



Циклическое МЕНЮ для организации питания детей в возрасте от 1.5 до 3 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0	1	2012
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,5	1,8	24,3	10	2012
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	8,8	15,2	1,6	178,7	214	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,5	12,2	84,8	397	2012
Итого за прием пищи:	300	16,0	23,3	22,6	349,8		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ для детского питания в ассортименте	150	0,7	0,1	14,7	62,6	399	2012
Итого за прием пищи:	150	0,7	0,1	14,7	62,6		
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (с 01.11 по 01.06)	40	0,8	3,6	3,1	47,6		2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (с 01.06 по 01.11)	40	0,3	0,0	0,9	5,6	71	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4,1	4,8	8,6	98,0	95	2008
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,3	7,1	3,1	121,2	268	2012
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,4	2,5	15,6	95,4	125	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	14,5	58,1	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0		2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5		2008
Итого за прием пищи:	610	22,2	18,9	68,4	536,8		
Полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,7	11,0	9,2	179,7	306	2008
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150	0,1	0,0	6,8	28,0	392	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	к/к	к/к
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,8	0,2	7,5	38,0		2008
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	3,4	0,7	20,7	104,0	477	2008
Итого за прием пищи:	430	16,3	12,1	52,7	390,5		
Всего за день:		55,2	54,4	158,4	1 339,7		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,8	3,5	10,3	88,8	3	2012
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,3	4,9	21,6	147,7	189	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,5	2,0	15,5	90,8	430	2008
Итого за прием пищи:	330	10,6	10,4	47,4	327,3		
II Завтрак							
БИОКЕФИР	150	5,1	3,8	8,3	91,5		2008
Итого за прием пищи:	150	5,1	3,8	8,3	91,5		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	36,5	33	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	4,9	7,3	6,7	115,2	67	2012
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	75	17,1	7,8	2,5	168,0	34	2012
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	120	3,0	8,3	17,6	157,1	134	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	21,5	99,4	441	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	К/К	2008
Итого за прием пищи:	615	29,7	26,8	73,0	692,7		
Полдник							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0,0	0,7	5,2	TK№017	
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	40	7,8	0,4	0,2	36,4	229	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,3	2,8	15,9	98,3	335	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,7	33,0	TK№048	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41,3		
Итого за прием пищи:	350	11,8	3,5	33,0	214,2		
Всего за день:		57,2	44,5	161,7	1 325,7		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	1,4	2,1	15,8	68,0	2	2012
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	150	5,4	5,0	25,6	169,7	189	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,4	1,8	6,6	53,0	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	330	9,2	8,9	48,0	290,7		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,6	2,0	3,3	35,1	40	2008
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (С 01.11 ПО 01.06)	40	0,4	0,1	1,5	9,6	14	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (с 01.06 по 01.11)	180	4,1	6,0	10,1	113,4	76	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	60	9,8	14,0	9,7	204,3	314	2008
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	110	4,0	3,3	25,5	147,7	209	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	0,2	0,0	10,0	41,5	к/к	к/к
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	590	22,3	26,2	82,1	658,5		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	100	18,6	12,6	23,9	289,0	224	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	5,5	4,8	9,1	101,7	434	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		2008
ПЕЧЕНЬЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	400	26,0	19,8	57,7	521,1		
Итого за прием пищи:							
Всего за день:		61,9	58,7	193,8	1 549,8		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	3,2	4,1	7,0	62,0	1	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	3,6	4,9	21,8	146,1	189	2008
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,1	2,5	12,2	84,8	397	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	330	9,9	11,5	41,0	292,9		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	100	0,8	0,2	7,5	38,0		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,8	0,2	7,5	38,0		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,3	0,0	0,7	5,2	TK№017	
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	180	3,7	3,2	13,2	97,0	100	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	70	10,7	4,4	5,5	104,7	251	2008
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	130	2,9	9,4	21,5	182,8	134	2008
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	0,0	0,0	10,5	41,8	402	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	620	21,2	17,9	74,9	548,0		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	120	14,1	12,3	13,5	221,5	276	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	0,1	0,1	7,7	33,0	TK№048	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	100	2,8	2,5	4,5	56,5		
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	40	4,9	3,1	17,2	116,3	249	2014
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	410	21,9	18,0	42,9	427,3		
Итого за прием пищи:		53,8	47,6	166,3	1 306,2		
Всего за день:							

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	3,4	6,9	10,0	69,0	3	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	150	4,6	6,7	20,4	160,7	190	2008
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,5	2,0	15,5	90,8	430	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	330	10,5	15,6	45,9	320,5		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	0,7	0,1	14,7	62,6	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,7	0,1	14,7	62,6		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,6	6,1	4,8	76,7	43	2008
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	1,4	3,1	11,2	78,5	77	2008
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	60/20	15,7	21,9	2,3	269,1	312	2008
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120	1,9	5,5	10,7	100,2	344	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)	150	0,2	0,0	9,9	41,0	431	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	620	23,4	37,5	62,4	682,0		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	100	18,9	12,8	24,3	293,5	224	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	5,5	4,8	9,1	101,7	434	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	20	0,6	0,7	15,5	70,8		2008
ВАФЛИ	400	25,4	18,7	58,7	513,0		
Итого за прием пищи:		60,0	71,9	181,7	1 578,1		
Всего за день:							

