

Согласовано

Заведующий МДОУ

" 15 " января 2024

*Демьянченко Д.А.*

Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "АГРОИНВЕСТ"  
Демьянченко Д.А.  
15 января 2024 г



| Приём пищи             | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|--------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                            |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 1 неделя День первый   |                                            |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                            | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                             | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180            | 9,05             | 10,2    | 37,13       | 276,3                       | №177 2011г  |
|                        | Кофейный напиток                           | 180            | 2,24             | 2,1     | 25,03       | 118,8                       | №692 2004г  |
|                        | Итого за завтрак                           | 400            | 13,69            | 19,8    | 77,06       | 540,1                       |             |
| Завтрак 2              | Сок                                        | 180            | 0,9              | 0       | 18,18       | 76                          | №399 2011г  |
| Обед                   | Суп картофельный с крупой и рыбой          | 200            | 18,48            | 1,99    | 9,9         | 145,6                       | №84 2011г   |
|                        | Овощи тушеные                              | 130            | 3,89             | 7,26    | 18,79       | 284,94                      | 2002г       |
|                        | Котлета мясная                             | 70             | 13,7             | 13,1    | 12,4        | 221,3                       | №2/2 2011г  |
|                        | Компот из ягод с/м                         | 180            | 0,1              | 0,1     | 27,2        | 88,7                        | №394 2004г  |
|                        | Хлеб ржаной                                | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                        | Итого за обед                              | 625            | 39,47            | 22,95   | 84,99       | 836,14                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Омлет натуральный                          | 150            | 18,1             | 30,8    | 2,4         | 268                         | №216 2011   |
|                        | Сыр порционный                             | 10             | 2,32             | 2,95    | 0           | 36                          | № 7 2011г   |
|                        | Чай с сахаром                              | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                             | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Итого за полдник                           | 370            | 22,78            | 33,97   | 26,66       | 412,89                      |             |
| Итого за первый день:  |                                            | 1575           | 76,84            | 76,72   | 206,89      | 1865,13                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|-----------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                               |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 1 неделя День второй   |                                               |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                               | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 180            | 9,05             | 10,2    | 37,13       | 276,3                       | №177 2011г  |
|                        | Чай с сахаром и молоком                       | 180            | 2,67             | 2,34    | 14,31       | 89                          | №394 2011г  |
|                        | Итого за завтрак                              | 400            | 14,12            | 20,04   | 66,34       | 510,3                       |             |
| Завтрак 2              | Кисломолочный продукт                         | 180            | 5,22             | 4,5     | 7,2         | 95,4                        | №401 2011г  |
| Обед                   | Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной | 200            | 8,32             | 19,83   | 71,01       | 104,4                       | №61 2011    |
|                        | Запеканка картофельная с отварным мясом       | 200            | 12,49            | 16,07   | 25,57       | 296,87                      | №69 2003г   |
|                        | Овощи натуральные соленные                    | 30             | 0,48             | 0,06    | 1,5         | 8,4                         | №70 2005    |
|                        | Напиток из изюма                              | 180            | 0,34             | 0,08    | 16,35       | 67,98                       | №401 2008г  |
|                        | Хлеб ржаной                                   | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                        | Итого за обед                                 | 655            | 24,93            | 36,54   | 131,13      | 573,25                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Запеканка творожная со сгущенным молоком      | 140/20         | 17,54            | 16,51   | 17,15       | 334,5                       | №237 2011г  |
|                        | Чай с сахаром                                 | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Итого за полдник                              | 370            | 19,9             | 16,73   | 41,41       | 443,39                      |             |
| Итого за второй день:  |                                               | 1605           | 64,17            | 77,81   | 246,08      | 1622,34                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|--------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                      |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 1 неделя День третий   |                                      |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное порционное           | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                       | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Суп молочный с макаронными изделиями | 180            | 5,43             | 5,04    | 16,41       | 132,94                      | № 93 2011г  |
|                        | Какао с молоком                      | 180            | 3,67             | 3,19    | 15,82       | 154,8                       | №397 2011г  |
|                        | Итого за завтрак                     | 400            | 11,5             | 15,73   | 47,13       | 432,74                      |             |
| Завтрак 2              | Фрукт                                | 130            | 0,4              | 0,4     | 9,8         | 44                          |             |
| Обед                   | Суп картофельный со свининой         | 200            | 2,13             | 2,7     | 12,01       | 153                         | №89 2007г   |
|                        | Печень тушеная в сметане             | 70             | 13,94            | 4,18    | 5,22        | 147,7                       | 2003г       |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая           | 130            | 6,84             | 5,78    | 32,94       | 216,4                       | №168 2011г  |
|                        | Напиток из сухофруктов               | 180            | 0,45             | 0       | 19,03       | 77,94                       | №639 2004   |
|                        | Хлеб ржаной                          | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                        | Итого за обед                        | 625            | 26,66            | 13,16   | 85,9        | 690,64                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Котлета рыбная                       | 70             | 10,59            | 6,47    | 4,17        | 117                         | №248 2011г  |
|                        | Рис отварной                         | 100            | 3,6              | 4,6     | 40,2        | 213                         | №168 2011г  |
|                        | Чай с сахаром                        | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Булочка домашняя                     | 50             | 3,64             | 6,26    | 26,96       | 178                         | №469 2011г  |
|                        | Итого за полдник                     | 400            | 17,89            | 17,35   | 80,79       | 545,89                      |             |
| Итого за третий день:  |                                      | 1555           | 56,45            | 46,64   | 223,62      | 1713,27                     |             |

