## IIPMMEPHOE OCEHHEE

## 20-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

С 1-ГО ДО 3-Х ЛЕТ

VTBEPЖДЕНО:

и.о. ЗАВЕДУЮЩЕГО МБДОУ «ДС «МАЛЬЩЦ»

O BANCHIOAPANINAN KPUNGO

ПРИКАЗ № 120 — ОД от 01.09.2025г.

День: понедельник Неделя: первая

Прием		Bec	Пищевь	іе вещест	гва (г)	Энергетическая	No sou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Каша пшеничная вязкая с сахаром и маслом	100/3/3	2.77	2.16	19.55	108.87	168 <i>A</i>
Ужин	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213 <i>A</i>
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1 <i>P</i>
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395A
Итого за за			12.02	14.41	41.42	343.87	
Второй завтра	к Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/5	5.83	4.42	0.00	104.18	82A
	Шницель рыбный натуральный	60/2	8.98	2.68	5.84	83.00	258A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	71
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		20.68	10.21	69.02	497.53	
Ужин	Булочка "Ванильная"	70	4.92	5.61	38.86	255.17	467A
	Кисломолочный продукт	150	4.35	3.75	6.00	75.00	401
Итого за уж	кин		9.27	9.36	44.86	330.17	
ИТОГО за д	IEHL		41.97	33.98	155.30	1171.57	

День: вторник Неделя: первая

Прием	Наимонование блюда	Bec	Пищевы	ые вещест	тва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4.47	4.10	12.81		94/
	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	16
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397
Итого за за	втрак		9.92	11.19	42.09	308.30	
	<b>A</b>		0.00	0.00	4.00	00.00	200
Второй завтра	к Фрукты	50	0.20	0.20	4.90		368
			0.20	0.20	4.90	22.00	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150/5	6.64	3.97	5.18	80.52	67,
	Тефтели мясные (2й вариант)	80/2	14.90	16.70	19.50		287
	Икра свекольная	100	2.33	4.56	12.30	100.10	54/
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	16
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	16
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376
Итого за об	1	•	27.09	25.86	83.25	665.57	
Ужин	Пудинг из творога с яблоками	70	9.52	7.46	10.24	146.30	240
	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65	92.70	382
Итого за уж	кин		9.94	7.50	32.89	239.00	
ИТОГО за д	шень		47.15	44.75	163.13	1234.87	

День: среда Неделя: первая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищеві	ые вещес <sup>.</sup>	тва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
Oub pun	Батон пшеничный с сыром	25/5/7	3.89	5.65	11.97	114.28	3 <i>F</i>
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63		395 <i>A</i>
Итого за за			10.70	11.75	35.41	290.48	
	T-	100	0.40	0.40		44.00	000
Второй завтра	ак Фрукты	100	0.40 0.40	0.40 0.40	9.80 9.80		368
			0.40	0.40	9.00	44.00	
Обед	Суп рыбный	150	12.85	2.37	17.50	131.00	270 <i>A</i>
	Котлета рубленные из птицы	60/2	12.48	2.91	10.00	113.20	305 <i>A</i>
	Рагу из овощей	100	1.62	8.68	9.13	121.00	137 <i>A</i>
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	бед		30.17	14.59	82.90	562.15	
Varan	10	100/20	7.71	6.87	46.96	280.92	4404
Ужин	Оладьи со сгущенным молоком	150/6	0.04	0.01	46.96 6.99		449 <i>A</i> 392 <i>A</i>
	Чай с сахаром	150/6					JUZF
Итого за ух	VILL	I	7.75	6.88	53.95	308.92	

