



УЧТЕНО

Мотивированное мнение Совета родителей  
МБДОУ № 2

Протокол № 01 от 12.01.2026

МБДОУ № 2

С.Ф.Мальцева

Введено в действие с 12.01.2026

приказом от 12.01.2026 № 02/01 - од

ПРИНЯТО Советом трудового коллектива  
МБДОУ № 2

Председатель СТК

 И.П.Савопуло

Протокол № 01 от 12.01.2026

**Меню основного  
(организованного) питания для  
организации питания детей  
МБДОУ № 2 «Росинка»  
осенне-зимний период**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 2 «Росинка»  
муниципального округа город-курорт Ялта Республики Крым**

ул. Щербака, д. 27, г. Ялта, Республика Крым, 298607,  
тел. (3654) 31-25-12 E-mail: [sadik\\_22-yalta@crimeaedu.ru](mailto:sadik_22-yalta@crimeaedu.ru)  
ОГРН 1149102177652 ИНН 9103017468 КПП 910301001 ОКПО 00806163

**ПРИКАЗ**

12.01.2026

№ 02/01 - од

**Об утверждении Меню основного (организованного) питания  
для организации питания детей в МБДОУ № 2**

В соответствии с СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и с целью организации сбалансированного рационального питания детей в учреждении, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм и калорийности в 2026 году

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить Меню основного (организованного) питания для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих дошкольное образовательное учреждение с 10,5 - часовым режимом функционирования на 2026 год. (Приложение 1).
2. Утвердить технологические карты, разработанные на основе сборников рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.
3. Ввести в действие данное меню с 12 января 2026 года.
4. Шевелевой Н.Ф., заместителю заведующего по АХР обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов, обеспечить выдачу продуктов питания согласно ежедневного меню-требования и осуществлять постоянный контроль за условиями их хранения.
5. Поварам строго соблюдать выполнение Меню основного (организованного) питания для организации питания детей.
6. Контроль за соблюдением данного приказа оставляю за собой.

Заведующий

С приказом ознакомлена



С.Ф. Мальцева



## МЕНЮ

## САД 10,5 корпус 1,2

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (пшено) 250 ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 15 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (овсянка) 250 БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/5 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ ("Артек") 250 ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 15 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250 БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/5 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/5/9 ЧАЙ С САХАРОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250 ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 15 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (овсянка) 250 ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 15 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (гречка) 250 БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/5 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (пшено) 250 МАННЫЙ 250 БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35 ЧАЙ С САХАРОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (рис) 250 БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/5 ЧАЙ С САХАРОМ 180
<b>II Завтрак</b>									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ЯБЛОКО 80	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ЯБЛОКО 80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ЯБЛОКО 80	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ЯБЛОКО 80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 100
<b>Обед</b>									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (рис) 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ 250	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕЧКАМИ 250/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ 250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 250
БИТОЧКИ В СОУСЕ 90	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 80	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 80	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 10	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРЬИАНТ) 90	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 170	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 80	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180
СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ №370 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 140	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ 100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 60	БАТОН 20	КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50
ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 50	БАТОН 30	КАША ТРЕХНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 130	БАТОН 30	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 55	БАТОН 30
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ 50	БАТОН 30	БАТОН 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	БАТОН 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35
ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	НАПИТОК ИЗ СОКА 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 35	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	БАТОН 20	НАПИТОК ИЗ СОКА 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
<b>Полдник</b>									
СУФЛЕ МОРКОВНО-ЯБЛОЧНОЕ (ПАРОВОЕ) 110	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ 130	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 110	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 100	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КОТЛЕТЫ ИЛИ БАТОНЧИКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И СЫРОМ 140/9	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ПОЛУФАБРИКАТ) 110	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 80
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 25/5	КАКАО С МОЛОКОМ 200	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО) 60	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 15	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 30/5/10			БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 25/5/9	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180		
		ЧАЙ С САХАРОМ 180			ЧАЙ С САХАРОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 25/5			
						ЧАЙ С САХАРОМ 180			

**ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ,  
ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ**

САД 10,5 корпус 1

Наименование	Норма на 1 чел.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дней	Факт. за день	Выполнение, %
<b>Пищевые вещества и энергия</b>														
Белки, г	42,00	41,64	53,70	49,19	52,08	45,32	46,86	51,25	44,50	54,55	42,20	481,29	48,1	115
Жиры, г	47,00	47,15	64,22	46,27	48,00	64,83	56,45	48,71	38,19	53,36	63,01	530,19	53,0	113
Углеводы, г	203,00	204,92	190,87	172,55	200,01	197,84	180,17	176,62	191,03	186,29	215,28	1915,58	191,6	94
Энергетическая ценность, ккал	1400,00	1414,23	1565,05	1325,50	1448,16	1560,51	1418,87	1354,99	1291,68	1469,63	1600,37	14448,99	1444,9	103
<b>Витамины</b>														
С, мг	45,00	13,95	38,79	30,64	29,17	32,13	16,82	30,77	25,81	43,59	19,00	280,67	28,1	62
В1, мг	0,80	0,55	0,60	0,61	0,70	0,60	0,51	0,53	0,71	0,63	0,56	6,00	0,6	75
В2, мг	0,90	0,64	0,94	1,99	0,87	0,70	0,77	0,68	0,69	2,08	0,69	10,05	1,0	111
А, мг	450,00	1,70	0,89	6,07	0,68	0,83	0,70	0,77	0,80	5,84	0,81	19,09	1,9	
Д, мкг	10,00	0,51	0,49	1,67	0,44	0,50	1,82	0,77	0,25	0,60	0,55	7,60	0,8	8
<b>Минеральные вещества</b>														
Са, мг	800,00	497,86	638,34	536,09	595,56	514,87	487,46	430,97	523,02	606,94	444,23	5275,34	527,5	66
Р, мг	700,00	635,15	846,46	836,72	838,18	679,22	690,70	743,71	736,10	886,88	650,75	7543,87	754,4	108
Mg, мг	80,00	171,60	219,06	174,76	216,43	174,04	192,63	207,29	205,19	175,33	165,30	1901,63	190,2	238
Fe, мг	10,00	10,38	11,85	13,47	11,12	8,72	11,54	11,26	9,93	13,32	8,70	110,29	11,0	110
К, мг	400,00	1754,91	2649,12	1739,26	2683,86	2124,03	1772,16	2027,36	2435,38	2013,04	2115,80	21314,92	2131,5	533
І, мкг	70,00	50,17	59,54	55,21	150,68	49,81	50,81	148,38	74,50	52,93	52,28	744,31	74,4	106
Se, мг	0,0015	0,01	0,04	0,04	0,03	0,02	0,03	0,04	0,05	0,04	0,02	0,32	0,032	2133
F, мг	1,40	0,11	0,20	0,24	0,53	0,12	0,10	0,62	0,34	0,26	0,13	2,65	0,3	21

