

ЦИКЛИЧНОЕ 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	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,87	1,51	1,82	24,28	10	2012
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	8,86	13,46	1,73	163,58	214	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,06	2,52	12,23	84,76	397	2012
Итого за прием пищи:	300	16,03	21,59	22,78	334,62		
	II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,73	0,15	14,70	62,57	399	2012
Итого за прием пищи:	150	0,73	0,15	14,70	62,57		
	Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (с 01,10 по 15,06)	40	0,76	3,56	3,08	47,60		2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (с 15.06 по 01.10)	40	0,30	0,00	0,90	5,60	71	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4,05	4,84	8,62	94,65	95	2008
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	8,04	5,10	2,22	87,11	268	2012
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,16	2,33	14,33	87,40	125	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	14,52	58,05	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99		2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50		2008
Итого за прием пищи:	580	18,55	16,78	66,22	491,30		
	Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	12,45	16,92	21,33	287,38	311	2008
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150	0,10	0,00	6,83	28,00	392	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	к/к	к/к
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,80	0,20	7,49	37,96		2008
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	3,44	0,72	20,73	104,04	477	2008
Итого за прием пищи:	430	18,11	18,02	64,86	498,17		
Всего за день:		53,42	56,54	168,56	1 386,66		

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	3,82	3,53	10,28	88,80	3	2012
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,34	4,90	21,63	147,70	189	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	430	2008
Итого за прием пищи:	330	10,66	10,45	47,44	327,34		
II Завтрак							
БИОКЕФИР	150	5,10	3,75	8,25	91,50		2008
Итого за прием пищи:	150	5,10	3,75	8,25	91,50		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	2,32	1,20	36,48	33	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	4,87	7,28	6,72	112,58	67	2012
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,38	5,17	1,69	111,90	34	2012
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	110	4,82	4,10	21,91	143,87	166	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	21,55	99,38	441	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003	
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	К/К	2008
Итого за прием пищи:	580	25,78	20,00	76,52	620,71		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100	18,59	12,61	23,91	287,01	224	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,49	4,77	9,09	101,70	434	2008
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
Итого за прием пищи:	400	25,98	19,74	57,68	519,11		
Всего за день:		67,52	53,94	189,89	1 558,66		

3 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
		30	1,40	2,10	15,80	68,00	2	2012
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		150	5,37	5,05	25,59	169,72	189	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	2,38	1,82	6,64	52,96	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		330	9,15	8,97	48,03	290,68		
Итого за прием пищи:								
II Завтрак								
		150	4,35	3,75	6,00	79,50	435	2008
КЕФИР		150	4,35	3,75	6,00	79,50		
Итого за прием пищи:								
Обед								
		40	0,64	2,04	3,30	35,05	40	2008
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (с 01.10 по 15.06)		40	0,40	0,10	1,50	9,60	14	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (с 15.06 по 01.10)		180	4,05	6,04	10,11	111,39	76	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		50	8,20	11,68	8,09	170,26	314	2008
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ		110	4,00	3,27	25,53	147,69	209	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	0,20	0,00	9,96	41,50	к/к	к/к
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		25	1,66	0,22	10,60	50,99	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		580	20,63	23,98	80,44	622,38		
Итого за прием пищи:								
Полдник								
		120	10,74	11,68	9,25	185,80	306	2008
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		150	0,12	0,12	7,69	33,03	TK№048	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		20	1,33	0,16	8,53	41,33		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		290	12,19	11,96	25,47	260,16		
Итого за прием пищи:								
			46,32	48,66	159,94	1 252,72		
Всего за день:								