День: четверг Неделя: первая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	№ рец.
пищи	Паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	и₂ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с пшеном	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392
Итого за за			6.34	9.76	30.76	236.20	
Второй завтр	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15		
Обед	Cur vennethen wiš e venuneš	150/5	6.90	2.50	8.67	84.57	808
Обед	Суп картофельный с крупой	100	13.25	11.22	3.51		255A
	Печень по-строгановски	120					
	Пюре картофельное		2.44	2.44	16.34	109.80	32
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57		7
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60		1E
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85		1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82		376 <i>A</i>
Итого за о	<u>бед</u>		26.02	16.83	75.36	579.92	
Ужин	Омлет с сыром	60	6.95	12.87	1.07	148.00	216
	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80	36.00	
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>F</i>
Итого за ух			8.47	16.12	21.46	261.20	
ИТОГО за	лень		41.58	42.71	142.73	1141.32	

День: пятница Неделя: первая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No nou
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94.4
•	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	393A
Итого за за	 втрак	•	6.30	9.75	23.77	208.20	
Второй завтра	як						
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	6.69	3.69	7.74	91.17	57 <i>A</i>
	Гуляш из отварного мяса	100	12.85	10.34	3.30	157.50	277 <i>P</i>
	Каша гречневая вязкая	100/2	2.80	1.40	16.70	90.40	168E
	Овощи по сезону № 15 (салат из св. помид. и	30	0.29	1.84	1.12	22.26	15
	n				40.00	40.20	
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшеничный Хлеб пшенично-ржаной	30	1.48 1.41	0.44	14.85		1E 1E
Итого за об	Хлеб пшенично-ржаной Компот из свежих плодов	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
Итого за об	Хлеб пшенично-ржаной Компот из свежих плодов	30	1.41 0.33	0.18 0.01	14.85 20.82	63.00 84.75	1E
Итого за об Ужин	Хлеб пшенично-ржаной Компот из свежих плодов	30	1.41 0.33	0.18 0.01	14.85 20.82	63.00 84.75 558.28	1E
	Хлеб пшенично-ржаной Компот из свежих плодов бед	30 150	1.41 0.33 25.85	0.18 0.01 17.90	14.85 20.82 75.13	63.00 84.75 558.28	1E
	Хлеб пшенично-ржаной Компот из свежих плодов бед Кондитерские изделие Молоко кипяченое	30 150	1.41 0.33 25.85	0.18 0.01 17.90	14.85 20.82 75.13	63.00 84.75 558.28 87.50	1E 372A

День:понедельник Неделя: вторая

Прием		Bec	Пищевы	ые вещес	гва (г)	Энергетическая	NIO
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Макароны отварные с сыром	100/2/7	7.74	8.34	18.92	181.66	206
•	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>A</i>
Итого за за	втрак		9.61	14.00	36.87	311.66	
Второй завтра	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Суп картофельный с крупой	150/5	6.90	2.50	8.67	84.57	808
	Биточки рубленные мясные	60/2	9.32	7.07	9.64	139.00	282 <i>F</i>
	Икра свекольная	100	2.33	4.56	12.30	100.10	54 <i>A</i>
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	бед		21.77	14.76	76.88	520.62	
Ужин	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	33.68	191.33	454 <i>A</i>
	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	76.00	401
Итого за уж			8.58	8.24	39.98	267.33	
ИТОГО за д			40.71	37.00	168.88	1163.61	

День: вторник Неделя: вторая

Прием	Наиманараниа была-а	Bec	Пищевы	ые вещес <sup>.</sup>	тва (г)	Энергетическая	No nou:
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	y	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
-	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	15
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397A
Итого за за			9.92	11.19	42.09	308.30	
Второй завтра	ак Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	95.00	368A
			1.50	0.50	21.00	95.00	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150/5	8.89	3.91	9.89	110.52	81A
	Рыба, запеченная с морковью	80	8.78	4.09	3.45	86.00	253
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	71
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за об	бед		23.54	11.11	76.52	506.87	
Ужин	Сырники из творога	70	13.02	8.86	7.53	162.40	231
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392A
Итого за уж		<u>,                                      </u>	13.06	8.87	14.52	190.40	
ИТОГО за д			48.02	31.67	154.13	1100.57	

