

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Медведев В. В. (должность)

М.П. (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с 12ч, 3-7 л.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша молочная овсяная "Геркулес" жидкая с маслом	180	6,23	8,42	25,20	202,3	1
	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,75	2
	Чай с молоком	170	2,70	2,87	11,25	82,43	3
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	425	17,16	17,77	49,65	428,98	
ЗАВТРАК 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	100	3,00	6,00	4,10	85	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	6,00	4,10	85	
ОБЕД	Салат из свежкты с соленым огурцами	60	1,94	3,71	6,14	65,21	5
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	4,70	7,00	6,38	107,98	6
	Жаркое по-домашнему	180	13,25	12,74	17,86	239,24	7
	Компот из сухофруктов	180	1,75	0,36	39,06	163,37	376
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,39	74,43	0
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	26,49	25,08	97,68	715,73	
УПЛОТНЕНН	Оладьи со сгущенным молоком	110/20	9,83	9,92	50,23	333,97	8
	Молоко витаминизированное	180	5,22	5,76	8,46	108	0
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		390	15,40	16,03	67,31	483,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1605	62,05	64,88	218,74	1713,04	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
Ивановская Е.В. (должность)

И.И. (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с12ч

День 2							
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	25/5/15	3,30	5,55	12,94	115,39	11
	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	180	4,86	7,42	25,00	187,11	12
	Фрукты свежие (бананы)	100	1,05	0,35	14,70	67,2	0
	Какао с молоком	180	3,74	3,92	12,44	103,27	13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		485	12,95	17,24	65,08	472,97	
ЗАВТРАК 2	Кефир с сахарным сиропом	100/10	3,00	1,00	10,49	65,94	401
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	1,00	10,49	65,94	
ОБЕД	Винегрет овощной	60	2,55	4,66	7,58	81,65	14
	Суп вкартофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	180/20	1,06	2,07	7,33	52,34	15
	Рулет мясной с яйцом	80	3,76	5,05	7,00	88,74	17
	Пюре гороховое	100	8,06	2,88	18,63	128,16	423
	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	180	0,00	0,00	4,50	17,96	ТТК
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,31	59,54	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рыба запеченная в сметанном соусе	661	19,69	15,82	70,20	493,89	
	Картофель отварной	80	8,66	7,95	2,15	115,72	19
	Помидоры свежие	120	1,78	2,81	14,15	89,15	20
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	45	2,16	0,00	9,45	44,55	21
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Батон	180	0,74	0,14	23,58	99	22
		25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		450	15,22	11,63	62,18	413,92	
		1696	50,86	45,69	207,95	1446,72	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
А.С. Давыдов (должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с12ч

День 3							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	30/10	2,38	7,10	15,59	135,91	1
	Омлет натуральный	150	13,89	17,34	2,03	222,71	215
	Горошек зеленый консервированный	35	8,05	0,42	18,65	105,95	306
	Кофейный напиток витаминизированный с молоком	150	1,02	3,09	4,85	51,84	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		365	25,34	27,95	41,12	516,41	
ЗАВТРАК 2	Йогурт питьевой	100	4,95	3,17	3,47	67,32	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	4,95	3,17	3,47	67,32	
ОБЕД	Салат из свежкты с сыром	60	2,63	5,66	3,49	75,99	31
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,64	4,90	10,88	94,86	76
	Котлеты домашние	80	1,42	4,89	9,50	86,98	271
	Рагу из овощей	150	6,08	5,40	20,72	154,63	137
	Компот из сухофруктов	180	1,75	0,36	39,06	163,37	376
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,39	74,43	0
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	18,37	22,48	111,89	715,76	
УПЛОТНЕННИ	Запеканка морковная с творогом со сгущенным молоком	120/25	12,46	12,08	19,48	236,57	154
	Сдоба обыкновенная	50	4,03	2,28	29,30	156,46	466
	Фрукты свежие (груши)	100	0,36	0,27	9,27	42,3	0
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	9
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		450	22,07	20,39	66,51	543,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1655	70,73	73,99	222,99	1842,82	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с12ч

УТВЕРЖДАЮ
Давыдовская Е. В. (должность)
ОЦ (ФИО)
(дата)

