,15	20,40	58,43	451,29	11,22		35,78%
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	80,00	10,19	13,40	7,47	192,31	0,20	7.н039-6	15,25%
	Чай с лимоном	150,00	0,03	0,00	11,07	42,12	4,60	7.022/2	3,34%
	Сгущенное молоко	10,00	0,76	0,89	5,91	30,44	0,10		2,41%
	Сдоба обыкновенная	50,00	4,76	3,46	28,16	159,36	0,00	8/12	12,63%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,70	7.050	1,65%
	итого за прием пищи	300,00	16,50	17,86	57,63	445,02	5,60		35,28%
	итого за день	1 469,00	47,22	50,90	178,47	1 261,38	37,52		100,00%

МЕНЮ ЯСЛИ 9 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150,00	3,53	4,6	15,95	113,84	0,3	7.н043	9,25%
	Какао с молоком	180,00	3,39	3,22	21,56	123,76	0,50	7.14/10/1	10,06%
	Батон с маслом	34,00	2,33	4,20	16,02	90,37	0,00	7.035/3	7,34%
	Сыр	5,00	1,20	1,23	0,00	14,65	0,00	7.435	1,19%
	итого за прием	369,00	10,44	13,26	53,54	342,63	0,80		27,84%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		6,94%
Обед	Рассольник Ленинградский со сметаной	150,00	1,50	3,56	10,50	76,93	4,00	7.165-1	6,25%
	Картофельное пюре	90,00	1,91	2,75	11,95	76,74	20,90	7.153	6,24%
	Котлета из мяса куры	60,00	11,38	2,37	3,12	77,30	0,20	7.н114/1	6,28%
	Напиток из шиповника	150,00	0,28	0,00	15,81	58,83	66,80	7.15/10/1	4,78%
	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	30,00	0,33	2,04	3,87	29,11	2,60	7.13/1/3	2,37%
	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,36	12,54	48,87	0,00	7.002/1	3,97%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79		7.050	1,69%
	итого за прием	520,00	18,16	11,18	62,82	388,59	94,50		31,58%
Уплотненный полдник	Лапшевник с творогом	100,00	6,96	8,84	25,81	206,18	5,30	7.3/5	16,76%
	Повидло/джем	15,00	0,06	0,00	10,13	34,59	0,00		2,81%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,00	7.050	1,69%
	Кондитерское изделие*	30,00	0,96	0,84	24,27	94,50	0,00		7,68%
	Кисломолочный продукт	150,00	4,19	4,79	6,14	75,47	2,00		6,13%
	итого за прием	305,00	12,93	14,56	71,37	431,53	7,30		35,07%
	итого за день	1 394,00	42,81	39,10	206,06	1 230,50	122,60		100,00%

МЕНЮ ЯСЛИ 10 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Доля приема пищи в кКал, %
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	180,00	5,00	6,30	20,69	152,20	3,10	7.н066	13,03%
	Кофейный напиток	180,00	2,50	2,50	12,70	93,10	0,40	7.13/10/1	7,97%
	Батон с маслом	34,00	1,54	0,60	10,66	47,00	0,00	7.035/3	4,02%
	Сыр	5,00	1,10	0,00	0,00	14,40	0,00	7.435	1,23%
	итого за прием	399,00	10,14	9,40	44,05	306,70	3,50		26,25%
Второй завтрак	Сок/Фрукты в ассортименте	200,00	0,80	0,80	19,60	85,36	20,00		7,31%
Обед	Супгороховый с мясом и сметаной	150,00	5,90	4,30	10,60	102,00	1,20	7.н086-2	8,73%
	Голобцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100,00	6,80	8,20	6,50	124,00	0,60	7.31/8/3	10,61%
	Напиток из клюквы/брусники	150,00	0,10	0,00	11,30	43,60	0,00	7.15/15	3,73%
	Салат изотварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	30,00	0,70	3,80	5,80	56,90	0,90	4.27/1	4,87%
	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,36	12,54	48,87	0,00	7.002/1	4,18%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,10	7.050	1,78%
	итого за прием	470,00	16,24	16,75	51,75	396,16	2,80		33,91%
Уплотненный полдник	Рагу из овощей	110,00	2,30	2,20	11,60	70,20	0,20	7.180-2	6,01%
	Чай с лимоном	150,00	0,03	0,00	11,07	42,12	4,60	7.022/2	3,61%
	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,09	5,01	20,79	0,00	7.050	1,78%
	Колбасный продукт (сосиска)	30,00	0,40	0,90	0,00	112,00	0,00	7.40/5	9,59%
	Шанежка с картофелем	60,00	3,90	4,30	20,80	135,00	0,30	7.148	11,55%
	итого за прием	360,00	7,39	7,49	48,48	380,11	5,10		32,53%
	итого за день	1 429,00	34,57	34,44	163,88	1 168,33	31,40		100,00%

В питании детей используются

Обогащённые продукты:

- Хлеб обогащённый.
- Соль йодированная.
- Напитки витаминизированные.