

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Неделя первая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | |  |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: понедельник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2/4 | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | **184** | 5,63 | 6,66 | 21,73 | 167,49 | **205** | 6,26 | 7,40 | 24,14 | 186,10 | **205** | 6,26 | 7,40 | 24,14 | 186,10 |
| 10/10 | Чай с сахаром | **150** | 0,03 | 0,00 | 6,90 | 26,49 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 |
| 1/13 | Батон с маслом | **25** | 1,56 | 3,66 | 10,37 | 80,70 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 |
|  | **Итого завтрак:** | **359,00** | **7,22** | **10,32** | **39,00** | **274,68** | **423,00** | **8,65** | **12,88** | **47,97** | **338,94** | **423,00** | **8,65** | **12,88** | **47,97** | **338,94** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3/РЦ.10.86.10.590 | Сок/Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте | **100** | 0,50 | 0,00 | 10,10 | 42,22 | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 |
| 3/2,,3/1 | Пюре фруктовое /Фрукт свежий(яблоко) | **50** | 0,30 | 0,05 | 9,60 | 38,50 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|  | **ОБЕД** | **150** | **0,8** | **0,05** | **19,7** | **80,72** | **150** | **0,4** | **0,4** | **14,55** | **67,00** | **150** | **0,4** | **0,4** | **14,55** | **67,00** |
| 156 | Суп картофельный с рыбой ( минтай) | **150** | 5,10 | 1,65 | 8,25 | 89,10 | **200** | 6,80 | 2,20 | 11,00 | 105,30 | **200** | 6,80 | 2,20 | 11,00 | 105,30 |
| 305 | Котлеты , рубленные из птицы | **50** | 7,86 | 8,04 | 8,31 | 137,00 | **70** | 11,00 | 11,26 | 11,64 | 191,00 | **90** | 14,15 | 14,47 | 14,96 | 247,00 |
| 6/11 | Соус сметанный | **15** | 0,19 | 1,04 | 0,66 | 12,79 | **30** | 0,38 | 2,07 | 1,31 | 25,58 | **30** | 0,38 | 2,07 | 1,31 | 25,58 |
| 43/3 | Макаронные изделия отварные | **110** | 4,28 | 3,16 | 26,90 | 155,91 | **150** | 5,84 | 4,30 | 36,68 | 212,61 | **150** | 5,84 | 4,30 | 36,68 | 212,61 |
| 6/10 | Компот из сухофруктов | **150** | 0,01 | 0,00 | 12,32 | 46,80 | **180** | 0,02 | 0,00 | 14,78 | 56,16 | **180** | 0,02 | 0,00 | 14,78 | 56,16 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **505,00** | **19,62** | **14,22** | **68,69** | **498,39** | **670,00** | **26,94** | **20,27** | **91,75** | **666,37** | **690,00** | **30,09** | **23,48** | **95,07** | **722,37** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19/5 | Суфле творожное | **80** | 11,81 | 10,76 | 11,43 | 188,60 | **100** | 14,76 | 13,45 | 14,29 | 235,83 | **100** | 14,76 | 13,45 | 14,29 | 235,83 |
| 2/11 | Молоко сгущенное | **15** | 1,08 | 1,26 | 8,34 | 49,20 | **20** | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,60 | **20** | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,60 |
| 5 | Молоко цельное | **150** | 4,35 | 4,80 | 7,05 | 90,00 | **180** | 5,22 | 5,76 | 8,46 | 108,00 | **180** | 5,22 | 5,76 | 8,46 | 108,00 |
|  | **Итого подник:** | **245,00** | **17,24** | **16,82** | **26,82** | **327,80** | **300,00** | **21,42** | **20,91** | **33,85** | **409,43** | **300,00** | **21,42** | **20,91** | **33,85** | **409,43** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1259,00** | **44,88** | **41,41** | **154,21** | **1181,59** | **1543,00** | **57,41** | **54,46** | **188,12** | **1481,74** | **1563,00** | **60,56** | **57,67** | **191,44** | **1537,74** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя первая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | |  |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: вторник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|  |  |  | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |  | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |  | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4/4 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | **184** | 4,91 | 5,80 | 29,77 | 188,59 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 |
| 11/10 | Чай с лимоном | **150** | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | **180** | 0,09 | 0,00 | 8,28 | 32,40 | **180** | 0,09 | 0,00 | 8,28 | 32,40 |
| 4/13 | Батон с маслом и сыром | **28** | 2,48 | 4,22 | 10,35 | 89,60 | **42** | 3,72 | 6,33 | 15,52 | 134,40 | **42** | 3,72 | 6,33 | 15,52 | 134,40 |