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 1 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (Пшено) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	250	6,91	7,29	23,78	189,66	0,97
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье в ассортименте)	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/5	0,10	0,00	5,19	21,95	0,78
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>8,45</b>	<b>9,11</b>	<b>43,15</b>	<b>290,57</b>	<b>1,75</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте)	100	0,50	0,10	10,10	4,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>4,30</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (Рис) (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, зелень в ассортименте, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	250	2,03	3,77	17,24	111,26	4,95
2012	282	БИТОЧКИ В СОУСЕ (говядина б/к, батон крымский, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт)	100	16,35	16,77	21,08	300,38	0,37
2008	370	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ №370 (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, морковь, сыр российский)	30	1,44	2,73	3,26	43,58	0,25
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,65	4,49	23,21	147,90	0,00
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ (свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,89	2,40	3,98	41,19	2,11
2008		БАТОН (батон крымский)	17	1,47	0,15	16,88	74,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб виллинский)	36	1,30	0,17	8,35	40,18	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	4,91	19,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>823</b>	<b>27,13</b>	<b>30,48</b>	<b>98,91</b>	<b>778,86</b>	<b>7,68</b>
<b>Полдник</b>								
2008	162	СУФЛЕ МОРОКОВНО-ЯБЛОЧНОЕ (ПАРОВОЕ) (морковь, яблоки, молоко пастер. 2,5% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сахар песок, соль йодированная, повидло)	120	3,09	5,38	26,14	166,88	2,76
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон крымский)	20/5	1,87	4,37	21,18	131,54	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,66	2,25	9,32	68,81	0,49
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>7,62</b>	<b>12,00</b>	<b>56,64</b>	<b>367,23</b>	<b>3,25</b>
<b>Всего</b>				<b>43,70</b>	<b>51,69</b>	<b>208,80</b>	<b>1 440,96</b>	<b>12,68</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (овсянка) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	6,89	7,70	20,23	178,90	0,94
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон крымский)	30/5	2,60	4,45	29,55	168,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	5,19	21,96	0,77
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>9,59</b>	<b>12,15</b>	<b>54,97</b>	<b>369,46</b>	<b>1,71</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	90	0,36	0,36	8,83	42,33	9,01
<b>Итого</b>			<b>90</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>8,83</b>	<b>42,33</b>	<b>9,01</b>
<b>Обед</b>								
2012	59	БОРЩ С КАПУСТОЙ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, картофель, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, зелень в ассортименте, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	2,93	5,42	14,94	121,26	14,69
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (грудка цыпленка охл, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый, морковь)	95	18,12	20,92	7,25	289,66	1,28
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,15	3,47	21,33	129,60	10,36
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,55	2,07	1,64	28,47	1,45
2008		БАТОН (батон крымский)	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вилинский)	35	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ СОКА (сок в ассортименте, сахар песок, вода питьевая)	180	0,31	0,06	9,56	16,14	0,00
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>28,90</b>	<b>32,37</b>	<b>92,39</b>	<b>755,00</b>	<b>27,78</b>
<b>Полдник</b>								
2012	189	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ (крупа рисовая, вода питьевая, творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, повидло, сахар ванильный)	155	18,50	24,85	26,01	404,74	0,26
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,20	2,67	9,77	76,91	0,52
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>21,70</b>	<b>27,52</b>	<b>35,78</b>	<b>481,65</b>	<b>0,78</b>
<b>Всего</b>				<b>60,55</b>	<b>72,40</b>	<b>191,97</b>	<b>1 648,44</b>	<b>39,28</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 3 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ("Артек") (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа пшеничная "Артек", масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	250	6,84	7,72	21,06	182,48	0,95
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье в ассортименте)	15	1,08	1,37	10,64	59,22	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/5	0,10	0,00	5,18	21,94	0,77
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8,02</b>	<b>9,09</b>	<b>36,88</b>	<b>263,64</b>	<b>1,72</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте)	100	0,50	0,10	10,10	4,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>4,30</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, зелень в ассортименте, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	250	1,84	4,26	7,49	77,24	9,04
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, сметана 15% жирности, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	90	20,06	9,36	8,03	217,63	13,65
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	140	2,04	2,49	21,45	116,42	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,83	2,45	4,92	44,96	2,30
2008		БАТОН (батон крымский)	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вилинский)	35	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	4,35	17,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>785</b>	<b>28,61</b>	<b>18,99</b>	<b>83,91</b>	<b>643,51</b>	<b>24,99</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	100	8,34	11,10	1,85	140,74	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	70	1,96	2,38	5,51	51,10	2,60
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон крымский, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	30/5/10	4,71	7,12	29,55	201,64	0,06
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,04	0,00	5,00	20,12	0,01
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>15,05</b>	<b>20,60</b>	<b>41,91</b>	<b>413,60</b>	<b>2,83</b>
<b>Всего</b>				<b>52,18</b>	<b>48,78</b>	<b>172,80</b>	<b>1 325,05</b>	<b>29,54</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 4 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	250	6,84	7,14	21,92	180,61	0,96
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон крымский)	30/5	2,73	4,46	31,06	175,29	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	5,19	21,97	0,78
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>9,67</b>	<b>11,60</b>	<b>58,17</b>	<b>377,87</b>	<b>1,74</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,79</b>	<b>46,97</b>	<b>9,99</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, зелень в ассортименте, масло сладко-сливочное несоленое)	250/10	5,63	4,36	18,44	135,86	4,54
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (батон крымский)	10	1,40	0,14	16,00	70,82	0,00
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (рыба минтай филе, батон крымский, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	120	15,83	5,42	25,41	213,97	0,16
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 (вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	50	0,67	2,86	4,54	46,98	1,41
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,17	3,52	21,37	130,40	10,36
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вилинский)	40	1,46	0,19	9,32	44,87	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок в ассортименте, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,32	0,06	16,48	43,89	0,00
<b>Итого</b>			<b>860</b>	<b>28,88</b>	<b>16,60</b>	<b>112,41</b>	<b>693,29</b>	<b>18,97</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, повидло)	120	14,21	19,40	22,05	321,67	0,21
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	185	3,54	2,97	10,36	83,27	0,59
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>17,75</b>	<b>22,37</b>	<b>32,41</b>	<b>404,94</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>				<b>56,70</b>	<b>50,97</b>	<b>212,78</b>	<b>1 523,07</b>	<b>31,50</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 5 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	6,45	6,83	21,38	173,32	0,91
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон крымский, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	30/5/9	4,71	7,07	29,55	201,10	0,06
	ТК№0 35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,04	0,00	4,92	19,83	0,01
<b>Итого</b>			<b>474</b>	<b>11,20</b>	<b>13,90</b>	<b>55,85</b>	<b>394,25</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (напиток кисломолочный)	116	2,90	23,21	4,64	240,27	0,35
<b>Итого</b>			<b>116</b>	<b>2,90</b>	<b>23,21</b>	<b>4,64</b>	<b>240,27</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (гречка) (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, зелень в ассортименте, масло подсолнечное рафинированное)	250	2,53	4,02	15,36	108,09	4,80
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	210	18,15	17,68	22,98	324,22	11,62