День 4							
ЗАВТРАК	Бутерброды с джемом	25,5/20	2,04	3,80	27,25	149	2
	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	180/5	5,71	8,23	23,71	192,73	147
	Чай с молоком	170	2,70	2,87	11,25	82,43	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		375	10,45	14,90	62,21	424,16	
ЗАВТРАК 2	Вермишель молочная	200	4,88	5,38	11,88	116,76	536
	Кисломолоочный напиток "Снежок"	100	3,00	6,00	4,10	85	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		300	7,88	11,38	15,98	201,76	
ОБЕД	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	2,70	3,20	8,78	74,06	25
	Борщ со свежей капустой и картофелем на мясном бульоне, со сметаной	180	8,91	5,71	6,25	121,18	57
	Макаронник с мясом	150	24,10	15,71	92,05	604,63	292
	Компот из ягод замороженных	180	0,27	0,05	8,87	37,17	02
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,31	59,54	115
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ОБЕД		631	40,24	25,83	141,11	962,08	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Биточки рыбные запеченные	80	8,25	5,18	12,63	129,35	255
	Пюре картофельное	120	2,05	3,34	13,00	90,52	321
	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	60	0,94	3,05	4,57	51,01	03
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,74	0,14	23,58	99	22
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		465	13,86	12,44	66,63	435,38	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1771	72,43	64,55	285,93	2023,38	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: c12ч

День 5							
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	25/5/15	3,30	5,55	12,94	115,39	11
	Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/25	27,03	19,70	25,02	383,62	237
	Какао с молоком	180	3,74	3,92	12,44	103,27	13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	34,07	29,17	50,40	602,28	
ЗАВТРАК 2	Кефир с сахарным сиропом	100/10	3,00	1,00	10,49	65,94	401
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	1,00	10,49	65,94	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/25	4,30	3,42	9,81	87,73	84
	Котлеты рубленые из цыплят	80	11,11	15,44	22,66	276,75	305
	Пюре из овощей	130	6,19	3,43	22,00	142,08	330
	Огурец свежий	60	0,44	0,05	1,40	7,81	71
	Компот из сухофруктов	180	1,75	0,36	39,06	163,37	376
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,31	59,54	115
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
	ИТОГО ЗА ОБЕД		691	28,05	23,86	120,09	802,78
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	160	3,68	10,11	17,47	176,86	298
	Вафли	30	0,88	1,00	23,25	106,25	05
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0
	Чай с лимоном	180	0,18	0,00	4,81	20,65	393
		25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		495	6,97	12,19	67,00	410,62	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1641	72,09	66,22	247,98	1881,62	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Ткаченко Е.В. - (должность)

Отец

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Медведева Е.В. - (должность)

ИИ (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с12ч

День 6									
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	30/10	2,38	7,10	15,59	135,91	1		
	Каша молочная манная жидкая с маслом	200/5	6,26	7,76	30,38	217,42	185		
	Кофейный напиток витаминизированный с молоком	150	1,02	3,09	4,85	51,84	395		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	9,66	17,95	50,82	405,17		
ЗАВТРАК 2	Кефир с сахарным сиропом	100/10	3,00	1,00	10,49	65,94	401		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	1,00	10,49	65,94			
ОБЕД	Салат из свеклы с яблоками	50	0,46	2,58	3,56	39,5	35		
	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	180	8,57	7,78	13,12	155,09	81		
	Гуляш из отварного мяса	80	9,61	9,52	2,74	135,26	277		
	Рожки отварные	130	5,07	3,60	30,99	176,42	317		
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,74	0,14	23,58	99	22		
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,31	59,54	115		
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0		
	ИТОГО ЗА ОБЕД		681	28,71	24,78	99,15	730,31		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка рисовая с творогом, с джемом	130/20	8,46	7,02	37,41	243,7	189		
	Плюшка "Московская"	50	3,85	3,70	29,31	168,28	22		
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0		
	Чай с молоком	170	2,70	2,87	11,25	82,43	3		
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		450	15,36	13,94	86,59	535,77			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1611	56,73	57,67	247,05	1737,19			

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Миссия Е.В. (должность)