|  | **Итого завтрак:** | **362,00** | **7,47** | **10,02** | **47,02** | **305,19** | **427,00** | **9,27** | **12,77** | **56,88** | **376,34** | **427,00** | **9,27** | **12,77** | **56,88** | **376,34** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15/10 | Напиток из шиповника | **100,00** | 0,16 | 0,00 | 7,83 | 32,12 | **100,00** | **0,16** | **0,00** | **7,83** | **32,12** | **100,00** | **0,16** | **0,00** | **7,83** | **32,12** |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3/5 | Свекла отварная (дольками) | **15** | 0,18 | 0,00 | 1,07 | 5,50 | **30** | 0,36 | 0,00 | 2,13 | 11,00 | **30** | 0,36 | 0,00 | 2,13 | 11,00 |
| 24/96 | Суп с томатной пастой,яйцом, мясом и сметаной. | **159** | 4,37 | 4,56 | 5,92 | 112,00 | **211** | 5,21 | 5,54 | 7,87 | 132,00 | **211** | 5,21 | 5,54 | 7,87 | 132,00 |
| 99 | Котлеты из говядины" Здоровье" | **50** | 8,60 | 7,47 | 4,98 | 123,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3/3 | Картофельное пюре | **110** | 4,45 | 7,15 | 21,23 | 147,42 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6/9 | Жаркое из говядины |  |  |  |  |  | **170** | 6,35 | 4,45 | 12,43 | 193,00 | **200** | 7,50 | 5,30 | 14,66 | 227,27 |
| 8/10 | Компот из яблок сушеных | **150** | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,38 | **180** | 0,23 | 0,00 | 21,40 | 84,46 | **180** | 0,23 | 0,00 | 21,40 | 84,46 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **514,00** | **19,97** | **19,51** | **63,29** | **515,09** | **631,00** | **15,05** | **10,43** | **60,17** | **496,18** | **661,00** | **16,20** | **11,28** | **62,40** | **530,45** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2/6 | Омлет запеченный или паровой | **80** | 8,34 | 11,30 | 6,88 | 141,36 | **100** | 10,42 | 14,12 | 8,60 | 176,70 | **100** | 10,42 | 14,12 | 8,60 | 176,70 |
| 3/6 | Кукуруза отварная с маслом сливочным | **15** | 0,12 | 0,09 | 0,82 | 4,72 | **30** | 0,24 | 0,18 | 1,64 | 21,00 | **30** | 0,24 | 0,18 | 1,64 | 21,00 |
| 3 | Сок | **150** | 0,75 | 0,00 | 15,15 | 63,33 | **180** | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,00 | **180** | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,00 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
|  | **Итого подник:** | **260,00** | **10,40** | **11,54** | **30,09** | **241,45** | **330,00** | **13,14** | **14,50** | **38,08** | **316,42** | **330,00** | **13,14** | **14,50** | **38,08** | **316,42** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1236,00** | **38,00** | **41,07** | **148,23** | **1093,85** | **1488,00** | **37,62** | **37,70** | **162,96** | **1221,06** | **1518,00** | **38,77** | **38,55** | **165,19** | **1255,33** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя первая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | |  |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: среда** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14/4 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | **184** | 5,36 | 5,81 | 27,36 | 181,12 | **205** | 5,96 | 6,46 | 30,40 | 201,24 | **205** | 5,96 | 6,46 | 30,40 | 201,24 |
| 14/10 | Какао с молоком | **150** | 3,09 | 2,97 | 18,87 | 112,69 | **180** | 3,09 | 2,97 | 18,87 | 135,63 | **180** | 3,09 | 2,97 | 18,87 | 135,63 |
| 2/13 | Батон с маслом сливочным и джемом | **28** | 1,57 | 3,04 | 13,21 | 86,08 | **42** | 2,36 | 4,56 | 19,82 | 129,12 | **42** | 2,36 | 4,56 | 19,82 | 129,12 |
|  | **Итого завтрак:** | **362,00** | **10,02** | **11,82** | **59,44** | **379,89** | **427,00** | **11,41** | **13,99** | **69,09** | **465,99** | **427,00** | **11,41** | **13,99** | **69,09** | **465,99** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1/10 | Напиток из изюма | **100** | 0,20 | 0,00 | 11,61 | 45,02 | **100** | 0,20 | 0,00 | 11,61 | 45,02 | **100** | 0,20 | 0,00 | 11,61 | 45,02 |
| 3/2,,3/1 | Пюре фруктовое /Фрукт свежий(апельсин) | **50** | 0,30 | 0,05 | 9,60 | 38,50 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 67 | Свекольник | **156** | 1,35 | 3,08 | 8,93 | 96,00 | **206** | 1,80 | 4,10 | 11,90 | 128,00 | **206** | 1,80 | 4,10 | 11,90 | 128,00 |
| 298 | Капуста тушеная с курицей и рисом | **150** | 10,61 | 6,81 | 15,09 | 164,00 | **170** | 12,00 | 7,68 | 17,22 | 186,00 | **200** | 14,12 | 9,04 | 20,26 | 219,00 |