| Приём пищи               | Наименование блюда                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                          |                                          |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 1 неделя День четвёртый  |                                          |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1                | Масло сливочное порционное               | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                          | Хлеб пшеничный                           | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                          | Сыр порционный                           | 10             | 2,32             | 2,95    | 0           | 36                          | № 7 2011г   |
|                          | Каша манная молочная с маслом сливочным  | 180            | 6,21             | 7,47    | 25,09       | 192                         | №179 2011г  |
|                          | Чай с сахаром и молоком                  | 180            | 2,67             | 2,34    | 14,31       | 89                          | №394 2011г  |
|                          | Итого за завтрак                         | 410            | 13,6             | 20,26   | 54,3        | 462                         |             |
| Завтрак 2                | Сок                                      | 180            | 0,9              | 0       | 18,18       | 76                          | №399 2011г  |
| Обед                     | Суп лапша домашняя с курицей             | 200            | 2,2              | 4,6     | 11          | 152,2                       | №86 2011г   |
|                          | Тефтели с соусом                         | 50/50          | 8,6              | 8,8     | 8,1         | 196,2                       | №286 2012г  |
|                          | Картофельное пюре                        | 130            | 3,4              | 53,35   | 20,52       | 152,5                       | №321 2011г  |
|                          | Компот из ягод с/м                       | 180            | 0,1              | 0,1     | 27,2        | 88,7                        | №394 2004г  |
|                          | Хлеб ржаной                              | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                          | Итого за обед                            | 655            | 17,6             | 67,35   | 83,52       | 685,2                       |             |
| Уплотнённый<br>полдник   | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 140/20         | 17,54            | 16,51   | 17,15       | 334,5                       | №237 2011 г |
|                          | Чай с лимоном                            | 180/7          | 0,12             | 0,02    | 10,2        | 41                          | №393 2011г  |
|                          | Хлеб пшеничный                           | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                          | Итого за полдник                         | 377            | 19,96            | 16,73   | 42,15       | 446,5                       |             |
| Итого за четвёртый день: |                                          | 1622           | 52,06            | 104,34  | 198,15      | 1669,7                      |             |