День: среда Неделя: вторая

Прием	Наимонование быева	Bec	Пищевь	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94/
• • • • • • • • • • • • • • • • • • •	Батон пшеничный с сыром	25/5/7	3.89	5.65	11.97	114.28	3/
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395 <i>A</i>
Итого за за			10.70	11.75	35.41	290.48	
Второй завтра	ак Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368
			0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/5	5.83	4.42	0.00	104.18	82 <i>A</i>
	Котлета рубленные из птицы	60/2	12.48	2.91	10.00		305A
	Капуста тушеная	120	2.47	3.88	11.31	90.12	336 <i>A</i>
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	бед	,	24.00	11.84	67.58	504.45	
Ужин	Ватрушки с творогом	70	9.45	4.94	27.86	205.00	458 <i>A</i>
	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65		382 <i>F</i>
Итого за ух		,	9.87	4.98	50.51	297.70	
итого за д			44.97	28.97	163.30	1136.63	

День: четверг Неделя: вторая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищевь	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	№ рец.
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	и₂ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с пшеничной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за за	втрак		6.34	9.76	30.76	236.20	
Второй завтра	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Суп из овощей	150/5	6.55	3.74	5.59	86.85	99A
	Плов из птицы	160	16.59	4.78	26.76	304.00	304
	Овощи по сезону № 15 (салат из св. помид. и	30	0.29	1.84	1.12	22.26	15
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за об	бед		26.65	10.99	79.74	610.06	
Ужин	Омлет натуральный	60	5.73	11.04	1.10	127.00	215A
-	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80	36.00	
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за ух	кин		7.25	14.29	21.49	240.20	
ИТОГО за д	1 <del>ень</del>	-	40.99	35.04	147.14	1150.46	

День: пятница Неделя: вторая

Прием	Наимонование быева	Bec	Пищев	ые вещес <sup>.</sup>	тва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	944
•	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	393A
Итого за за	втрак		6.37	9.76	30.87	237.20	
Второй завтра	к						
			0.00	0.00	0.00	0.00	
Обед	Борщ с картофелем	150	6.83	3.76	8.57	95.52	58A
осод	Жаркое по домашнему	170	20.80	5.33	18.50		276A
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	71
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об			31.06	9.76	73.91	501.07	
Ужин	Кондитерское изделие	50	0.7	0.82	19.32	87.50	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58		400
Итого за уж		'	5.28	4.90	26.90	172.50	
ИТОГО за д			42.71	24.42	131.68	910.77	

День: понедельник Неделя: третья

Прием		Bec	Пищевь	не вещест	гва (г)	Энергетическая	N1-
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Ужин	Яйцо отварное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213A
	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80	36.00	
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395A
Итого за за		,	9.25	15.05	24.67	271.00	
Второй завтр	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
		<del>,</del> , , , , , , , , , , , , , , , , , ,					
Обед	Суп картофельный с крупой	150/5	6.90	2.50	8.67	84.57	80A
	Биточки рубленные мясные	60/2	9.32	7.07	9.64		282A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 33А	45	0.67	2.77	3.75	42.20	33A
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	28.82	84.75	372A
Итого за о	бед		22.55	15.41	92.67	572.52	
Ужин	Булочка "Ванильная"	70	4.92	5.61	38.86	255.17	467A
	Кисломолочный продукт	150	4.35	3.75	6.00	75.00	401
Итого за у			9.27	9.36	44.86	330.17	
ИТОГО за	день		41.82	39.82	177.35	1237.69	

День: вторник Неделя: третья

Прием	Haussananaus 6-10-5	Bec	Пищеві	ые вещес	гва (г)	Энергетическая	No mair
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.31	3.90	14.12	108.90	934
	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	16
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397
Итого за за	втрак		9.76	10.99	43.40	311.00	
	к Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	95.00	368
		Ż	1.50	0.50	21.00	95.00	
05-		450/5		<b>5 -</b> 41		l 00.0= l	00.4
Обед	Суп из овощей	150/5	6.55	3.74	5.59		99/
	Рыба, запеченная с морковью	80	8.78	4.09	3.45		253
	Рис отварной	100	2.43	3.58	24.46	139.80	315
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	7
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376 <i>A</i>
Итого за об	бед		154.17	130.42	668.55	4376.27	
Ужин	Запеканка из творога	70	12.43	8.47	12.85	177.10	237
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>A</i>
Итого за уж		<u>,                                      </u>	12.47	8.48	19.84	205.10	
ИТОГО за д	IEHL		177.90	150.39	752.79	4987.37	