| 9/10 | Кисель из сока | **150** | 0,24 | 0,00 | 28,68 | 111,83 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| РЦ.10.86.10.590 | Кисель с витаминами " Витошка" в ассортименте |  |  |  |  |  | **180** | 0,00 | 0,00 | 34,42 | 24,00 | **180** | 0,00 | 0,00 | 34,42 | 24,00 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **486,00** | **14,38** | **10,22** | **64,95** | **428,62** | **596,00** | **16,70** | **12,22** | **79,88** | **413,72** | **626,00** | **18,82** | **13,58** | **82,92** | **446,72** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5/4 | Каша манная молочная с маслом сливочным | **184** | 4,91 | 5,80 | 29,77 | 188,59 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 |
| 7/12 | Ватрушка с повидлом | **70** | 4,12 | 5,83 | 33,11 | 200,96 | **70** | 4,12 | 5,83 | 33,11 | 200,96 | **70** | 4,12 | 5,83 | 33,11 | 200,96 |
| 10/10 | Чай с сахаром | **150** | 0,03 | 0,00 | 6,90 | 26,49 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
|  | **Итого подник:** | **419,00** | **10,25** | **11,78** | **77,02** | **448,08** | **475,00** | **11,20** | **12,47** | **84,13** | **734,17** | **475,00** | **11,20** | **12,47** | **84,13** | **734,17** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1417,00** | **35,15** | **33,87** | **222,62** | **1340,11** | **1698,00** | **39,91** | **39,08** | **254,51** | **1705,90** | **1728,00** | **42,03** | **40,44** | **257,55** | **1738,90** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя первая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | |  |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: четверг** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № рецептуры | Прием пищи/ наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| Белки | Жиры | Углеводы | Белки | Жиры | Углеводы | Белки | Жиры | Углеводы |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11/4 | Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 184 | 5,78 | 6,86 | 27,67 | 193,27 | 205 | 6,42 | 7,62 | 30,74 | 214,74 | 205 | 6,42 | 7,62 | 30,74 | 214,74 |
| 12/10 | Чай с молоком | 150 | 1,12 | 1,20 | 9,26 | 51,20 | 180 | 1,35 | 1,44 | 11,11 | 61,45 | 180 | 1,35 | 1,44 | 11,11 | 61,45 |
| 3/13 | Батон с сыром | 24 | 2,43 | 1,76 | 10,28 | 66,96 | 36 | 3,64 | 2,64 | 15,42 | 100,44 | 36 | 3,64 | 2,64 | 15,42 | 100,44 |
|  | Итого завтрак: | **358,00** | **9,33** | **9,82** | **47,21** | **311,43** | **421,00** | **11,41** | **11,70** | **57,27** | **376,63** | **421,00** | **11,41** | **11,70** | **57,27** | **376,63** |
|  | 2 ЗАВТРАК |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5/10 | Напиток из яблок сушеных | 100 | 0,19 | 0,00 | 17,84 | **70,38** | 100 | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,38 | 100 | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,38 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10/1 | Икра морковная | **30** | 1,08 | 1,53 | 3,20 | 29,49 | **50** | 1,80 | 2,56 | 5,34 | 49,15 | **50** | 1,80 | 2,56 | 5,34 | 49,15 |
| 30/1 | Щи с курицей и сметаной | 159 | 3,74 | 7,42 | 7,04 | 116,90 | 211 | 4,74 | 8,42 | 8,04 | 126,90 | 211 | 4,74 | 8,42 | 8,04 | 126,90 |
| 16/7 | Зразы или рулет из рыбы( горбуша) | 50 | 7,95 | 4,85 | 4,65 | 93,50 | 70 | 11,16 | 6,82 | 6,53 | 130,91 | 90 | 12,76 | 7,80 | 7,46 | 149,61 |
| 45/3 | Каша рисовая рассыпчатая | 110 | 2,72 | 2,50 | 29,59 | 162,58 | 150 | 3,71 | 3,40 | 40,35 | 221,70 | 150 | 3,71 | 3,40 | 40,35 | 221,70 |
| 5/11 | Соус томатный | 15 | 0,20 | 0,75 | 0,91 | 11,31 | 30 | 0,40 | 1,50 | 1,81 | 22,61 | 30 | 0,40 | 1,50 | 1,81 | 22,61 |
| 6/10 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,01 | 0,00 | 12,32 | 46,80 | 180 | 0,02 | 0,00 | 14,78 | 56,16 | 180 | 0,02 | 0,00 | 14,78 | 56,16 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | Итого обед: | **544,00** | **17,88** | **15,67** | **61,75** | **517,37** | **731,00** | **24,73** | **23,14** | **93,19** | **683,15** | **751,00** | **26,33** | **21,32** | **82,10** | **701,85** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16/4 | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 3,62 | 6,46 | 13,08 | 125,25 | 200 | 4,82 | 8,62 | 17,44 | 167,00 | 200 | 4,82 | 8,62 | 17,44 | 167,00 |