| Приём пищи                      | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|-------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                                 |                                           |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 1 неделя День пятый             |                                           |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1                       | Масло сливочное                           | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                                 | Хлеб пшеничный                            | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                                 | Кофейный напиток                          | 180            | 2,24             | 2,1     | 25,03       | 118,8                       | №692 2004г  |
|                                 | Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 180            | 6,03             | 8,82    | 24,39       | 200,7                       | №84 2004г   |
|                                 | Итого за завтрак                          | 400            | 10,67            | 18,42   | 64,32       | 464,5                       |             |
| Завтрак 2                       | Сок                                       | 180            | 0,9              | 0       | 18,18       | 76                          | №399 2011г  |
| Обед                            | Борщ с картофелем и сметаной              | 200            | 4,7              | 6,1     | 10,1        | 114,22                      | №57 2011 г  |
|                                 | Гуляш из отварного мяса                   | 70             | 8,99             | 7,23    | 2,31        | 130,9                       | №277 2011г  |
|                                 | Макаронные изделия отварные               | 130            | 4,69             | 8,69    | 29,5        | 205,19                      | №204 2011г  |
|                                 | Напиток из смеси сухофруктов              | 180            | 0,45             | 0       | 19,03       | 77,94                       | №639 2004   |
|                                 | Хлеб ржаной                               | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                                 | Итого за обед                             | 625            | 22,13            | 22,52   | 77,64       | 623,85                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник          | Каша рисовая молочная с маслом сливочным  | 180            | 9,05             | 10,2    | 37,13       | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                 | Манник                                    | 50             | 3,6              | 7,04    | 20,62       | 133,5                       | №274 2004г  |
|                                 | Чай с сахаром                             | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                                 | Итого за полдник                          | 410            | 12,71            | 17,26   | 67,21       | 447,69                      |             |
| Итого за пятый день:            |                                           | 1615           | 46,41            | 58,2    | 227,35      | 1612,04                     |             |
| Итого среднее за первую неделю: |                                           | 1594,40        | 59,19            | 72,74   | 220,42      | 1696,50                     |             |