День: среда Неделя: третья

Прием	Haussauga 6-10-0	Bec	Пищеві	ые вещес	гва (г)	Энергетическая	No mair
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
<b>О</b> автрак	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96		1/
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392/
Итого за за	,		6.34	9.76	30.76		
Второй завтра	ик Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368
.,	117		0.40	0.40	9.80	44.00	
			<u>'</u>	<u>'</u>			
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/5	5.83	4.42	0.00	104.18	82 <i>A</i>
	Котлеты рубленные мясные	60/2	9.32	7.07	9.64	139.00	282 <i>F</i>
	Каша пшеничная вязкая	100/3	2.80	1.40	16.70	90.40	168E
	Овощи по сезону № 15 (салат из св. помид. и	30	0.29	1.84	1.12	22.26	15
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>A</i>
Итого за об	бед		21.46	15.36	73.73	552.79	
Ужин	Пицца "Детская"	100	16.06	13.38	27.94	296.00	465/
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392
Итого за уж			16.10	13.39	34.93	324.00	
ИТОГО за д	1011		44.30	38.91	149.22	1156.99	

День: четверг Неделя: третья

Прием	6	Bec	<u>Пищеві</u>	ые вещес	<u>тва (г)</u>	Энергетическая	No
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
2057501	Cyp Modelliu iš a pygopoš ypygoš	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94.4
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой				10.96		94 <i>P</i> 1 <i>P</i>
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65		102.00	
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395A
Итого за за	втрак		8.64	11.75	34.40	278.20	
 Второй завтра	ік Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
		,	0.75	0.00	15.15	64.00	
05	O	450/5	0.00	2.04	0.00	440.50	04.4
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150/5	8.89	3.91	9.89	110.52	81A
	Шницель рыбный натуральный	60/2	8.98	2.68	5.84		258A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	7′
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376 <i>A</i>
Итого за об	бед		23.74	9.70	78.91	503.87	
Ужин	Омлет с сыром	60	6.95	12.87	1.07	148.00	216A
7 //////	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80	36.00	2107
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>A</i>
итого за уж		,	8.47	16.12	21.46	261.20	
ИТОГО за д	16HP		41.60	37.57	149.92	1107.27	

День: пятница Неделя: третья

Прием	Наиманараниа блюде	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No nou:
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	39:
Итого за за			6.37	9.76	30.87	237.20	
Обед		150	6.69	3.69	7.74	91.17	57,
Обед	Борщ с капустой и картофелем						
	Гуляш из отварного мяса	90	11.56	9.30	3.00	-	277/
	Каша гречневая вязкая	100/3	2.80	1.40	16.70	94.00	1686
	Овощи по сезону № 20А (салат из св.капусты)	45	0.90	3.10	5.20		20/
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	-	16
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85		1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	бед		25.17	18.12	78.91	575.42	
Ужин	Кондитерское изделие	50	0.7	0.82	19.32	87.50	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	400
Итого за уж	<del>'</del>	·	5.28	4.90	26.90	172.50	
ИТОГО за д			36.82	32.78	136.68	985.12	

**День:понедельник Неделя: четвертая** 

Прием	11	Bec	Пищевы	не вещест	гва (г)	Энергетическая	NIa
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Макароны отварные с сыром	100/3/7	7.74	8.34	18.92	181.66	206A
•	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за за	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		9.61	14.00	36.87	311.66	
Второй завтра	к Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Суп картофельный с крупой	150/5	6.90	2.50	8.67	84.57	80A
	Тефтели мясные (2й вариант)	80/2	14.90	16.70	19.50	288.00	287A
	Икра свекольная	100	2.33	4.56	12.30	100.10	54A
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		27.35	24.39	86.74	669.62	
Ужин	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	33.68	191.33	454A
	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	<b>-</b>	401
Итого за ух		,	8.58	8.24	39.98	267.33	
ИТОГО за д	Іень		46.29	46.63	178.74	1312.61	

