

Утверждаю
Заведующий МКДОУ № 11



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180		5,2	10,5	21,5	191,0
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		4,0	6,1	12,1	110,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20		1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,3	3	0	36,4
			13,2	20,1	43,3	387,2
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70		0,5	0,1	9,2	42,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	180		8,1	8,4	24,9	210,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,1	0,7	11,8	60,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	25	24,88	5,5	0,4	11,6	74,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		4,3	6,4	24,6	177,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,7	0,6	22,1	107,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,4	30,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50		20,4	18,9	5,3	273,7
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	140	105	19,5	16,8	0	228,9
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,3	16,5

189

432

53

14

442

99

335

259

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	1,1	2,1	3,2	37,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,6	15,7
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3		14,3	58,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	19,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	62,3
			36,2	36,5	84,5	817,1

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		130	28,6	20,5	37,3	452,2
МОЛОКО СТЕРИЛ. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,6	0,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
ПОВИДЛО	30	30	0,1	0	19,2	77,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	150	150	27,0	13,5	4,5	253,5
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22,3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,7	0,1	0,1	0	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		7,2	29,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	70,3
ЯБЛОКИ	170	149,6	0,6	0,6	14,7	70,3
			29,4	21,1	59,2	552,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			79,7	77,8	197,3	1 798,7



МЕНЮ
Сад 10 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		180	5,4	10,5	17,5	175,0
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	4,0	6,1	12,1	110,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		20	1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
			11,2	21,3	39,4	372,3
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		70	0,5	0,1	9,2	42,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ		180	8,7	9,9	13,3	180,2
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	25,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	60	36,6	6,5	6,5	0	84,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		80	3,7	4,6	24,5	155,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,6	0,4	24,4	118,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ		70	23,4	6,7	11,9	204,3
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	135	125,55	22,5	4,7	6,6	159,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,3	16,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ		60	1,3	2,1	3,3	37,8
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	15	10,5	0,3	0	0,7	4,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,6	15,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ		180	0,7		30,9	128,5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0,7	0	7,7	35,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	30	30	0	0	23,2	92,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	62,5
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	62,5
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	103,6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17,0	103,6
			43,4	25,4	112,1	872,0
Полдник						
СДОБА ЯГОДКА		50	3,8	2,7	26,9	147,0
СДОБА ЯГОДКА	50	50	3,8	2,7	26,9	147,0
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150	4,4	3,8	6,0	79,5
			8,2	6,5	32,9	226,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,5	57,2	191,2	1 517,0

БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ		60	14,2	3,1	9,4	122,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,7	0,1	0,1	0	1,1
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	12	12	1	0,3	5,6	29,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	160	80	12,3	0,7	0	59,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3	0	14,3	58,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	19,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	103,6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	103,6
			34,1	22,9	94,5	739,7
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		70	3,8	15,0	48,3	340,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ	70	70	3,8	15,0	48,3	340,2
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		190	1,3	1,3	0,2	25,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	190	1,3	0,2	25,1	114,0
БАНАН		150	2,3	2,3	0,8	31,5
БАНАН	250	150	2,3	0,8	31,5	144,0
			7,4	16,0	104,9	598,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,4	59,2	251,8	1 776,5



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		180	5,8	10,5	19,7	187,2
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20	19,8	1,9	0,3	12,5	60,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,2	6,3	11,2	109,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
			11,7	21,2	40,8	381,6
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		70	0,5	0,1	9,2	42,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		180	2,4	3,2	10,0	83,3
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	15	10,5	0,3	0	0,7	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15	9,75	0,3	0	0,6	3,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ		150	23,4	24,1	30,5	439,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	150	112,5	20,3	17,5	0	245,3
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0

САЛАТ "ОГОНЕК"		50	1,1	1,5	6,0	42
МОРКОВЬ	50	38,75	0,5	0	2,6	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,4	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3	0	14,3	58
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	10
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	10
			32,8	30,8	90,0	78
Полдник						
ШАНЬГА С КАРТОШКОЙ		60	9,5	10,7	51,1	33
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	60	60	6,7	0,9	40,7	1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	
ДРОЖЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ		150	4,3	4,7	6,9	9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	4,3	4,7	6,9	90,0	
			13,8	15,4	58,0	4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,8	64,0	201,4	164