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,96	2,02	3,02	35,57	15,19
2008		БАТОН (батон крымский)	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вилинский)	35	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>765</b>	<b>25,48</b>	<b>24,15</b>	<b>83,87</b>	<b>657,10</b>	<b>31,61</b>
<b>Полдник</b>								
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, сахар ванильный, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	110	9,35	10,10	57,88	359,56	0,11
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/5	0,10	0,00	5,11	21,67	0,78
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте)	200	1,00	0,20	20,20	8,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>10,45</b>	<b>10,30</b>	<b>83,19</b>	<b>389,83</b>	<b>0,89</b>
<b>Всего</b>				<b>50,03</b>	<b>71,56</b>	<b>227,55</b>	<b>1 681,45</b>	<b>33,83</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 6 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	250	7,01	7,20	22,06	182,39	1,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье в ассортименте)	15	1,08	1,37	10,64	59,22	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,10	0,00	5,10	21,63	0,77
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>8,19</b>	<b>8,57</b>	<b>37,80</b>	<b>263,24</b>	<b>1,77</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте)	100	0,50	0,10	10,10	4,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>4,30</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, зелень в ассортименте)	250	3,78	4,66	21,94	144,94	4,60
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) (говядина б/к, батон крымский, вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	90	12,62	13,25	16,36	234,88	0,72
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, зелень в ассортименте, томатная паста, сахар песок, соль йодированная)	50	0,64	2,24	3,73	38,22	1,46
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,82	3,35	17,31	114,50	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,69	2,06	4,05	37,37	1,90
2008		БАТОН (батон крымский)	25	2,14	0,22	24,59	108,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вилинский)	40	1,46	0,19	9,32	44,87	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>835</b>	<b>25,15</b>	<b>25,97</b>	<b>102,14</b>	<b>742,98</b>	<b>8,68</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	100	8,35	11,18	1,92	141,82	0,17
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	70	1,33	6,24	5,40	83,40	4,91
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон крымский, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	25/5/9	4,28	7,03	24,63	179,34	0,06
	ТК№0 35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6	0,08	0,00	5,00	20,30	0,02
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>14,04</b>	<b>24,45</b>	<b>36,95</b>	<b>424,86</b>	<b>5,16</b>
<b>Всего</b>				<b>47,88</b>	<b>59,09</b>	<b>186,99</b>	<b>1 435,38</b>	<b>15,61</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 7 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (овсянка) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	7,08	7,84	20,67	182,75	0,97
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье в ассортименте)	15	1,08	1,37	10,64	59,22	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/5/5	0,10	0,00	5,21	22,01	0,79
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>8,26</b>	<b>9,21</b>	<b>36,52</b>	<b>263,98</b>	<b>1,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН (банан)	80	1,20	0,40	16,80	76,80	8,00
<b>Итого</b>			<b>80</b>	<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>8,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	59	БОРЩ С КАПУСТОЙ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, картофель, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, чеснок, зелень в ассортименте, сахар песок)	250	3,07	4,96	15,75	120,99	14,71
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (тушка цыпленка 1 сорт охлажденная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	215	20,76	22,03	26,65	387,70	1,63
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	35	0,28	0,04	0,60	4,56	1,75
2008		БАТОН (батон крымский)	20	1,71	0,17	19,67	87,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вилюнский)	35	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	4,93	19,69	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ СОКА (сок в ассортименте, сахар песок, вода питьевая)	200	0,34	0,07	11,79	22,61	0,00
<b>Итого</b>			<b>955</b>	<b>27,43</b>	<b>27,44</b>	<b>87,55</b>	<b>681,89</b>	<b>18,09</b>
<b>Полдник</b>								
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай филе, батон крымский, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	90	13,43	5,25	19,65	179,78	0,26
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	20	2,43	2,20	0,14	30,03	0,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек зеленый консервы, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	1,25	2,30	5,38	47,11	2,71
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон крымский)	25/5	2,18	4,42	24,71	147,29	0,00
	ТК№0 35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,04	0,00	5,01	20,16	0,01
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>19,33</b>	<b>14,17</b>	<b>54,89</b>	<b>424,37</b>	<b>2,98</b>
<b>Всего</b>				<b>56,22</b>	<b>51,22</b>	<b>195,76</b>	<b>1 447,04</b>	<b>30,83</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 8 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречка) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	6,94	7,04	22,16	180,90	0,94
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон крымский)	35	2,60	4,76	29,55	171,41	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/5/5	0,09	0,00	5,54	23,40	0,79
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>9,63</b>	<b>11,80</b>	<b>57,25</b>	<b>375,71</b>	<b>1,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте)	100	0,50	0,10	10,10	4,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>4,30</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, зелень в ассортименте)	250	5,34	4,13	18,67	135,15	6,26
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба горбуша потрошенная, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	120	15,65	9,62	5,71	172,39	1,91
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,12	3,21	21,33	127,28	10,38
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,55	1,84	1,61	26,26	1,44
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб виллинский)	40	1,46	0,19	9,32	44,87	0,00
2008		БАТОН (батон крымский)	25	2,18	0,22	25,03	110,83	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	5,28	21,12	0,00
<b>Итого</b>			<b>845</b>	<b>28,30</b>	<b>19,21</b>	<b>86,95</b>	<b>637,90</b>	<b>19,99</b>
<b>Полдник</b>								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ ИИ СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	155/9	5,84	5,23	24,27	168,13	0,02
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье в ассортименте)	15	1,08	1,37	10,64	59,22	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,58	2,18	9,58	68,92	0,48
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>9,50</b>	<b>8,78</b>	<b>44,49</b>	<b>296,27</b>	<b>0,50</b>
<b>Всего</b>				<b>47,93</b>	<b>39,89</b>	<b>198,79</b>	<b>1 314,18</b>	<b>22,22</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 9 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	6,69	6,98	21,73	177,26	0,96
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон крымский)	35	2,60	4,39	29,55	168,01	0,00
	ТК№0 35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,04	0,00	4,93	19,84	0,01
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>9,33</b>	<b>11,37</b>	<b>56,21</b>	<b>365,11</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН (банан)	80	1,20	0,40	16,80	76,80	8,00
<b>Итого</b>			<b>80</b>	<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>8,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, зелень в ассортименте, масло сладко-сливочное несоленое)	250	2,33	5,43	15,96	122,87	7,62
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (говляжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	80	17,35	7,80	6,27	183,11	11,90
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,19	3,57	24,47	138,77	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчатый, зелень в ассортименте, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	55	0,88	2,08	2,71	34,52	13,95
2008		БАТОН (батон крымский)	25	2,14	0,22	24,59	108,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб вылинский)	35	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок в ассортименте, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,35	0,07	18,06	47,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>775</b>	<b>26,51</b>	<b>19,34</b>	<b>100,22</b>	<b>675,05</b>	<b>33,47</b>
<b>Полдник</b>								
2012	229	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ПОЛУФАБРИКАТ) (творог 9% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	115	16,43	20,93	17,98	328,59	0,20
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,22	2,69	9,75	77,04	0,53
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>19,65</b>	<b>23,62</b>	<b>27,73</b>	<b>405,63</b>	<b>0,73</b>
<b>Всего</b>				<b>56,69</b>	<b>54,73</b>	<b>200,96</b>	<b>1 522,59</b>	<b>43,17</b>