4 день

4 день								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	3,59	4,90	21,79	146,13	189	2008	
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,06	2,52	12,23	84,76	397	2012	
КАКАО С МОЛОКОМ	330	9,89	11,52	41,02	292,89			
Итого за прием пищи:								
II Завтрак								
	100	0,80	0,20	7,50	38,00		2008	
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00			
Итого за прием пищи:								
Обед								
	40	0,32	0,04	0,68	5,20	TKN017		
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	180	3,69	3,24	13,23	97,03	100	2008	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	50	7,61	3,14	3,93	74,69	251	2008	
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	110	2,42	7,99	18,16	154,74	134	2008	
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	0,00	0,00	10,46	41,80	402	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	TK №004		
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	580	17,62	15,34	69,91	489,96			
Итого за прием пищи:								
Полдник								
	120	14,07	12,34	13,54	221,47	276	2012	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	0,12	0,12	7,69	33,03	TKN048		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	100	2,80	2,50	4,50	56,50			
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	40	4,85	3,03	17,20	115,83	249	2014	
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	410	21,84	17,99	42,93	426,83			
Итого за прием пищи:								
Всего за день:		50,15	45,05	161,36	1 247,68			

5 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
		30	3,39	6,90	9,98	69,00	3	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		150	4,55	6,69	20,38	160,66	190	2008
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"		150	2,50	2,02	15,53	90,84	430	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ		330	10,44	15,61	45,89	320,50		
Итого за прием пищи:								
II Завтрак								
		150	0,73	0,15	14,70	62,57	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ		150	0,73	0,15	14,70	62,57		
Итого за прием пищи:								
Обед								
		40	0,64	6,07	4,79	76,69	43	2008
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		180	1,44	3,07	11,20	78,54	77	2008
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ		50/20	13,76	19,13	2,03	235,06	312	2008
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ		110	1,76	5,07	9,84	91,89	344	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)		150	0,17	0,00	9,89	41,00	431	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		600	21,35	34,27	61,20	639,68		
Итого за прием пищи:								
Полдник								
		100	18,91	12,80	24,25	291,44	224	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		180	5,49	4,77	9,09	101,70	434	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ		20	0,56	0,66	15,46	70,80		
ВАФЛИ		400	25,36	18,63	58,60	510,94		
Итого за прием пищи:								
Всего за день:			57,88	68,66	180,39	1 533,69		

6 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
		30	1,40	2,10	15,80	68,00	2	2012
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		100	7,63	12,01	5,92	162,44	219	2012
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		150	2,38	1,82	6,64	52,96	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		280	11,41	15,93	28,36	283,40		
Итого за прием пищи:								
II Завтрак								
		150	5,10	3,75	8,25	91,50		2008
БИОКЕФИР		150	5,10	3,75	8,25	91,50		
Итого за прием пищи:								
Обед								
		40	0,76	3,56	3,08	47,60		2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (С 01.10 ПО 15.06)		40	0,30	0,00	0,90	5,60	71	2011
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (с 15.06 по 01.10)		180	6,11	6,03	8,62	113,19		2008
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ		50	6,95	2,62	3,79	66,65	263	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		110	2,58	3,03	17,45	107,77	335	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	0,08	0,00	6,94	28,05	392	2012
ЧАЙ С САХАРОМ		25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		580	20,06	16,17	63,33	479,76		
Итого за прием пищи:								
Полдник								
		120	6,50	10,28	24,13	215,82	210	2008
МАКАРОНЫ С СЫРОМ		150	0,73	0,15	14,70	62,57	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ		20	1,32	0,18	8,48	40,79	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	3,58	2,00	13,78	87,69	479	2008
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		330	12,13	12,61	61,09	406,87		
Итого за прием пищи:			48,70	48,46	161,03	1 261,53		
Всего за день:								

7 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	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	5,26	6,06	25,55	178,41	189	2008
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,06	2,52	12,23	84,76	397	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	330	11,56	12,68	44,78	325,17		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,73	0,15	14,70	62,57	399	2012
	150	0,73	0,15	14,70	62,57		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,64	2,04	3,30	35,05	40	2008
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (с 01.11 по 01.06)	40	0,40	0,10	1,50	9,60	14	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (с 15.06 по 01.10)	180	4,62	4,23	18,81	131,98	81	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	50	9,77	0,56	0,29	45,47	229	2008
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	110	2,71	3,81	28,86	160,78	181	2008
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0,49	0,20	21,55	99,38	441	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	580	21,81	11,77	96,26	589,16		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	40	7,93	9,11	0,47	115,52	289	2008
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	100	2,15	7,77	8,07	111,48	141	2008
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	0,33	0,07	21,19	87,33	376	2012
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	20	1,36	0,16	8,48	40,80	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,56	0,66	15,46	70,80		2008
ВАФЛИ	330	12,33	17,77	53,67	425,93		
Итого за прием пищи:							
Всего за день:							
		46,43	42,37	209,41	1 402,83		