| 3/10 | Компот из яблок и чернослива | 150 | 0,18 | 0,00 | 15,85 | 63,63 | 180 | 0,22 | 0,00 | 19,03 | 76,36 | 180 | 0,22 | 0,00 | 19,03 | 76,36 |
| 70 | Кекс творожный | 50 | 10,46 | 4,80 | 39,60 | 244,80 | 50 | 10,46 | 4,80 | 39,60 | 244,80 | 50 | 10,46 | 4,80 | 39,60 | 244,80 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
|  | Итого подник: | **365,00** | **15,45** | **11,41** | **75,77** | **465,72** | **450,00** | **17,08** | **13,62** | **85,73** | **530,88** | **450,00** | **17,08** | **13,62** | **85,73** | **530,88** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | **1367,00** | **42,85** | **36,90** | **202,57** | **1364,90** | **1702,00** | **53,41** | **48,46** | **254,03** | **1590,66** | **1722,00** | **55,01** | **46,64** | **242,94** | **1609,36** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя первая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | |  |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: пятница** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7/4 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | **184** | 10,22 | 5,74 | 43,74 | 340,74 | **205** | 11,36 | 6,38 | 48,60 | 378,60 | **205** | 11,36 | 6,38 | 48,60 | 378,60 |
| 13/10 | Кофейный напиток с молоком | **150** | 2,39 | 2,61 | 11,23 | 77,15 | **180** | 2,86 | 3,13 | 13,48 | 92,57 | **180** | 2,86 | 3,13 | 13,48 | 92,57 |
| 1/13 | Батон с маслом | **25** | 1,56 | 3,66 | 10,37 | 80,70 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 |
|  | **Итого завтрак:** | **359,00** | **14,17** | **12,01** | **65,34** | **498,59** | **423,00** | **16,57** | **14,99** | **77,63** | **592,22** | **423,00** | **16,57** | **14,99** | **77,63** | **592,22** |
| 3 | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| РЦ.10.86.10.590 | Сок/Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте | 100 | 0,50 | 0,00 | 10,10 | 42,22 | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 |
| 3/2, 3/1 | Пюре фруктовое /Фрукт свежий(яблоко) | 50 | 0,00 | 0,05 | 9,60 | 38,50 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20/2 | Суп лапша с курицей | **156** | 3,40 | 4,26 | 9,24 | 89,73 | **206** | 4,54 | 5,68 | 12,32 | 119,64 | **206** | 4,54 | 5,68 | 12,32 | 119,64 |
| 291 | Запеканка из печени с рисом | **50** | 8,92 | 6,59 | 20,42 | 177,00 | **70** | 11,14 | 8,24 | 25,53 | 222,00 | **90** | 16,06 | 11,76 | 36,76 | 285,00 |
| 3/3 | Картофелное пюре | **100** | 4,42 | 7,15 | 21,23 | 147,42 | **150** | 6,03 | 9,75 | 28,95 | 201,03 | **150** | 6,03 | 9,75 | 28,95 | 201,03 |
| 127 | Компот из свежемороженных ягод | **150** | 0,15 | 0,06 | 70,28 | 58,64 | **180** | 0,18 | 0,07 | 80,28 | 62,00 | **180** | 0,18 | 0,07 | 80,28 | 62,00 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **486,00** | **19,07** | **18,39** | **133,42** | **529,58** | **646,00** | **24,79** | **24,18** | **163,42** | **680,39** | **666,00** | **29,71** | **27,70** | **174,65** | **743,39** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 77 | Манник со сгущеным молоком | **70** | 4,29 | 8,22 | 24,07 | 145,30 | **105** | 6,86 | 13,10 | 38,40 | 232,00 | **130** | 8,58 | 16,44 | 48,14 | 290,00 |
| 10/10 | Чай с сахаром | **150** | 0,03 | 0,00 | 6,90 | 26,49 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **итого полдник:** | **220,00** | **4,32** | **8,22** | **30,97** | **171,79** | **285,00** | **6,90** | **13,10** | **46,68** | **263,79** | **310,00** | **8,62** | **16,44** | **56,42** | **321,79** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1215,00** | **38,06** | **38,67** | **249,43** | **1280,68** | **1504,00** | **48,66** | **52,67** | **302,28** | **1603,40** | **1549,00** | **55,30** | **59,53** | **323,25** | **1724,40** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя вторая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | | |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: понедельник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8/4 | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | **184** | 6,03 | 6,17 | 26,69 | 184,37 | **205** | 6,70 | 6,86 | 29,66 | 204,86 | **205** | 6,70 | 6,86 | 29,66 | 204,86 |
| 10/10 | Чай с сахаром | **150** | 0,03 | 0,00 | 6,90 | 26,49 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 |