Утверждаю
Заведующий МКДОУ № 11



МЕНЮ
Сад 10 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ША "ДРУЖБА"	180		5,7	10,7	20,1	189,2
УПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8	7,92	1	0,3	4,4	23,7
УПА РИСОВАЯ	12	11,88	0,8	0,1	8,5	38,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
САХАР СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	2,9	11,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ША "ДРУЖБА"	180		4,0	6,1	12,1	110,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
САХАР АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20		1,7	0,5	9,7	49,8
САХАР АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ (ПОРЦИЯМИ)	11		2,3	3,0		36,4
ХЛЕБ РОССИЙСКИЙ	11	10	2,3	3	0	36,4
			13,7	20,3	41,9	385,4
II Завтрак						
ХЛЕБ АССОРТИМЕНТЕ	70		0,5	0,1	9,2	42,0
ХЛЕБ ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ПАСТАМИ И СО СМЕТАНОЙ	180		8,3	10,4	8,0	161,4
САЛАТ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	65	39,65	7	7,1	0	91,6
МОЛОКО ТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
СОЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
ХЛЕБ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МОЛОКО ПЕЛЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОЛОКО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160		4,4	6,2	25,2	174,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОЛЬ	200	140	2,8	0,6	22,8	107,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,4	30,0
МОЛОКО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
САЛАТ ПТИЦЫ ИЗ КУРЫ С РИСОМ В СОУСНОЙ ЗАЛИВКЕ	60		18,0	18,6	12,9	290,9
САЛАТ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	150	91,5	16,2	16,3	0	211,3
САХАР КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,3

КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	3,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	1,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,3	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	1,0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	0,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,5
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		60	1,1	1,6	5,4	4,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15	9,75	0,3	0	0,6	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,5
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,8	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	1,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3		14,3	5,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	1,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	3,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	6,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	6,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	10,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	10,0
			37,7	38,8	95,1	89,0
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		60	8,8	10,8	48,1	32,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,5
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	0,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	2,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	1,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	0,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	2,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	60	60	6,7	0,9	40,7	19,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,5
ДРОЖОЖИ	1,3	1,3	0,2	0	0	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	3,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		7,2	2,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	2,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	0,5
БАНАН		150	2,3	0,8	31,5	14,0
БАНАН	250	150	2,3	0,8	31,5	14,0
			11,3	11,6	86,8	49,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,2	70,8	233,6	181,0

Утверждаю
Заведующий МКДОУ № 11



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		180	6,3	11,5	19,2	195,4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,4	1,2	12	68,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,2	6,3	11,2	109,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		20	1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		11	2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,3	3	0	36,4
			14,5	21,3	40,1	390,9
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		70	0,5	0,1	9,2	42,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
БОРЩ С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ		180	8,8	9,7	11,1	170,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	60	36,6	6,5	6,5	0	84,5
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,4	16,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
РИС ОТВАРНОЙ		70	2,7	4,6	28,5	165,4
ГРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		70	31,5	7,4	9,9	202,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	15	15	1,6	0,2	9,9	47,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	150	100,5	29,9	5,2	0	174,0
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ		50	0,9	2,1	5,3	44,8

413

433

53

14

442

15

325

254

349

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,3	16,5
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ		60	1,2	2,1	3,4	37,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	1	0,1	2,6	15,7
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА		190	1,4	5,6	12,0	88,8
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	20	20	1,4	5,6	12	88,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	103,6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	103,6
			52,1	34,6	99,3	875,2
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		150	30,0	22,6	28,6	442,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	5	5	0,5	0,1	3,5	16,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	8	31,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	18,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,7	0,1	0,1	0	1,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	150	150	27	13,5	4,5	253,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,7	11,1	65,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		7,2	29,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
			30,2	22,6	35,8	471,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			97,3	77,5	184,5	1 818,2



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	180		6,1	10,8	20,7	194,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,2	6,3	11,2	109,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20		1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11		2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,3	3	0	36,4
			14,3	20,6	41,6	390,2
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	190		0,3	0,1	7,1	36,4
ШИПОВНИК СУХОЙ	9	9	0,3	0,1	4,2	24,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
			0,3	0,1	7,1	36,4
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180		2,4	3,9	13,7	101,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
КРУПА ОВСЯНАЯ	10	9,85	1,2	0,6	5,7	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
САГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150		22,5	21,5	15,2	346,8
МЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	140	105	19,5	16,8	0	228,9
МАККАРОНИ	3	3	0,1	0	0,6	3,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96	1,6	0,1	4,4	26,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3	0	14,3	5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	10
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	1
			30,8	27,4	72,4	67
Полдник						
РЫБА ПОД-ОМЛЕТОМ		120	11,7	8,5	2,5	13
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1	0,1	0,1	0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,6	2,4	
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	130	65	10	0,5	0	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		7,2	2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	7
ЯБЛОКИ	170	149,6	0,6	0,6	14,7	
			12,5	9,0	24,4	23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,9	57,1	145,5	133