8 день

		8 день				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества						
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г				
Завтрак								
	30	1,40	2,10	15,80	68,00	2	2012	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	150	4,34	4,90	21,63	147,70	189	2008	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	430	2008	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	330	8,24	9,02	52,96	306,54			
Итого за прием пищи:								
II Завтрак								
	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008	
ФРУК СЕЗОННЫЙ	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
Итого за прием пищи:								
Обед								
	40	0,79	1,70	4,86	38,20	51	2008	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180	5,04	5,77	5,46	95,15	88	2008	
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	19,22	7,94	16,85	236,24	294	2012	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	0,06	0,01	11,83	48,82	436	2008	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	TK №004		
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	570	28,69	16,37	62,48	534,91			
Итого за прием пищи:								
Полдник								
	120	10,35	15,86	8,72	219,00	308	2008	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	0,09	0,09	21,21	86,53	405	2008	
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	40	3,25	2,75	23,14	130,21	471	2008	
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	20	1,32	0,18	8,48	40,79	TK №003		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	330	15,01	18,88	61,55	476,53			
Итого за прием пищи:								
		52,34	44,67	186,79	1 364,98			
Всего за день:								

9 день

9 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	4,90	7,09	17,83	154,20	189	2008
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,38	1,82	6,64	52,96	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	330	10,52	13,01	31,47	269,16		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	4,35	3,75	6,00	79,50	435	2008
КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,32	0,04	0,68	5,20		2008
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	180	3,81	5,81	7,02	96,12	57	2012
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	50	6,48	2,71	3,26	63,64	241	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	110	2,23	2,23	9,58	67,98	332	2012
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1 ВАРИАНТ)	150	0,00	0,00	10,46	41,80	402	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	580	16,42	11,74	54,48	391,24		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	120	10,27	10,53	10,44	177,82	309	2008
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150	0,73	0,15	14,70	62,57	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50		
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	395	15,68	13,91	42,49	362,39		
Итого за прием пищи:							
Всего за день:							
		46,97	42,41	134,44	1 102,29		

10 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	3,39	6,90	9,98	69,00	3	2012
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	150	3,68	5,91	20,24	133,61	189	2008
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	430	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	330	9,57	14,83	45,75	293,45		
Итого за прием пищи:							
II Завтрак							
	150	0,73	0,15	14,70	62,57	399	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,73	0,15	14,70	62,57		
Итого за прием пищи:							
Обед							
	40	0,64	2,32	1,20	36,48	33	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	180	3,71	4,12	6,81	79,23	85	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	50/14	7,69	8,70	9,08	145,55	283	2008
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	3,99	3,27	25,47	147,36	209	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	0,12	0,12	7,69	33,03	TK№048	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	25	1,70	0,20	10,60	51,00	TK №003	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	TK №004	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	594	19,73	19,48	73,73	558,15		
Итого за прием пищи:							
Полдник							
	100	18,93	12,90	24,36	292,73	224	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	5,49	4,77	9,09	101,70	434	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	1,50	0,50	21,00	96,00		2008
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		2008
ПЕЧЕНЬЕ	400	27,42	20,13	69,33	573,83		
Итого за прием пищи:							
		57,45	54,59	203,51	1 488,00		
Всего за день:							

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					минеральные вещества	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг
Итого за весь период	527,18	505,35	1 755,32	13 599,04	467,84	5,53	9,29	16,23	6,01	5 730,45	###
Среднее значение за период	52,72	50,54	175,53	1 359,90	46,78	0,55	0,93	1,62	0,60	573,05	###
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,5	33,4	51,1								

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли 12 часов	322	140	582	372