| 1/13 | Батон с маслом | **25** | 1,56 | 3,66 | 10,37 | 80,70 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 |
|  | **Итого завтрак:** | **359,00** | **7,62** | **9,83** | **43,96** | **291,56** | **423,00** | **9,09** | **12,34** | **53,49** | **357,70** | **423,00** | **9,09** | **12,34** | **53,49** | **357,70** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1/10 | Напиток из сухофруктов | **100** | 0,20 | 0,00 | 11,61 | 45,02 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| РЦ.10.86.10.590 | Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте |  |  |  |  |  | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 |
| 3/2,,3/1 | Пюре фруктовое/Фрукт свежий(яблоко) | 50 | 0,30 | 0,05 | 9,60 | 38,50 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 30 | Щи Донские(минтай) | **160** | 5,37 | 3,72 | 4,36 | 72,00 | **211** | 7,16 | 4,96 | 5,68 | 96,00 | **211** | 7,16 | 4,96 | 5,68 | 96,00 |
| 312 | Кнели куриные с рисом | **50** | 14,19 | 11,79 | 4,42 | 181,00 | **70** | 19,87 | 16,51 | 6,19 | 253,00 | **90** | 25,54 | 21,22 | 7,96 | 326,00 |
| 43/3 | Макароные изделия отварные | **110** | 4,28 | 3,16 | 26,90 | 155,91 | **150** | 5,84 | 4,30 | 36,68 | 212,61 | **150** | 5,84 | 4,30 | 36,68 | 212,61 |
| 6/11 | Соус сметанный | **15** | 0,19 | 1,04 | 0,66 | 12,79 | **30** | 0,38 | 2,07 | 1,31 | 25,58 | **30** | 0,38 | 2,07 | 1,31 | 25,58 |
| 12/10 | Компот из изюма | **150** | 0,21 | 0,00 | 15,43 | 59,61 | **180** | 0,25 | 0,00 | 18,52 | 71,53 | **180** | 0,25 | 0,00 | 18,52 | 71,53 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **515,00** | **26,42** | **20,04** | **64,02** | **538,10** | **681,00** | **36,40** | **28,28** | **84,72** | **734,44** | **701,00** | **42,07** | **32,99** | **86,49** | **807,44** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 238/11 | Запеканка из творога с морковью | **80** | 18,65 | 16,46 | 38,04 | 246,10 | **100** | 18,65 | 16,46 | 38,04 | 374,40 | **100** | 18,65 | 16,46 | 38,04 | 374,40 |
| 2/11 | Молоко сгущенное | **15** | 1,08 | 1,26 | 8,34 | 49,20 | **20** | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,60 | **20** | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,60 |
| 5 | Молоко цельное | **150** | 4,35 | 4,80 | 7,05 | 90,00 | **180** | 5,22 | 5,76 | 8,46 | 108,00 | **180** | 5,22 | 5,76 | 8,46 | 108,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого подник:** | **245,00** | **24,08** | **22,52** | **53,43** | **385,30** | **300,00** | **25,31** | **23,92** | **57,60** | **548,00** | **300,00** | **25,31** | **23,92** | **57,60** | **548,00** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1219,00** | **58,32** | **52,39** | **173,02** | **1259,98** | **1454,00** | **70,80** | **64,54** | **200,56** | **1707,14** | **1474,00** | **76,47** | **69,25** | **202,33** | **1780,14** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя вторая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | | |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: вторник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5/4 | Каша манная молочная с маслом сливочным | **184** | 4,91 | 5,80 | 29,77 | 188,59 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 |
| 14/10 | Какао с молоком | **150** | 3,09 | 2,97 | 18,87 | 112,69 | **180** | 3,71 | 3,56 | 22,64 | 135,23 | **180** | 3,71 | 3,56 | 22,64 | 135,23 |
| 4/13 | Батон с маслом и сыром | **28** | 2,48 | 4,22 | 10,35 | 89,60 | **42** | 3,72 | 6,33 | 15,52 | 134,40 | **42** | 3,72 | 6,33 | 15,52 | 134,40 |
|  | **Итого завтрак:** | **362,00** | **10,48** | **12,99** | **58,99** | **390,88** | **427,00** | **12,89** | **16,33** | **71,24** | **479,17** | **427,00** | **12,89** | **16,33** | **71,24** | **479,17** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Сок | 100 | 0,50 | 0,00 | 10,10 | 42,22 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| РЦ.10.86.10.590 | Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте |  |  |  |  |  | 50 | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 | 50 | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22/2 | Икра овощная ЭКО | **30** | 0,38 | 1,10 | 1,22 | 19,70 | **50** | 0,48 | 2,10 | 2,22 | 29,70 | **50** | 0,48 | 2,10 | 2,22 | 29,70 |