Утверждаю
Заведующий МКДОУ № 11



МЕНЮ
Сад 10 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		70	2,7	4,5	17,5	121,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,6	0,3	17,4	84,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2		20	0,1	0,1		0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,5	0,1	0,1	0	0,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	4,0	6,1	12,1	110,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		20	1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
			8,6	20,0	39,4	319,9
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		70	0,5	0,1	9,2	42,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		180	1,8	3,3	11,5	86,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		130	24,0	24,8	24,3	415,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	150	112,5	20,9	18,0	0	245,3
КАРТОФЕЛЬ	200	140	2,8	0,6	22,8	107,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		60	0,8	1,6	4,7	35,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0

204
213
395
53
13
442
73
258
50

СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3		14,3	58,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	19,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	103,6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	103,6
			32,5	31,7	84,0	761,8
Полдник						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		60	8,0	6,4	64,2	346,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	18,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	60	60	6,7	0,9	40,7	197,4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖИ	1,4	1,4	0,2	0	0	1,1
ПОВИДЛО	30	30	0,1	0	19,2	77,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ		150	4,3	4,7	6,9	90,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	90,0
			12,3	11,1	71,1	436,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,9	62,9	203,7	1 560,1

40'

53

87

45

43



МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	5,5	10,5	17,7	177,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,5	50,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	4,0	6,1	12,1	110,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,8	6,1	4,2	78,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		20	1,7	0,5	9,7	49,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	20	1,7	0,5	9,7	49,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		11	2,3	3,0		36,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10	2,3	3	0	36,4
			13,5	20,1	39,5	373,9
II Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		70	0,5	0,1	9,2	42,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	70	0,5	0,1	9,2	42,0
			0,5	0,1	9,2	42,0
Обед						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ, СО СМЕТАНОЙ		180	6,2	3,4	21,3	195,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	4,95	0,5	0,1	3,2	15,1
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.СКУМБРИЯ АТЛ.БЛАНШ	35	35	4,5	0	10,1	111,2
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		70	4,4	5,3	19,3	141,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	35	34,65	4,3	1,1	19,2	103,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		50	23,9	11,1	9,8	234,8
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	135	125,55	22,5	4,7	6,6	159,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0

93
432
53
14
442
87
181
к/к

МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	1	1,4	18,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		30	0,9	2,9	4,9	51,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ 1 СОРТ	5	5	0,6	0,1	3,3	16,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ		40	0,8	1,6	4,7	35,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА		190			7,6	30,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	10	10	0	0	7,6	30,4
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	20	20	0	0	0	0,0
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ		25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	25	2,2	0,7	12,2	62,3
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	103,6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	103,6
			41,8	26,3	96,8	855,0
Полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		130	3,0	4,1	14,6	109,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	15	9,75	0,3	0	0,6	3,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
КАРТОФЕЛЬ	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
МОРКОВЬ	50	38,75	0,5	0	2,6	13,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	36,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2		7,2	29,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		20	1,7	0,7	8,5	51,8
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	20	20	1,7	0,7	8,5	51,8
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	70,3
ЯБЛОКИ	170	149,6	0,6	0,6	14,7	70,3
			5,7	5,4	46,3	267,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,5	51,9	191,9	1 538,6

ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	12	12	1	0,3	5,6	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,2	0	0	0	0,3
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	155	116,25	21,6	18,6	0	253,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,3		14,3	58,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,3	0	4,6	19,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ		40	3,4	1,3	17,0	103,6
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	40	3,4	1,3	17	103,6
			35,2	35,2	81,2	785,7

Полдник

БУЛОЧКА "АППЕТИТНАЯ"		50	3,8	2,7	26,9	147,0
БУЛОЧКА АППЕТИТНАЯ	50	50	3,8	2,7	26,9	147,0
СНЕЖОК		150	4,1	3,8	16,2	118,5
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,1	3,8	16,2	118,5
			7,9	6,5	43,1	265,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,1	60,1	157,0	1 383,5