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	1,4	2,1	15,8	68,0	2	2012
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	0,9	1,5	1,8	24,3	10	2012
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	90	8,9	13,5	1,7	164,0	214	2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	2,4	1,8	6,6	53,0	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	300	13,6	18,9	25,9	309,3		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	5,1	3,8	8,3	91,5		2008
БИОКЕФИР	150	5,1	3,8	8,3	91,5		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,8	3,6	3,1	47,6		2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (с 01,11 по 01,06)	40	0,3	0,0	0,9	5,6	71	2011
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (с 01.06 по 01.11)	180	4,6	4,2	18,8	132,0	81	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	60	11,9	13,7	0,7	173,3	289	2008
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	120	2,8	3,3	19,0	117,2	335	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,1	0,0	6,9	28,1	392	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	600	23,8	25,7	72,0	614,7		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	40	0,3	0,0	0,7	5,2		2008
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	120	10,3	10,5	10,4	177,8	309	2008
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150	0,7	0,1	14,7	62,6	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,5	2,0	13,8	87,2	479	2008
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	370	16,1	12,8	48,1	373,6		
Итого за прием пищи:		58,6	61,2	154,3	1 389,1		
Всего за день:							

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	3,2	4,1	7,0	62,0	1	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	5,3	6,1	25,6	178,4	189	2008
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,1	2,5	12,2	84,8	397	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	330	11,6	12,7	44,8	325,2		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,7	0,1	14,7	62,6	399	2012
Итого за прием пищи:	150	0,7	0,1	14,7	62,6		
Обед							
	40	0,6	2,0	3,3	35,1	40	2008
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (с 01.11 по 01.06)	40	0,4	0,1	1,5	9,6	14	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (с 01.06 по 01.11)	180	6,1	6,0	8,6	113,2		2008
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	60	8,4	3,2	4,5	80,4	263	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	130	2,8	9,4	21,4	181,5	134	2008
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	0,5	0,2	21,5	99,4	441	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	610	22,0	21,7	82,8	626,1		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	100	5,4	8,6	20,1	180,0	210	2008
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	0,3	0,1	21,2	87,3	376	2012
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	20	1,4	0,2	8,5	40,8	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,6	0,7	15,5	70,8		2008
ВАФЛИ	290	7,7	9,6	65,3	378,9		
Итого за прием пищи:		42,0	44,1	207,6	1 392,8		
Всего за день:							

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	1,4	2,1	15,8	68,0	2	2012
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	150	4,3	4,9	21,6	147,7	189	2008
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,5	2,0	15,5	90,8	430	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	330	8,2	9,0	52,9	306,5		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
ФРУК СЕЗОННЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,8	1,7	4,9	38,2	51	2008
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180	5,0	5,8	5,5	98,5	88	2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	70	15,9	7,3	2,4	156,9	34	2012
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	1,9	5,5	10,7	100,1	344	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)	150	0,1	0,0	11,8	48,8	436	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	610	27,3	21,3	58,8	559,0		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	120	10,3	15,9	8,7	219,0	308	2008
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	0,1	0,1	21,2	86,5	405	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	40	3,2	2,7	23,1	129,9	471	2008
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	20	1,3	0,2	8,5	40,8	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	330	14,9	18,9	61,5	476,2		
Итого за прием пищи:							
Всего за день:		50,8	49,6	183,0	1 388,7		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	3,2	4,1	7,0	62,0	1	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	4,9	7,1	17,8	154,2	189	2008
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,4	1,8	6,6	53,0	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	330	10,5	13,0	31,4	269,2		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,3	0,0	0,7	5,2		2008
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	180	3,8	5,8	7,0	98,2	57	2012
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	60	7,8	3,3	3,9	76,7	241	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	130	2,7	4,4	18,5	124,5	335	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,0	0,0	10,5	41,8	402	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	610	18,2	14,5	64,1	462,9		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	30/14	5,3	5,9	6,2	99,5	283	2008
ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	5,6	4,1	25,2	159,9	181	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0,7	0,1	14,7	62,6	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	100	2,8	2,5	4,5	56,5		
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	419	16,3	13,3	63,5	444,0		
Итого за прием пищи:		49,4	44,6	165,0	1 255,6		
Всего за день:							

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	3,4	6,9	10,0	69,0	3	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	150	3,7	5,9	20,2	133,6	189	2008
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,5	2,0	15,5	90,8	430	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	330	9,6	14,8	45,7	293,4		
II Завтрак							
Итого за прием пищи:	150	0,7	0,1	14,7	62,6	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,7	0,1	14,7	62,6		
Обед							
Итого за прием пищи:	40	0,6	2,3	1,2	36,5	33	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	180	3,7	4,1	6,8	79,1	85	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	160	14,3	15,5	12,4	247,3	306	2008
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	0,1	0,1	7,7	33,0	TK№048	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	65,5	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	580	22,3	23,0	51,6	512,4		
Полдник							
Итого за прием пищи:	100	19,0	12,9	24,4	294,8	224	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	5,5	4,8	9,1	101,7	434	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	1,5	0,5	21,0	96,0		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		2008
ПЕЧЕНЬЕ	400	27,5	20,2	69,4	575,9		
Итого за прием пищи:		60,1	58,1	181,4	1 444,3		
Всего за день:							

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные соли	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг
Итого за весь период	549,0	534,7	1 753,2	13 970,0	6,02	524,82	17,28	6,83	9,97	5 868,62	###
Среднее значение за период	54,9	53,5	175,3	1 397,0	0,60	52,48	1,73	0,68	1,00	586,86	###
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,7	34,4	49,9								

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли 12 часов	324	140	607	380