| 34/2 | Гренки | **15** | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | **20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | **20** | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| 17/2 | Суп картофельный с горохом и говядиной | **156** | 5,05 | 4,51 | 12,95 | 112,80 | **206** | 6,74 | 6,02 | 17,26 | 150,40 | **206** | 6,74 | 6,02 | 17,26 | 150,40 |
| 20/8 | Тефтели мясные | **50** | 6,41 | 6,78 | 5,22 | 107,50 | **70** | 10,12 | 11,30 | 6,51 | 168,05 | **90** | 11,52 | 12,24 | 9,45 | 193,50 |
| 45/3 | Каша рисовая рассыпчатая | **110** | 2,72 | 2,50 | 29,59 | 162,58 | **150** | 3,71 | 3,40 | 40,35 | 221,70 | **150** | 3,71 | 3,40 | 40,35 | 221,70 |
| 4/11 | Соус сметанно-томатный | **15** | 0,32 | 1,26 | 0,69 | 16,50 | **30** | 0,64 | 2,52 | 1,39 | 32,99 | **30** | 0,64 | 2,52 | 1,39 | 32,99 |
| 8/10 | Компот из яблок сушеных | **150** | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,38 | **180** | 0,23 | 0,00 | 21,40 | 84,46 | **180** | 0,23 | 0,00 | 21,40 | 84,46 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,16 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **556,00** | **18,39** | **16,58** | **87,14** | **581,50** | **746,00** | **26,34** | **25,94** | **115,31** | **810,02** | **766,00** | **27,74** | **26,88** | **118,25** | **835,47** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2/6 | Омлет запеченный или паровой | **80** | 8,34 | 11,30 | 6,88 | 141,36 | **100** | 10,42 | 14,12 | 8,60 | 176,70 | **100** | 10,42 | 14,12 | 8,60 | 176,70 |
| 1/1 | Горошек зеленый( отварной) | **15** | 0,28 | 0,23 | 0,46 | 5,03 | **30** | 0,56 | 0,46 | 0,92 | 10,06 | **30** | 0,56 | 0,46 | 0,92 | 10,06 |
| 6/10 | Компот их сухофруктов | **150** | 0,01 | 0,00 | 12,32 | 46,80 | **180** | 0,02 | 0,00 | 14,78 | 56,16 | **180** | 0,02 | 0,00 | 14,78 | 56,16 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
|  | **Итого подник:** | **280,00** | **9,82** | **11,68** | **26,90** | **225,23** | **330,00** | **12,58** | **14,78** | **33,96** | **285,64** | **330,00** | **12,58** | **14,78** | **33,96** | **285,64** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1298,00** | **39,19** | **41,25** | **183,13** | **1239,83** | **1553,00** | **51,81** | **57,05** | **225,26** | **1594,83** | **1573,00** | **53,21** | **57,99** | **228,20** | **1620,28** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя вторая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | | |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: среда** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15/4 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | **184** | 6,07 | 5,76 | 28,58 | 183,47 | **205** | 6,74 | 6,40 | 31,76 | 203,86 | **205** | 6,74 | 6,40 | 31,76 | 203,86 |
| 11/10 | Чай с лимоном | **150** | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | **180** | 0,09 | 0,00 | 8,28 | 32,40 | **180** | 0,09 | 0,00 | 8,28 | 32,40 |
| 2/13 | Батон с маслом сливочным и джемом | **28** | 1,57 | 3,04 | 13,21 | 86,80 | **42** | 2,36 | 4,56 | 19,82 | 129,12 | **42** | 2,36 | 4,56 | 19,82 | 129,12 |
|  | **Итого завтрак:** | **362,00** | **7,72** | **8,80** | **48,69** | **297,27** | **427,00** | **9,19** | **10,96** | **59,86** | **365,38** | **427,00** | **9,19** | **10,96** | **59,86** | **365,38** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5/10 | Напиток из яблок сушеных | 100 | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,38 | **100** | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,84 | **100** | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,84 |
| 3/2,,3/4 | Пюре фруктовое/Фрукт свежий(апельсин) | 50 | 0,30 | 0,05 | 9,60 | 38,50 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2/2 | Борщ с говядиной и сметаной | **156** | 2,82 | 4,85 | 8,42 | 97,23 | **206** | 3,90 | 6,46 | 11,22 | 129,64 | **206** | 3,90 | 6,46 | 11,22 | 129,64 |
| 47 | Чахохбили из курицы | **50** | 14,70 | 4,50 | 9,00 | 100,50 | **60** | 17,64 | 5,40 | 10,80 | 120,60 | **80** | 23,52 | 7,20 | 14,40 | 160,80 |
| 44/3 | Каша гречневая рассыпчатая | **110** | 7,19 | 5,12 | 29,98 | 192,41 | **130** | 12,14 | 6,05 | 35,44 | 227,38 | **130** | 12,14 | 6,05 | 35,44 | 227,38 |