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецептуры	
		Белки, г		Жиры, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		Zn, мг
		г	г	г		г	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг		мг
Завтрак																	
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	10,5	21,5	191,0	0,1	0,7	0	0,1	0,3	136,2	23,6	121,5	0,3	0,8	189	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,0	6,1	12,1	110,0	0,1	0,7	0	0,1	0,2	134,4	17,3	100,0	0,2	0,5	432	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	0	88	3,5	50	0,1	0,4	14	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0,01	1,4	0	0	0	4,93	2,82	4,93	0,98	0	442	
Обед																	
СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	180	8,4	8,4	25,3	210,6	0,3	0,5	0,2	0	1,5	41,0	36,3	94,4	2,5	1,2	99	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,4	6,4	25,3	174,4	0,2	11,5	0	0,2	1,5	67,4	34,8	110,6	1,4	0,7	335	
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	2,04	18,9	5,3	273,7	0,1	1,2	0,2	0,1	4,2	20,0	26,6	175,4	2,6	3,6	259	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,1	2,1	3,2	37,0	0	25,7	0,2	0	0,5	33,4	12,6	22,9	0,7	0,2	38	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	402	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
Полдник																	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	28,6	20,5	37,3	452,2	0,1	0,4	0,1	0,3	0,6	237,5	33,1	288,8	0,9	0,7	224	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	7,2	29,5	0	0	0	0	0,1	4,6	4	7,4	0,7	0	к/к	
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,3	0	15	0	0	0,4	23,9	12	16,5	3,3	0,2	59	
Всего за день:		79,7	77,8	197,3	1798,7	1,01	57,2	0,7	0,8	11,4	804,13	230,92	1053,63	15,28	8,9		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества					№ рецептуры
		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	
		г	г														
I Завтрак																	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	10,5	17,5	175,0	0,1	0,7	0	0,1	0,3	137,5	17,1	106,3	0,3	0,6	189	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,0	6,1	12,1	110,0	0,1	0,7	0	0,1	0,2	134,4	17,3	100,0	0,2	0,5	432	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,1	4,2	0,1	37,5	0	0	0	0	0	0,6	0	1	0	0	13	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0,01	1,4	0	0	0	4,9	2,8	4,9	0,98	0	442	
Обед																	
СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	180	8,7	9,9	13,3	180,2	0,1	6,1	0,2	0,1	2,8	37,6	28,2	107,9	1,7	1,3	107	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	3,7	4,6	24,5	155,5	0,1	0	0	0	0,3	9,8	5,2	29,0	0,6	0,2	204	
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70	23,4	6,7	11,9	204,3	0,3	17,8	8,1	1,9	9,3	21,5	26,2	332,9	7,4	6,5	261	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	60	1,3	2,1	3,3	37,8	0	10,5	0	0	0,4	27,7	10,2	22,0	0,6	0,3	35	
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,7	0	30,9	128,3	0	0	0	0	0	8,2	0,4	12,3	0	0	411	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																	
СДОБА ЯГОДКА	50	3,8	2,7	26,9	147	0,1	0	0	0	0,8	10,5	16	43	1	0,4	464	
КЕФИР	150	4,4	3,8	6	79,5	0,1	1,1	0	0,3	0,2	180	21	142,5	0,2	0,6	435	
Всего за день:		63,5	67,2	191,2	1517,4	12,61	38,5	8,3	10,1	24,0	651,7	197,9	969,4	20,98	14,8		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		Zn, мг
Завтрак																
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,6	10,5	23,5	206,1	0,2	0,7	0	0,1	0,3	143,7	28,1	152,9	1,1	0,5	189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,0	6,1	12,1	110,0	0,1	0,7	0	0,1	0,2	134,4	17,3	100,0	0,2	0,5	432
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	0	88	3,5	50	0,1	0,4	14
II Завтрак																
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	190	0,3	0,1	7,1	36,4	0	32	0,1	0	0,1	4,4	1,3	1,3	0,2	0	437
Обед																
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	180	9,3	10,0	18,5	204,3	0,1	4,2	0,2	0,1	2,9	24,3	21,1	100,3	1,4	1,2	105
СЛОЖНЫЙ ГАРНИР	150	5,0	7,8	23,1	184,9	0,1	24,8	0,2	0,2	1,7	98,8	43,1	117,1	1,9	1,1	354
БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	60	14,2	3,1	9,4	122,5	0,1	0,6	0	0,1	1,5	40,6	51,7	210,6	1,4	1,2	239
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	402
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87
Полдник																
ПЕЧЕНЬЕ	70	3,8	15,0	48,3	340,2	0,1	0	0	0	1	18,2	21	58,8	1	0	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	190	1,3	0,2	25,2	114,0	0,02	3,81	0	0	0	13,33	7,62	13,33	2,66	0	442
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144	0,1	15	0	0,1	0,9	12	63	42	0,9	0	69
Всего за день:		56,4	59,2	251,8	1776,5	12,52	82,11	0,5	8,3	18,3	656,93	311,22	913,93	18,86	9,3	