ОК

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с12ч

День 7									
ЗАВТРАК	Бутерброды с джемом			25/5/20	2,04	3,80	27,25	149	2
	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом			180/5	5,71	8,23	23,71	192,73	147
	Какао с молоком			180	3,74	3,92	12,44	103,27	13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				385	11,49	15,95	63,40	445	
ЗАВТРАК 2	Кисломолочный напиток "Снежок"			100	3,00	6,00	4,10	85	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2				100	3,00	6,00	4,10	85	
ОБЕД	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной			180	1,15	4,28	7,52	73,82	57
	Запеканка картофельная с печенью			140	8,67	4,68	20,10	157,44	291
	Огурец свежий			60	0,44	0,05	1,40	7,81	71
	Компот из сухофруктов			180	1,75	0,36	39,06	163,37	376
	Хлеб ржаной			36	2,38	0,43	12,31	59,54	115
	Батон			25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ОБЕД				621	16,27	10,53	93,24	527,48	
УПЛОТНЕННИЙ	Капуста тушеная с мясом			150	10,35	11,98	11,67	197,28	ТТК
	Пирожок печеный сдобный с яблоками			60	3,23	3,23	36,52	190,6	454
	Чай с лимоном			180	0,18	0,00	4,81	20,65	393
	Фрукты свежие (бананы)			100	1,05	0,35	14,70	67,2	0
	Батон			25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				515	16,69	16,29	80,55	541,23	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1621	47,45	48,77	241,29	1598,71	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
Фридрихс Е.В. (должность)
(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с12ч

День 8							
ЗАВТРАК	Яйца варенные	50	6,35	5,75	0,35	78,75	2
	Чай с молоком	170	2,70	2,87	11,25	82,43	3
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		245	10,93	9,35	24,45	226,68	
ЗАВТРАК 2	Йогурт питьевой	100	4,95	3,17	3,47	67,32	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	4,95	3,17	3,47	67,32	
ОБЕД	Салат из свежкы с зеленым горошком	45	1,85	1,90	5,33	44,95	34
	Булбон куринный с гренками	180/25	5,42	1,31	23,40	125,26	109
	Цыпята, тушенные в соусе с овощами	150	11,49	12,90	21,95	254,07	302
	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	180	0,00	0,00	4,50	17,96	ТТК
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,31	59,54	115
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ОБЕД		616	23,02	17,27	80,34	567,28	
УПОТРЕБЛЕНИЕ	Шницель рыбный натуральный	80	7,90	5,01	8,07	107,5	258
	Пюре картофельное	120	2,05	3,34	13,00	90,52	321
	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	60	0,94	3,05	4,57	51,01	03
	Печенье	20	0,68	6,04	8,90	106	06
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,74	0,14	23,58	99	22
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА УПОТРЕБЛЕНИЕ ПОЛДНИК		485	14,19	18,31	70,97	519,53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1446	53,09	48,10	179,23	1380,81	

Меню приготавливаемых блюд

УТВЕРЖДАЮ


Заведующий
Давыдов Е. В. (должность)
 (ФИО)
 (дата)

Возрастная категория: с12ч

День 9							
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	25/5/15	3,30	5,55	12,94	115,39	11
	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/25	30,14	22,80	31,33	451,05	231
	Кофейный напиток витаминизированный с молоком	150	1,02	3,09	4,85	51,84	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		325	34,46	31,44	49,12	618,28	
ЗАВТРАК 2	Кефир с сахарным сиропом	100/10	3,00	1,00	10,49	65,94	401
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	1,00	10,49	65,94	
ОБЕД	Салат из картофеля с огурцами сол.	60	0,65	3,10	3,95	46,82	22
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,36	4,12	6,46	69,12	6
	Ежики "Аппетитные"	120	3,78	13,46	17,42	207,53	274
	Компот из сухофруктов	180	1,75	0,36	39,06	163,37	376
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,31	59,54	115
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА ОБЕД		621	11,80	22,20	92,05	611,88	
УПЛОТНЕНН	Котлеты рубленые из цыплат	80	11,11	15,44	22,66	276,75	305
	Рагу из овощей	150	6,08	5,40	20,72	154,63	137
	Фрукты свежие (груши)	100	0,36	0,27	9,27	42,3	0
	Компот из ягод замороженных	180	0,27	0,05	8,87	37,17	02
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		535	19,70	21,89	74,37	576,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1581	68,96	76,53	226,03	1872,45	