| 9/10 | Кисель из сока | **150** | 0,24 | 0,00 | 28,68 | 111,83 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| РЦ.10.86.10.590 | Кисель с витаминами " Витошка" в ассортименте |  |  |  |  |  | **180** | 0,00 | 0,00 | 34,42 | 24,00 | **180** | 0,00 | 0,00 | 34,42 | 24,00 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,16 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **501,00** | **27,13** | **14,78** | **88,33** | **558,76** | **621,00** | **36,58** | **18,35** | **108,22** | **577,34** | **621,00** | **42,46** | **20,15** | **111,82** | **617,54** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 46/3 | Макароны, запеченные с сыром | 85 | 4,56 | 3,56 | 4,78 | 120,34 | 107 | 5,70 | 4,45 | 5,98 | 150,43 | 107 | 5,70 | 4,45 | 5,98 | 150,43 |
| 12/10 | Компот из изюма | 150 | 0,21 | 0,00 | 15,43 | 59,61 | 180 | 0,25 | 0,00 | 18,52 | 71,53 | 180 | 0,25 | 0,00 | 18,52 | 71,53 |
| 3/12 | Крендель сахарный | **70** | 5,51 | 8,73 | 47,08 | 250,85 | **70** | 5,51 | 8,73 | 47,08 | 250,85 | **70** | 5,51 | 8,73 | 47,08 | 250,85 |
|  | **Итого подник:** | **305,00** | **10,28** | **12,29** | **67,29** | **430,80** | **357,00** | **11,46** | **13,18** | **71,58** | **472,81** | **357,00** | **11,46** | **13,18** | **71,58** | **472,81** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1204,00** | **45,62** | **35,92** | **231,75** | **1395,71** | **1479,00** | **57,82** | **42,89** | **267,30** | **1533,37** | **1479,00** | **63,70** | **44,69** | **270,90** | **1573,57** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя вторая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | |  |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: четверг** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14/4 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | **184** | 5,36 | 5,81 | 27,36 | 181,12 | **205** | 5,96 | 6,46 | 30,40 | 201,24 | **205** | 5,96 | 6,46 | 30,40 | 201,24 |
| 14/10 | Какао с молоком | **150** | 3,09 | 2,97 | 18,87 | 112,69 | **180** | 3,71 | 3,56 | 22,64 | 135,23 | **180** | 3,71 | 3,56 | 22,64 | 135,23 |
| 3/13 | Батон с сыром | **24** | 2,43 | 1,76 | 10,28 | 66,96 | **36** | 3,64 | 2,64 | 15,42 | 100,44 | **36** | 3,64 | 2,64 | 15,42 | 100,44 |
|  | **Итого завтрак:** | **358,00** | **10,88** | **10,54** | **56,51** | **360,77** | **421,00** | **13,31** | **12,66** | **68,46** | **436,91** | **421,00** | **13,31** | **12,66** | **68,46** | **436,91** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15/10 | Напиток из шиповника | 100 | 0,16 | 0,00 | 7,83 | **32,12** | 100 | 0,16 | 0,00 | 7,83 | 32,12 | 100 | 0,16 | 0,00 | 7,83 | 32,12 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12/1 | Морковь отварная дольками | **30** | 0,36 | 0,00 | 2,13 | 11,00 | **50** | 0,60 | 0,00 | 3,55 | 16,00 | **50** | 0,60 | 0,00 | 3,55 | 16,00 |
| 7 | Суп рисовый с фрикадельками из птицы | **160** | 3,98 | 3,11 | 9,26 | 81,00 | **190** | 6,64 | 5,18 | 15,44 | 135,00 | **190** | 6,64 | 5,18 | 15,44 | 135,00 |
| 46 | Биточек " Дружба" | **50** | 9,47 | 10,53 | 7,05 | 161,00 | **70** | 13,48 | 14,74 | 9,88 | 226,30 | **90** | 17,05 | 18,95 | 12,69 | 290,00 |
| 440 | Сложный гарнир(картофельное пюре с капустой тушеной) | **120** | 2,40 | 4,56 | 25,44 | 152,40 | **150** | 3,00 | 5,70 | 31,80 | 190,50 | **150** | 3,00 | 5,70 | 31,80 | 190,50 |
| 127 | Компот из свежемороженных ягод | **150** | 0,15 | 70,28 | 13,06 | 58,64 | **180** | 0,18 | 0,07 | 80,28 | 62,00 | **180** | 0,18 | 0,07 | 80,28 | 62,00 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,16 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **510,00** | **18,18** | **88,79** | **67,06** | **525,46** | **630,00** | **26,20** | **26,13** | **153,74** | **685,66** | **650,00** | **29,77** | **30,34** | **156,55** | **749,36** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16/4 | Суп молочный с макаронными изделиями | **150** | 3,62 | 6,46 | 13,08 | 125,25 | **200** | 4,82 | 8,62 | 17,44 | 167,00 | **200** | 4,82 | 8,62 | 17,44 | 167,00 |
| 465 | Пицца " Детская" | **50** | 8,03 | 6,69 | 13,97 | 148,00 | **50** | 8,03 | 6,69 | 13,97 | 148,00 | **50** | 8,03 | 6,69 | 13,97 | 148,00 |
| 2/10 | Компот из яблок и изюма | **150** | 0,18 | 0,00 | 15,38 | 60,17 | **180** | 0,22 | 0,00 | 18,45 | 72,20 | **180** | 0,22 | 0,00 | 18,45 | 72,20 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