| Приём пищи                     | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|---------------|-----------------------------|-------------|
|                                |                                            |                | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                             |             |
|                                |                                            |                |                  |              |               |                             |             |
| <b>2 неделя День первый</b>    |                                            |                |                  |              |               |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>               | Масло сливочное                            | 10             | 0,1              | 7,3          | 0,1           | 74                          | № 6 2011г   |
|                                | Хлеб пшеничный                             | 30             | 2,3              | 0,2          | 14,8          | 71                          | ту          |
|                                | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 180            | 9,05             | 10,2         | 37,13         | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                | Чай с сахаром и молоком                    | 180            | 2,67             | 2,34         | 14,31         | 89                          | №394 2011г  |
|                                | <b>Итого за завтрак</b>                    | <b>400</b>     | <b>14,12</b>     | <b>20,04</b> | <b>66,34</b>  | <b>510,3</b>                |             |
| <b>Завтрак 2</b>               | Сок                                        | 180            | 0,9              | 0            | 18,18         | 76                          | №399 2011г  |
|                                | Суп картофельный с яйцом                   | 200            | 9,2              | 4,48         | 14,24         | 149                         | №140 2004г  |
|                                | Жаркое по домашнему                        | 200            | 10,93            | 15           | 20,91         | 349,5                       | №66 2003г   |
|                                | Овощи соленые                              | 30             | 0,48             | 0,06         | 1,5           | 8,4                         | №70 2005    |
|                                | Компот из ягод с/м                         | 180            | 0,1              | 0,1          | 27,2          | 88,7                        | №394 2004г  |
|                                | Хлеб ржаной                                | 45             | 3,3              | 0,5          | 16,7          | 95,6                        | ту          |
|                                | <b>Итого за обед</b>                       | <b>655</b>     | <b>24,01</b>     | <b>20,14</b> | <b>80,55</b>  | <b>691,2</b>                |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b> | Омлет натуральный                          | 150            | 18,1             | 30,8         | 2,4           | 268                         | №216 2011   |
|                                | Сыр порционный                             | 10             | 2,32             | 2,95         | 0             | 36                          | № 7 2011г   |
|                                | Чай с сахаром                              | 180            | 0,06             | 0,02         | 9,46          | 37,89                       | №392 2011г  |
|                                | Хлеб пшеничный                             | 30             | 2,3              | 0,2          | 14,8          | 71                          | ту          |
|                                | <b>Итого за полдник</b>                    | <b>370</b>     | <b>22,78</b>     | <b>33,97</b> | <b>26,66</b>  | <b>412,89</b>               |             |
| <b>Итого за первый день:</b>   |                                            | <b>1605</b>    | <b>61,81</b>     | <b>74,15</b> | <b>191,73</b> | <b>1690,39</b>              |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                          | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|---------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                             |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 2 неделя День второй   |                                             |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                             | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                              | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 180            | 6,69             | 4,18    | 14,58       | 243,42                      | №182 2007г  |
|                        | Какао с молоком                             | 180            | 3,67             | 3,19    | 15,82       | 154,8                       | №397 2011г  |
|                        | Итого за завтрак                            | 400            | 12,76            | 14,87   | 45,3        | 543,22                      |             |
| Завтрак 2              | Кисломолочный продукт                       | 180            | 5,22             | 4,5     | 7,2         | 95,4                        | №401 2011г  |
|                        | Суп картофельный с горохом                  | 200            | 6,09             | 1,68    | 16,9        | 124,15                      | №66 2003г   |
|                        | Ежики мясные с соусом                       | 120/50         | 14,3             | 15,7    | 32,1        | 284                         | №450 1996 г |
|                        | Икра свекольная                             | 30             | 0,27             | 1,41    | 1,77        | 20,88                       | №54 2011г   |
|                        | Напиток из смеси сухофруктов                | 180            | 0,45             | 0       | 19,03       | 77,94                       | №639 2004   |
|                        | Хлеб ржаной                                 | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                        | Итого за обед                               | 625            | 18,32            | 17,61   | 69,6        | 478,42                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Запеканка творожная со сгущенным молоком    | 140/20         | 17,54            | 16,51   | 17,15       | 334,5                       | №237 2011 г |
|                        | Чай с сахаром                               | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                              | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
| Итого за полдник       |                                             | 370            | 19,9             | 16,73   | 41,41       | 443,39                      |             |
| Итого за второй день:  |                                             | 1575           | 56,2             | 53,71   | 163,51      | 1560,43                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|--------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                            |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
| 2 неделя День третий   |                                            |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                            | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                             | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                        | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180            | 6,84             | 10,8    | 34,67       | 263                         | №172 2011г  |
|                        | Чай с сахаром                              | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Итого за завтрак                           | 400            | 9,3              | 18,32   | 59,03       | 445,89                      |             |
| Завтрак 2              | Фрукт                                      | 130            | 0,4              | 0,4     | 9,8         | 44                          |             |
| Обед                   | Рассольник ленинградский со сметаной       | 200            | 1,59             | 4,08    | 13,53       | 128,8                       | №76 2011г   |
|                        | Запеканка из печени с рисом                | 150            | 22,5             | 9,8     | 19,3        | 298                         | ТТК         |
|                        | Соус молочный                              | 25             | 0,68             | 1,74    | 0,02        | 39,2                        | №350 2011   |
|                        | Напиток из изюма                           | 180            | 0,34             | 0,08    | 16,35       | 67,98                       | №401 2008г  |
|                        | Хлеб ржаной                                | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                        | Итого за обед                              | 600            | 28,41            | 16,2    | 65,9        | 629,58                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Рагу из овощей со свининой                 | 200            | 1,89             | 5,97    | 15,77       | 224,2                       | №331 2011г  |
|                        | Чай с сахаром                              | 180            | 0,06             | 0,02    | 9,46        | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Булочка домашняя                           | 50             | 3,64             | 6,26    | 26,96       | 178                         | №469 2011г  |
|                        | Итого за полдник                           | 430            | 5,59             | 12,25   | 52,19       | 440,09                      |             |
| Итого за третий день:  |                                            | 1560           | 43,7             | 47,17   | 186,92      | 1559,56                     |             |

| Приём пищи               | Наименование блюда                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |         |             | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                          |                                          |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                             |             |
|                          |                                          |                |                  |         |             |                             |             |
| 2 неделя День четвёртый  |                                          |                |                  |         |             |                             |             |
| Завтрак 1                | Масло сливочное                          | 10             | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74                          | № 6 2011г   |
|                          | Хлеб пшеничный                           | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                          | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 180            | 6,84             | 10,8    | 34,67       | 263                         | №172 2011г  |
|                          | Кофейный напиток                         | 180            | 2,24             | 2,1     | 25,03       | 118,8                       | №692 2004г  |
|                          | Итого за завтрак                         | 400            | 11,48            | 20,4    | 74,6        | 526,8                       |             |
| Завтрак 2                | Сок                                      | 180            | 0,9              | 0       | 18,18       | 76                          | №399 2011г  |
| Обед                     | Суп овощной на курином бульоне           | 200            | 5,52             | 4,36    | 10,83       | 104,64                      | №202 2005г  |
|                          | Курица тушеная с овощами                 | 200            | 19,2             | 17,9    | 19,7        | 322                         | №496 2004г  |
|                          | Компот из ягод с/м                       | 180            | 0,1              | 0,1     | 27,2        | 88,7                        | №394 2004г  |
|                          | Хлеб ржаной                              | 45             | 3,3              | 0,5     | 16,7        | 95,6                        | ту          |
|                          | Итого за обед                            | 625            | 28,12            | 22,86   | 74,43       | 610,94                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник   | Котлета рыбная                           | 70             | 10,59            | 6,47    | 4,17        | 117                         | №248 2011г  |
|                          | Рис отварной                             | 100            | 3,6              | 4,6     | 40,2        | 213                         | №168 2011г  |
|                          | Чай с лимоном                            | 180/7          | 0,12             | 0,02    | 10,2        | 41                          | №393 2011г  |
|                          | Хлеб пшеничный                           | 30             | 2,3              | 0,2     | 14,8        | 71                          | ту          |
|                          | Итого за полдник                         | 387            | 16,61            | 11,29   | 69,37       | 442                         |             |
| Итого за четвёртый день: |                                          | 1592           | 57,11            | 54,55   | 236,58      | 1655,74                     |             |