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества					№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг		
Завтрак																	
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	10,5	19,7	187,2	0,2	0,7	0	0,1	0,5	149,0	23,6	155,9	0,5	0,7	189	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	6,3	11,2	109,3	0,1	0,7	0	0,1	0,1	134,4	20,4	102,4	0,4	0,6	433	
БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	47,6	0	0	0	0	0,3	4,6	6,8	17,8	0,4	0,1	8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,1	4,2	0,1	37,5	0	0	0,04	0	0	0,5	0	1	0	0	13	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0	1,4	0	0	0,1	4,9	2,8	4,9	1	0	442	
Обед																	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180	2,4	3,2	10,0	83,3	0	11,3	0,2	0	0,9	36,8	21,2	52,9	1,2	0,6	95	
ПЛОВ С МЯСОМ	150	23,4	24,1	30,5	439,0	0,1	1,2	0,2	0,1	4,9	22,8	43,7	235,8	3,1	4,3	265	
САЛАТ "ОГОНЕК"	50	1,1	1,5	6,0	42,6	0	2,4	0,8	0	0,4	32,3	21,0	34,6	0,9	0,4	50	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	402	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																	
ШАНЬГА С КАРТОШКОЙ	60	9,5	10,7	51,1	339,7	0,2	2,6	0	0	1,4	86,8	37,7	130,5	1,4	0,9	451	
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	4,7	6,9	90,0	0,1	0,8	0	0,1	0,2	153	16,8	108	0,2	0,6	434	
Всего за день:		68,8	64,0	201,4	1641,3	12,4	21,3	1,24	8,0	17,6	688,7	236,7	884,2	16,4	12,3		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества					№ рецептуры
		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	
		г	г														
Завтрак																	
КАША "ДРУЖБА"	180	5,7	10,7	20,1	189,2	0,1	0,7	0	0,1	0,5	137,1	34,2	132,0	0,7	0,9	190	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,0	6,1	12,1	110,0	0,1	0,7	0	0,1	0,2	134,4	17,3	100,0	0,2	0,5	432	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	0	88	3,5	50	0,1	0,4	14	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0	1,4	0	0	0,1	4,9	2,8	4,9	1	0	442	
Обед																	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СО СМЕТАНОЙ	180	8,3	10,4	8,0	161,4	0,1	4,2	0,2	0,1	3,0	22,3	19,4	93,7	1,1	1,1	83	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4,4	6,2	25,2	174,4	0,2	11,5	0	0,2	1,5	67,4	34,8	110,6	1,4	0,7	335	
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С РИСОМ В ТОМАТНОЙ ЗАЛИВКЕ	60	18,0	18,6	12,9	290,9	0,1	2,1	0,3	0,1	6,1	27,4	27,9	171,0	2,0	2,2	283	
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,1	1,6	5,4	40,1	0	2,6	0	0	0,2	21,5	12,6	26,8	0,8	0,3	50	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	402	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																	
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	60	8,8	10,8	48,1	326,2	0,2	7,9	0,2	0	1,4	72,1	38,2	111,9	1,7	1,0	451	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	7,2	29,5	0	0	0	0	0,1	4,6	4	7,4	0,7	0	к/к	
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144	0,1	15	0	0,1	0,9	12	63	42	0,9	0	69	
Всего за день:		63,2	70,8	233,6	1819,4	12,6	46,4	0,7	8,3	23,7	670,9	311,2	917,9	18,6	11,6		

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества					№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг		
Завтрак																	
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	6,3	11,5	19,2	195,4	0,2	0,7	0	0,1	0,3	144,2	37,9	153,8	0,8	1,1	413	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	6,3	11,2	109,3	0,1	0,7	0	0,1	0,1	134,4	20,4	102,4	0,4	0,6	433	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	0	88	3,5	50	0,1	0,4	14	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0,01	1,4	0	0	0	4,9	2,8	4,9	0,98	0	442	
Обед																	
БОРЩ С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	180	8,8	9,7	11,0	170,6	0	11,8	0,2	0,1	2,9	50,6	29,5	107,3	1,9	1,4	75	
РИС ОТВАРНОЙ	70	2,7	4,6	28,5	165,4	0	0	0	0	0,5	6,7	18,0	55,0	0,4	0,6	325	
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	70	31,5	7,4	9,9	202,4	0,2	0,4	0	0,2	3,8	24,6	33,3	197,2	0,8	0,9	254	
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,9	2,1	5,3	44,8	0	1,2	0,2	0	0,3	11,9	8,1	17,5	0,4	0,2	349	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ	60	1,2	2,1	3,4	37,8	0	10,7	0,3	0	0,4	31,7	12,6	22,5	0,6	0,2	38	
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	190	1,4	5,6	12	88,8	0	0	0	0	0	0,9	0	0	0	0	0	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	30,0	22,6	28,6	442,1	0,1	1,4	0,1	0,5	0,7	347,4	46,6	407,8	0,7	0,9	258	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	7,2	29,5	0	0	0	0	0,1	4,6	4	7,4	0,7	0	к/к	
Всего за день:		97,3	77,5	184,5	1818,2	12,31	28,6	0,8	8,6	18,8	928,9	270,2	1193,4	15,78	10,7		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецептуры	
	г	мл	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		Zn, мг
I Завтрак																	
КАША ПШЕННАЯ	180		6,1	10,8	20,7	194,7	0,2	0,7	0	0,1	0,3	139,6	29,5	136,3	0,6	0,8	417
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,2	3,3	11,2	109,3	0,1	0,7	0	0,1	0,1	134,4	20,4	102,4	0,4	0,6	433
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20		1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11		2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	88	3,5	50	0,1	0,4	14	
II Завтрак																	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	190		0,3	0,1	7,1	36,4	0	36	0,1	0	0,1	5,0	1,4	1,4	0,3	0	437
Обед																	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180		2,4	3,9	13,7	101,9	0,1	3,9	0,2	0	0,6	22,1	23,3	65,1	1,0	0,6	77
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150		22,5	21,5	15,2	346,8	0,2	23,0	0,2	0,1	5,3	65,7	50,1	226,8	3,9	4,1	351
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	0	402
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25		2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40		3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87
Полдник																	
РЫБА ПОД-ОМЛЕТОМ	120		11,7	8,5	2,5	131,6	0,1	0,4	0	0,2	0,7	78,7	38,1	179,6	0,6	0,9	245
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,2	0	7,2	29,5	0	0	0	0,1	4,6	4	7,4	0,7	0	к/к	
ЯБЛОКО	150		0,6	0,6	14,7	70,3	0	15	0	0,4	23,9	12	16,5	3,3	0,2	59	
Всего за день:			57,9	67,1	145,5	1338,9	12,4	80,0	0,5	8,1	17,3	641,2	235,8	853,1	18,9	12,0	

