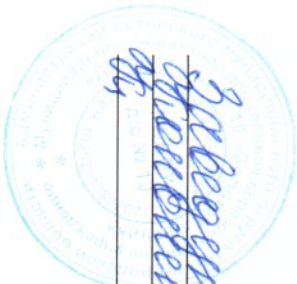


Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч , 3 - 7 л.

УТВЕРЖДАЮ

(подпись)
(ФИО)
(дата)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
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 свежкы с соленым огурцами	60	1,94	3,71	6,14	65,21	5
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	180	4,23	6,30	5,74	97,18	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 ржанои	45	2,97	0,54	15,39	74,43	0
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0
	ИТОГО ЗА ОБЕД		670	26,02	24,38	97,04	704,93
ПОЛДНИК	Оладьи со стущеным молоком	110/20	9,83	9,92	50,23	333,97	8
	Молоко витаминизированное	180	5,22	5,76	8,46	108	0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		290	15,05	15,68	58,69	441,97	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1485	61,23	63,83	209,48	1660,88	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Медсанитарная с/б (должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

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		
	Какао с молоком	180	3,74	3,92	12,44	103,27	13		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		385	11,90	16,89	50,38	405,77			
ЗАВТРАК 2	Кефир с сахарным сиропом	100/10	2,80	3,20	10,59	83,94	0		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	2,80	3,20	10,59	83,94			
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	ТК		
	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	661	19,69	15,82	70,20	493,89			
ПОЛДНИК	Печенье	20	0,68	6,04	8,90	106	06		
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,74	0,14	23,58	99	22		
	Фрукты свежие (бананы)	100	1,05	0,35	14,70	67,2	0		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	2,47	6,53	47,18	272,2			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1446	36,86	42,44	178,35	1255,8			

Меню приготавливаемых блюд



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Федеральный центр безопасности

Федеральный центр безопасности

(ФИО)
(дата)

Возрастная категория: **с10,5ч**

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 зеленые 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	100/10	3,00	6,00	10,59	110,94	01
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	6,00	10,59	110,94	
ОБЕД	Салат из свеклы с сыром	60	2,63	5,66	3,49	75,99	31
	Рассольник ленинградский со сметаной	180/5	1,48	4,41	9,79	85,37	76
	Котлеты Домашние	80	1,42	4,89	9,50	86,98	271
	Рагу из овощей	130	5,27	4,68	17,95	134,02	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		700	17,40	21,27	108,03	685,66	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	50	4,03	2,28	29,30	156,46	466
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	9
	Фрукты свежие (груши)	100	0,36	0,27	9,27	42,3	0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	9,61	8,31	47,03	306,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1495	55,35	63,53	206,77	1619,77	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Медицинской
службы
ОЦ
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

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	Кисломолоочный напиток "Снежок"	100	4,95	3,17	3,47	67,32	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	4,95	3,17	3,47	67,32	
ОБЕД	Борщ со свежей капустой и картофелем на мясном бульоне, со сметаной	180	8,91	5,71	6,25	121,18	57
	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
	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		681	24,68	18,49	70,48	554,27	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный сдобный с яблоками	60	3,23	3,23	36,52	190,6	454
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,74	0,14	23,58	99	22
	Фрукты свежие (бананы)	100	1,05	0,35	14,70	67,2	0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	5,02	3,72	74,80	356,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1496	45,10	40,28	210,96	1402,55	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Мониторинг Е.В. (должность)

И.И. (ФИО)

(дата)

День 5									
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	25/5/15	3,30	5,55	12,94	115,39	11		
	Запеканка из творога со сгущённым молоком	130/25	23,43	17,07	21,68	332,48	237		
	Какао с молоком	180	3,74	3,92	12,44	103,27	13		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	30,47	28,54	47,06	551,14			
ЗАВТРАК 2	Кефир с сахарным сиропом	100/10	2,80	3,20	10,59	83,94	0		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	2,80	3,20	10,59	83,94			
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		
	Огулец 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		
	ПОЛДНИК	30	0,88	1,00	23,25	106,25	05		
	Чай с лимоном	180	0,18	0,00	4,81	20,65	393		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0		
		310	1,41	1,35	36,68	168,26			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1436	62,73	54,95	214,42	1606,12			

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Иванов С.В. (должность)

И.И. (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

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	3,00	6,00	4,10	85	4		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	3,00	6,00	4,10	85			
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			
ПОЛДНИК	Плюшка "Московская"	50	3,85	3,70	29,31	168,28	22		
	Чай с молоком	170	2,70	2,87	11,25	82,43	3		
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	6,90	6,92	49,18	292,07			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1481	48,27	55,65	203,25	1512,55			

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Фондация

Иванов

(ФИО)

(должность)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

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"	100/10	2,80	3,20	10,59	83,94	0		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	2,80	3,20	10,59	83,94			
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			
ПОЛДНИК	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		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	4,46	3,58	56,03	278,45			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1446	35,02	33,26	223,26	1334,87			

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Медпунктом Д.В. (должность)

(ФИО)

(дата)

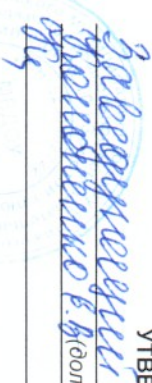
Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с 10,5ч

День 8									
ЗАВТРАК	Вермишель молочная	200	4,88	5,38	11,88	116,76	536		
	Яица 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	445	15,81	14,73	36,33	343,44			
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 свеклы с зеленым горошком	45	1,85	1,90	5,33	44,95	34		
	Булльон куринный с грибами	180/25	5,42	1,31	23,40	125,26	109		
	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		
	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		666	21,48	12,72	79,46	511,23			
ПОЛДНИК	Печенье	20	0,68	6,04	8,90	106	06		
	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	0,74	0,14	23,58	99	22		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	1,42	6,18	32,48	205			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1411	43,66	36,80	151,74	1126,99			

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

УТВЕРЖДАЮ

(ФИО)
(дата)



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			
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	100	1,40	2,52	7,97	60,75	137		
	Компот из ягод замороженных	180	0,27	0,05	8,87	37,17	02		
	Фрукты свежие (груши)	100	0,36	0,27	9,27	42,3	0		
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		405	3,91	3,57	38,96	205,72			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1451	53,17	58,21	190,62	1501,82			

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с10,5ч

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Федотова Е.В.
(ФИО)
(дата)



День 10							
ЗАВТРАК	Бутерброды с джемом	25/5/20	2,04	3,80	27,25	149	2
	Каша молочная пшенная жидкая с маслом	200/5	7,58	8,64	35,20	249,9	185
	Чай с молоком	130	0,90	0,94	7,27	41,35	394
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	10,52	13,38	69,72	440,25	
ЗАВТРАК 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	100/10	2,80	3,20	10,59	83,94	0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	2,80	3,20	10,59	83,94	
ОБЕД	Винегрет овощной	60	2,55	4,66	7,58	81,65	14
	Суп картофельный с клецками	200/25	1,88	1,04	11,36	63,1	85
	Тефтели мясные	80/40	2,15	5,73	12,78	112,22	286
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,64	5,32	38,94	237,88	313
	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		731	20,22	18,05	119,40	718,89	
ПОЛДНИК	Рыба запеченная в омлете	80	8,98	4,99	2,54	91,72	249
	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	180	0,00	0,00	4,50	17,96	ТТК
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	9,33	5,34	15,66	151,04	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1546	42,87	39,97	215,37	1394,12	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		14693	484,26	488,92	2004,22	14415,47	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1469,3	48,43	48,89	200,42	1441,55	