День: вторник Неделя: четвертая

Прием	Наимонование бые-с	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No nou:
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
•	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	16
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397
Итого за за			9.92	11.19	42.09	308.30	
Второй завтра	к Фрукты	100	1.50	0.50	21.00	95.00	368
			1.50	0.50	21.00	95.00	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150/5	6.64	3.97	5.18	80.52	67/
ООЕД	Рыба, запеченная с морковью	80	8.78	4.09	3.45		253
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	32
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	7
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60		1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376 <i>A</i>
Итого за об	бед		21.29	11.17	71.81	476.87	
Ужин	Ленивые вареники	100/2	14.83	10.86	15.31	218.00	230
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>F</i>
Итого за уж			14.87	10.87	22.30	246.00	
ИТОГО за д			47.58	33.73	157.20	1126.17	

День: среда

Неделя: четвертая

Прием		Bec	Пищевь	не вещест	гва (г)	Энергетическая	No
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
Эавтрак	Батон пшеничный с сыром	25/5/7	3.89	5.65	11.97	114.28	3A
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395A
Итого за за		100	10.70	11.75	35.41	290.48	0007
		100	0.40	0.40	0.00	44.00	2004
Второй завтра	ак Фрукты	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368A
			0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп рыбный	150	12.85	2.37	17.50	131.00	270A
	Котлета рубленные из птицы	60/2	12.48	2.91	10.00	113.20	305A
	Капуста тушеная	120	2.47	3.88	11.31	90.12	336A
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		31.02	9.79	85.08	531.27	
Ужин	Ватрушки с творогом	70	9.45	4.94	27.86	205.00	458A
	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65	92.70	382A
Итого за ух		'	9.87	4.98	50.51	297.70	
ИТОГО за		'	51.99	26.92	180.80	1163.45	

День: четверг Неделя: четвертая

Прием	Наимонования былав	Bec	Пищевь	ые вещест	гва (г)	] Энергетическая	№ рец.
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	м⊻ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
-	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за за			6.34	9.76	30.76	236.20	
Второй завтра	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150/5	8.89	3.91	9.89	110.52	81A
•••	Плов из птицы	160	16.59	4.78	26.76	304.00	304
	Овощи по сезону № 15 (салат из св. помид. и	30	0.29	1.84	1.12		15
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за об	бед		28.99	11.16	84.04	633.73	
Ужин	Омлет натуральный	60	5.73	11.04	1.10	127.00	215A
	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80		
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60		1E
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за ух		<u> </u>	7.25	14.29	21.49	240.20	
ИТОГО за д			43.33	35.21	151.44	1174.13	

День: пятница Неделя: четвертая

Прием		Bec	Пищевь	не вещест	ва (г)	Энергетическая	No
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
-	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	393A
Итого за за	втрак		6.37	9.76	30.87	237.20	
Второй завтра	ак						
Обед	Борщ с картофелем	150	6.83	3.76	8.57	95.52	58A
	Мясо тушенное с овощами в соусе	170	16.20	13.28	11.03		274A
	Овощи по сезону № 71 (огурцы свежие)	30	0.21	0.04	0.57	3.60	71
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	ļ	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85		1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82		372A
Итого за об	бед		26.46	17.71	66.44	524.07	
Ужин	Кондитерское изделие	50	2.25	2.94	22.32	125.10	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	400
Итого за уж	КИН		6.83	7.02	29.90	210.10	-
ИТОГО за д			39.66	34.49	127.21	971.37	

Наименование	Пищевы						
	Б		Ж				
1	2	3	4	5			
Завтрак	9.15	15.51%	11.52	0.20570536			
Обед	31.95	54.16%	20.35	0.36346429			
Полдник	9.19	15.57%	9.18	0.16400893			