| Приём пищи                             | Наименование блюда                            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|---------------|-----------------------------|-------------|
|                                        |                                               |                | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                             |             |
| <b>2 неделя День пятый</b>             |                                               |                |                  |              |               |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>                       | Масло сливочное                               | 10             | 0,1              | 7,3          | 0,1           | 74                          | № 6 2011г   |
|                                        | Хлеб пшеничный                                | 30             | 2,3              | 0,2          | 14,8          | 71                          | ту          |
|                                        | Сыр порционный                                | 10             | 2,32             | 2,95         | 0             | 36                          | № 7 2011г   |
|                                        | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным    | 180            | 9,05             | 10,2         | 37,13         | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                        | Чай с сахаром и молоком                       | 180            | 2,67             | 2,34         | 14,31         | 89                          | №394 2011г  |
|                                        | <b>Итого за завтрак</b>                       | <b>410</b>     | <b>16,44</b>     | <b>22,99</b> | <b>66,34</b>  | <b>546,3</b>                |             |
| <b>Завтрак 2</b>                       | Сок                                           | 180            | 0,9              | 0            | 18,18         | 76                          | №399 2011г  |
| <b>Обед</b>                            | Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной | 200            | 8,32             | 19,83        | 71,01         | 104,4                       | №61 2011    |
|                                        | Гуляш из отварного мяса                       | 70             | 8,99             | 7,23         | 2,31          | 130,9                       | №277 2011г  |
|                                        | Макаронные изделия отварные                   | 130            | 4,69             | 8,69         | 29,5          | 205,19                      | №204 2011г  |
|                                        | Напиток из смеси сухофруктов                  | 180            | 0,45             | 0            | 19,03         | 77,94                       | №639 2004   |
|                                        | Хлеб ржаной                                   | 45             | 3,3              | 0,5          | 16,7          | 95,6                        | ту          |
|                                        | <b>Итого за обед</b>                          | <b>625</b>     | <b>25,75</b>     | <b>36,25</b> | <b>138,55</b> | <b>614,03</b>               |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b>         | Каша гречневая молочная с маслом сливочным    | 180            | 9,05             | 10,2         | 37,13         | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                        | Чай с сахаром                                 | 180            | 0,06             | 0,02         | 9,46          | 37,89                       | №392 2011г  |
|                                        | Манник                                        | 50             | 3,6              | 7,04         | 20,62         | 133,5                       | №274 2004г  |
|                                        | <b>Итого за полдник</b>                       | <b>410</b>     | <b>12,71</b>     | <b>17,26</b> | <b>67,21</b>  | <b>447,69</b>               |             |
| <b>Итого за пятый день:</b>            |                                               | <b>1625</b>    | <b>55,8</b>      | <b>76,5</b>  | <b>290,28</b> | <b>1684,02</b>              |             |
| <b>Итого среднее за вторую неделю:</b> |                                               |                | <b>54,92</b>     | <b>61,22</b> | <b>213,80</b> | <b>1630,03</b>              |             |
| <b>Итого среднее за весь период:</b>   |                                               |                | <b>57,06</b>     | <b>66,98</b> | <b>217,11</b> | <b>1663,26</b>              |             |