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 10 день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (рис) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	6,34	7,14	22,46	180,64	0,98
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (батон крымский, масло сладко-сливочное несоленое)	30/5	2,60	4,48	29,55	168,88	0,00
	ТК№0 35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,04	0,00	5,05	20,30	0,01
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>8,98</b>	<b>11,62</b>	<b>57,06</b>	<b>369,82</b>	<b>0,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (напиток кисломолочный)	140	3,49	27,91	5,58	288,84	0,42
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>3,49</b>	<b>27,91</b>	<b>5,58</b>	<b>288,84</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, вода питьевая, зелень в ассортименте)	250	2,44	6,47	15,63	131,10	4,49
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	200	17,35	17,87	22,17	319,32	11,45
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,69	2,08	4,05	37,59	1,90
2008		БАТОН (батон крымский)	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб виллинский)	35	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	4,96	19,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>765</b>	<b>24,32</b>	<b>26,85</b>	<b>84,48</b>	<b>677,66</b>	<b>17,84</b>
<b>Полдник</b>								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар ванильный)	80	8,24	7,25	66,06	362,32	0,17
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,08	0,00	5,19	21,86	0,77
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>8,32</b>	<b>7,25</b>	<b>71,25</b>	<b>384,18</b>	<b>0,94</b>
<b>Всего</b>				<b>45,11</b>	<b>73,63</b>	<b>218,37</b>	<b>1 720,52</b>	<b>20,19</b>