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг		
Завтрак																	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	70	2,7	4,5	17,5	121,8	0	0	0	0	0,2	8,1	3,8	21,1	0,5	0,2	204	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	0,1	0,1	0	0,8	0	0	0	0	0	1,9	0,2	1,3	0	0	213	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,0	6,1	12,1	110,0	0,1	1,7	0	0,2	0,2	158,0	21,2	124,1	0,2	0,5	395	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,1	4,2	0,1	37,5	0	0	0	0	0	0,6	0	1	0	0	13	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0,01	1,4	0	0	0	4,93	2,82	4,93	0,98	0	442	
Обед																	
РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180	1,8	3,3	11,5	86,2	0,1	4,2	0,2	0	0,6	21,3	16,7	51,7	0,8	0,3	73	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	24,0	24,8	24,3	415,9	0,3	11,8	0,2	0,2	5,7	32,0	53,5	253,6	3,9	4,2	258	
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,8	1,6	4,7	35,6	0	2,2	0	0	0,1	19,7	10,8	21,4	0,7	0,2	50	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	402	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																	
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	8,0	6,4	64,2	346,4	0,2	0,3	0	0	1,2	50,2	29,9	93,4	1,4	0,7	453	
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	4,7	6,9	90,0	0,1	0,8	0	0,1	0,2	153	16,8	108	0,2	0,6	434	
Всего за день:		53,9	62,9	203,7	1560,1	12,51	22,6	0,4	8,1	17,9	528,93	209,22	748,13	16,68	11,1		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг		
Завтрак																	
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,5	10,5	17,7	177,7	0,1	0,7	0	0,1	0,3	137,4	16,9	106,6	0,4	0,6	93	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,0	6,1	12,1	110,0	0,1	0,7	0	0,1	0,2	134,4	17,3	100,0	0,2	0,5	432	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	20	1,7	0,5	9,7	49,8	0	0	0	0	0,9	5,6	10,8	27,2	0,7	0,3	53	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	0	88	3,5	50	0,1	0,4	14	
II Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70	0,5	0,1	9,2	42,0	0	1,4	0	0	0,1	4,9	2,8	4,9	1	0	442	
Обед																	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ, СО СМЕТАНОЙ	180	6,2	3,4	21,3	195,5	0,1	4,1	0,2	0,1	1,6	18,1	14,8	48,5	2,0	0,3	87	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	70	4,4	5,3	19,3	141,0	0,1	0	0	0,1	1,2	10,0	62,6	94,5	2,2	0,7	181	
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	23,9	11,1	9,8	234,8	0,3	17,5	8,1	1,9	9,1	53,1	27,4	352,1	7,2	6,5	к/к	
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,9	2,9	4,9	51,8	0	0,6	0,2	0	0,2	15,1	7,0	18,1	0,3	0,2	371	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,8	1,6	4,7	35,6	0	2,2	0	0	0,1	19,7	10,8	21,4	0,7	0,2	50	
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ВИТОШКА	190	0	0	7,6	30,4	0	0	0	0	0	3,6	0,1	6,9	0	0	411	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 1 СОРТ	25	2,2	0,7	12,2	62,3	0,1	0	0	0	1,2	7	13,5	34	0,9	0,3	53	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40	3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	130	3,2	4,1	15,9	116,1	0	13,7	0,8	0	1,0	66,2	39,5	78,3	2,0	0,9	51	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	7,2	29,5	0	0	0	0	0,1	4,6	4	7,4	0,7	0	к/к	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	20	1,7	0,7	8,5	51,8	5,8	0,1	0	3,8	3,8	33,2	14,6	3,2	3,2	1,9	87	
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,3	0	15	0	0	0,4	23,9	12	16,5	3,3	0,2	59	
Всего за день:		61,5	51,9	191,9	1538,6	18,2	56,3	9,3	13,7	27,8	691,2	286,8	976,0	31,3	16,8		