|  | **Итого полдник:** | **365,00** | **13,02** | **13,30** | **49,67** | **365,46** | **450,00** | **14,65** | **15,51** | **59,52** | **429,92** | **450,00** | **14,65** | **15,51** | **59,52** | **429,92** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1333,00** | **42,24** | **112,63** | **181,07** | **1283,81** | **1601,00** | **54,32** | **54,30** | **289,55** | **1552,49** | **1621,00** | **57,89** | **58,51** | **292,36** | **1616,19** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неделя вторая Возрастная категория с 1 до 3 лет Возрастная категория с 3до7 лет** | | | | | | | | | |  | **Возрастная категория с7 лет и старше** | | | |  |
|  | **День: пятница** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи/ наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Масса порции** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4/4 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | **184** | 4,91 | 5,80 | 29,77 | 188,59 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 | **205** | 5,46 | 6,44 | 33,08 | 209,54 |
| 13,/10 | Кофейный напиток с молоком | **150** | 2,39 | 2,61 | 11,23 | 77,15 | **180** | 2,86 | 3,13 | 13,48 | 92,57 | **180** | 2,86 | 3,13 | 13,48 | 92,57 |
| 1/13 | Батон с маслом сливочным | **25** | 1,56 | 3,66 | 10,37 | 80,70 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 | **38** | 2,35 | 5,48 | 15,55 | 121,05 |
|  | **Итого завтрак:** | **359,00** | **8,86** | **12,07** | **51,37** | **346,44** | **423,00** | **10,67** | **15,05** | **62,11** | **423,16** | **423,00** | **10,67** | **15,05** | **62,11** | **423,16** |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5/10 | Напиток из яблок сушеных | 100 | 0,19 | 0,00 | 17,84 | 70,38 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| РЦ.10.86.10.590 | Напиток " Витошка с витаминами" в асортименте |  |  |  |  |  | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 | **50** | 0,00 | 0,00 | 4,75 | 20,00 |
| 3/2,,3/1 | Пюре фруктовое/Фрукт свежий(яблоко) | 50 | 0,30 | 0,05 | 9,60 | 38,50 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | **100** | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **67,00** |  |  |  |  | **67,00** |
| 9/2 | Рассольник с говядиной и сметаной | **159** | 2,49 | 3,39 | 18,90 | 71,66 | **211** | 3,32 | 4,52 | 25,20 | 95,58 | **211** | 3,32 | 4,52 | 25,20 | 95,58 |
| 305 | Котлеты рубленные из птицы. | **50** | 7,86 | 8,04 | 5,67 | 236,48 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 45/3 | Каша рисовая рассыпчатая | **110** | 2,72 | 2,50 | 29,59 | 162,58 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 304 | Плов из мяса птицы |  |  |  |  |  | **170** | 17,00 | 15,71 | 28,19 | 323,00 | **200** | 20,00 | 18,48 | 33,46 | 380,00 |
| 9/10 | Кисель из сока | **150** | 0,24 | 0,00 | 22,68 | 111,83 | **180** | 0,29 | 0,00 | 34,42 | 134,19 | **180** | 0,29 | 0,00 | 34,42 | 134,19 |
| 1 | Хлеб пшеничный йодированный | **15** | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 32,04 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | **20** | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 |
| 2 | Хлеб ржаной | **15** | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 24,75 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 | **20** | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 33,00 |
|  | **Итого обед:** | **499,00** | **15,49** | **14,26** | **89,09** | **639,34** | **601,00** | **23,51** | **20,67** | **104,15** | **628,49** | **631,00** | **26,51** | **23,44** | **109,42** | **685,49** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Пирог "Венский" с повидлом. | **80** | 3,70 | 14,60 | 49,60 | **340,80** | **100** | 4,40 | 17,20 | 58,60 | **402,70** | **100** | 4,40 | 17,20 | 58,60 | **402,70** |
| 10/10 | Чай с сахаром | **150** | 0,03 | 0,00 | 6,90 | 26,49 | **180** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 | **100** | 0,04 | 0,00 | 8,28 | 31,79 |
|  | **Итого полдник:** | **230,00** | **3,73** | **14,60** | **56,50** | **367,29** | **280,00** | **4,44** | **17,20** | **66,88** | **434,49** | **200,00** | **4,44** | **17,20** | **66,88** | **434,49** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | **1343,00** | **42,54** | **47,95** | **204,00** | **1438,38** | **1600,58** | **56,39** | **59,46** | **258,63** | **1553,14** | **1600,58** | **56,39** | **59,46** | **258,63** | **1610,14** |