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества					№ рецептуры
	г	шт.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	В2, мг	РР, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг		
																	г	
Завтрак																		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		1,6	7,7	2,3	85,0	0	0,3	0	0,1	0,1	53,6	5,8	38,9	0,1	0,2	214	
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,2	8,3	11,1	109,3	0,1	0,7	0	0,1	0,1	134,4	20,4	102,4	0,4	0,6	433	
БАТОН	20		1,6	0,2	9,8	47,6	0	0	0	0	0,3	4,6	6,8	17,8	0,4	0,1	8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		0,1	4,2	0,1	37,5	0	0	0,04	0	0	0,5	0	1	0	0	13	
II Завтрак																		
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	70		0,5	0,1	9,2	42,0	0,01	1,4	0	0	0	4,9	2,8	4,9	0,98	0	442	
Обед																		
СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	180		4,6	6,6	30,3	200,9	0,2	8,9	0,2	0,1	2,2	28,7	38,3	98,0	2,0	0,8	77	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,4	6,4	10,0	112,8	0,1	31,4	0,2	0,1	1,2	83,8	30,3	60,0	1,8	0,8	346	
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50		23,5	20,9	9,6	320,2	0,1	0,5	0	0,1	5,1	19,4	32,7	213,0	3,4	4,1	272	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,3	0	14,3	58,2	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0	402	
ХЛЕБ АЗАНКОВСКИЙ 2 СОРТ	40		3,4	1,3	17	103,6	11,6	0,2	0	7,6	7,6	66,4	29,2	6,4	6,4	3,8	87	
Полдник																		
БУЛОЧКА "АППЕТИТНАЯ"	50		3,8	2,7	26,9	147,0	0,1	0	0	0	0,8	10,5	16	43	1	0,4	к/к	
СНЕЖОК	150		4,1	3,8	16,2	118,5	0,1	1,1	0	0,3	0,2	180	21	142,5	0,2	0,6	30	
Всего за день:			50,1	60,1	157,0	1383,5	12,31	44,5	0,44	8,4	17,6	587,0	203,3	727,9	16,48	11,4		

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

Сад 10 часов

Наименование продукта	Норма на 1 реб., г	10										Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10						
Молоко свежее	338	330	410	300	470	340	290	310	290	330	3380	338	100	10,2	12,0	13,2	186,8
Творог	30	150				150					300	30	100	5,4	2,7	0,9	49,9
Сметана	8	7	7	7	7	7	7	7	7	7	80	8	100	0,2	1,3	0,2	16,0
Сыр	6	10	10		10	10	10		10		60	6	100	1,4	1,8		21,8
Мясо	55	105		112,5						118,3	551,3	55,1	100	10,2	8,6		116,6
Птица	24		36,6		131,2	36,6					241	24,1	100	4,3	4,3		55,6
Рыба	28		80		100,5	65				35	280,5	28,1	100	4,7	0,8		25,6
Субпродукты (печень, язык, сердце)	25		125,6						125,6		251,2	25,1	100	4,5	0,9		30,9
Яйцо, шт.	1	0,7	0,8	0,7	0,8	2	0,7	1	1,3	0,8	10	1	100	0,1	0,1		1,6
Картофель	105	140	42	140	63	182	28	98	182	70	1050	105	100	2,0	0,4	16,8	78,4
Овощи разные	165	103,8	151,5	135,6	176,3	165,4	184,9	134,5	104,8	274,1	1650	165	100	2,6	0,1	14,8	56,3
Фрукты свежие	75	150		150		150				150	750	75	100	0,6	0,3	10,7	49,9
Фрукты сухие	8	9	17	9	9			18	9	9	80	8	100	0,1		4,1	4,7
Соки фруктовые (овощные)	75	70	190	70	70	70	70	70	70	70	750	75	100	0,4	0,1	9,9	32,3
Напитки витаминизированные	38					190				190	380	38	100	1,4	5,6	1,2	119,2
Хлеб Азанковский 1 сорт	60	70	95	45	45	45	45	45	45	107	599	60	100	5,0	1,8	29,6	152,7
Крупа (злаки), бобовые	32	51,7	15	24,8	59,4	29,7	64,6	29,7	5	39,6	319,5	32	100	3,3	0,7	20,7	101,4
Макаронные изделия	9		35	15					25	15	90	9	100	1,0	0,1	6,3	29,5
Мука пшеничная	22	5	5	60	65	20			60	5	220	22	100	2,4	0,3	14,9	72,4
Хлеб Азанковский 2 сорт	38		40	40	40	40	40	40	40	40	380	38	100	3,3	0,5	17,2	98,4
Масло сливочное	16	20	15	10	21	16	15	13	18	14	16	16,0	100		12,9	0,3	116,7
Масло растительное	8	8	6	7,5	9,5	10	6	7,5	11,5	8	80	8	100		7,7		70,4
Кондитерские изделия	15	30	70		20	20		30			150	15	100	0,7	0,8	10,1	50,5
Чай	0,5	1			1	1	1	1		1	5	0,5	100	0,1		0,2	1,2
Какао-порошок	0,6			1,5		1,5	1,5			1,5	6	0,6	100	0,2	0,1	0,1	1,7
Кофейный напиток	1,2	2	2	2	2			2	2	2	12	1,2	100	0,1		0,7	3,0
Дрожжи	0,4			1,3	1,3			1,4			4	0,5	100	0,1			0,3
Сахарный песок	23	35	10	23	30	25	30	20	20	17	230	23	100			22,4	89,2
Соль йодированная	4	4,5	3,5	3	4	4,5	5	3	4,0	6	40	4,0	100				
Крахмал	2		10							10	20	20	100			1,5	6,1
														64,3	63,9	195,8	1 619,3

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ,
ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ

Сад 10 часов

Наименование	Норма на 1 ребенка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дней	Факт. за день	Выполнение, %
Пищевые вещества и энергия														
Белки, г	54	79,7	63,5	56,4	58,8	63,2	97,3	57,9	53,9	61,5	51,1	644,3	64,4	
Жиры, г	60	77,8	57,2	59,2	64,0	70,8	77,5	57,1	62,9	51,9	60,1	638,5	63,9	
Углеводы, г	261	197,3	191,2	251,8	201,4	233,6	184,5	145,5	203,7	191,9	157,0	1957,9	195,8	
Энергетическая ценность,	1800	1798,7	1517,4	1776,5	1641,3	1819,4	1818,2	1338,9	1560,1	1539,6	1383,5	16193,6	1619,3	
Витамины														
B1, мг	0,8	1,01	12,61	12,52	12,4	12,6	12,31	12,4	12,51	18,2	12,21	118,77	11,9	
C, мг	40	57,2	38,5	82,11	21,3	46,4	28,6	80	22,6	56,3	43,4	476,41	47,6	
A, мг	400	0,7	8,3	0,5	1,24	0,7	0,8	0,5	0,4	9,3	0,44	22,88	2,3	
B2, мг		0,8	10,1	8,3	8	8,3	8,6	8,1	8,1	13,7	8,1	82,1	8,2	
PP, мг		11,4	24	18,3	17,6	23,7	18,8	17,3	17,9	27,8	17,4	194,2	19,4	
Минеральные вещества														
Ca, мг	800	804,13	651,7	656,93	698,7	670,9	928,9	641,2	528,93	691,2	407	6679,59	668	
Mg, мг	120	230,92	197,9	311,22	236,7	311,2	270,2	235,8	209,22	286,8	182,3	2472,26	247,2	
P, мг	800	1053,63	969,4	913,93	884,2	917,9	1193,4	853,1	748,13	976	585,4	9095,09	909,5	
Fe, мг	10	15,28	20,98	18,86	16,4	18,6	15,78	18,9	16,68	31,3	16,48	189,26	18,9	
Zn, мг		8,9	14,8	9,3	12,3	11,5	10,7	12	11,1	16,8	10,8	118,2	11,8	

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Итого за весь период	644,3	638,5	1957,9	16193,6	118,76	476,41	22,88	81,4	6679,59	2472,26	9095,09	189,26
Среднее значение за период	64,4	63,9	195,8	1619,3	11,9	47,6	2,3	8,1	668,0	247,2	909,5	18,9
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	18,7	17,8	63,5									

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	II		Обед	Полдник
	Завтрак	Завтрак		
Сад 10 часов	407	94	701	355

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 651065950769969602271051656712975319075379606518

Владелец Макарова Екатерина Дмитриевна

Действителен с 16.04.2026 по 16.04.2027