

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ № 22

С.Ф.Мальцева

Введено в действие с 01.04.2025

приказом от 26.02.2025 № 54/02-од



**Меню основного (организованного) питания
для организации питания детей
на весеннее-летний период
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад № 22 «Росинка»
муниципального образования городской округ
Ялта Республики Крым**

Муниципальный бюджетный
дошкольный образовательный заклад «Детский сад
№ 22 «Росинка» муниципального
образования городской округ Ялта
Республики Крым

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад
№ 22 «Росинка» муниципального
образования городской округ Ялта
Республики Крым

Къырым Джумхуриети Ялта шэр
округы муниципаль тешкилининь «22
садлы «Росинка» балалар багъчасы»
муниципаль бюджет мектепкедже
таспыль муэссисеси

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

ПРИКАЗ

26.02.2025

№ 54/02 - од

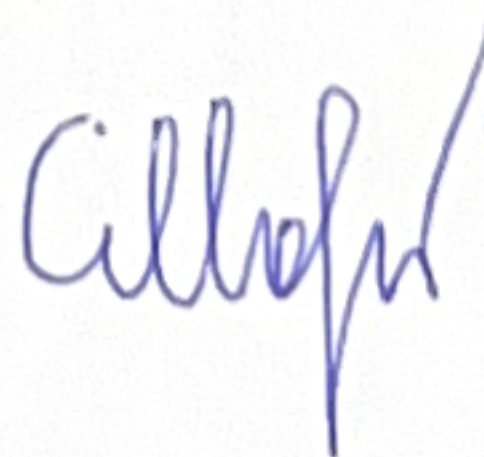
Об утверждении Меню основного (организованного) питания для организации питания детей на весеннее-летний период в МБДОУ № 22

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 на весеннее-летний период, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм и калорийности

ПРИКАЗЫВАЮ:

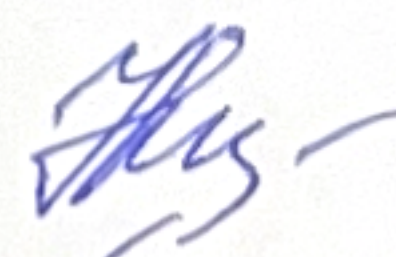
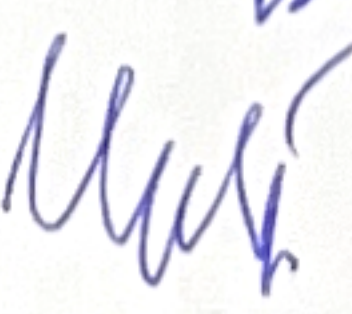
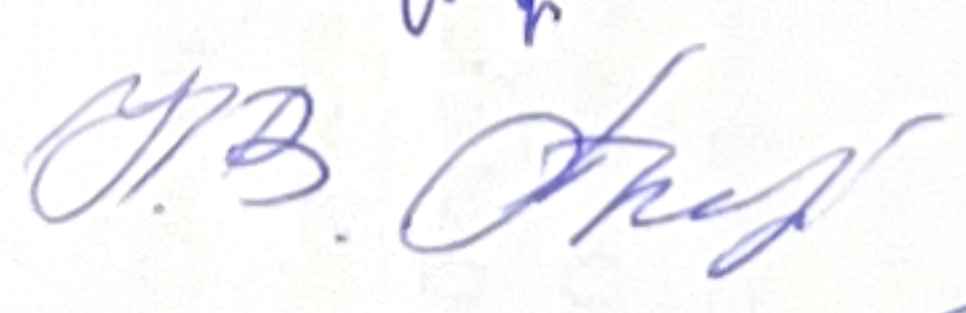
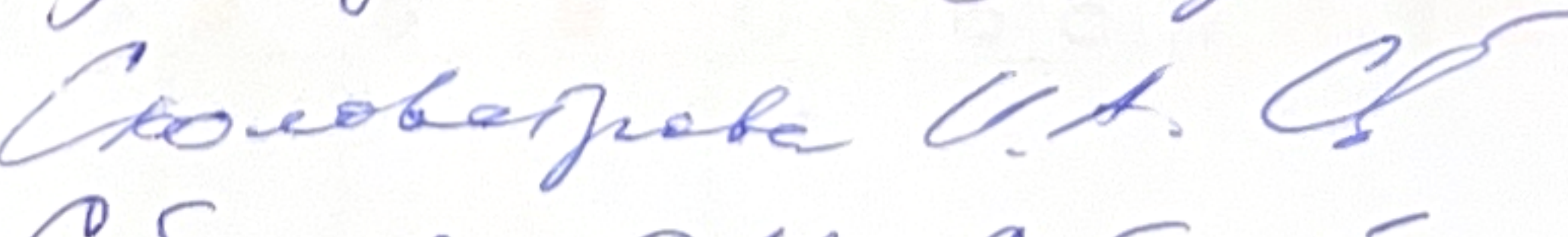
1. Утвердить Меню основного (организованного) питания для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих дошкольное образовательное учреждение с 10,5-часовым режимом функционирования на весеннее-летний период. (Приложение 1).
2. Ввести в действие данное меню с 01.04.2025 года.
3. Шевелевой Н.Ф., заместителю заведующего по АХР обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов, обеспечить выдачу продуктов питания согласно Меню основного (организованного) питания для организации питания детей и осуществлять постоянный контроль за условиями их хранения.
4. Поварам строго соблюдать выполнение Меню основного (организованного) питания для организации питания детей.
5. Контроль за соблюдением данного приказа оставляю за собой.

Заведующий МБДОУ № 22



С.Ф. Мальцева

С приказом ознакомлены:

Шевелева Н.Ф. 
Ильинич С.А. 
Трихоренко О.В. 
Соловьева И.А. 
Соболева О.И. 

Прием пищи <i>1 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.		Пищевые вещества гр.						Энергетическая ценность, ккал		Вит. С, мг		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный пшенный		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		445		6,64		7,36		40,97		25,62		3,737	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
<i>Обед</i>	Суп картофельный с рисовой крупой		200		2,00		2,24		13,60		82,6		6,60	80
	Котлета мясная		90		15,55		11,55		15,70		228,75		0,15	282
	Пюре картофельное		150		2,04		3,20		13,63		91,5		12,11	321
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		740		27,16		18,1		97,86		665,5		19,7	
<i>Полдник</i>	Рагу овощное		130		1,65		4,04		9,54		81,10		7,31	343
	½ Яйцо вареное		24		6,4		5,8		0,35		78,8		0	213
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		369		10,56		17,41		34,5		335,89		7,348	
	Всего за день:		1654		44,76		43,27		183,13		1071,01		40,421	

Прием пищи <i>2 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, ккал		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад	ясли	сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с крупой «Артек»		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Чай с сахаром с молоком		180		2,66		2,34		14,31		88,99		1,206	394
	Итого		445		9,18		9,68		48,08		304,19		2,106	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
<i>Обед</i>	Щи из квашеной капусты с картофелем (Щи зеленые)		200		1,3		3,9		5,40		61,8		10,640	71/68
	Тефтеля мясная по- гречески с соусом томатным с овощами		100/30		6,82/ 0,35		7,83/ 1,26		8,62/ 2,41		132,5/ 22,35		0,38/ 0,714	287/ 348
	Салат из свежих овощей		70		0,85		4,13		5,02		56,34		5,7	33
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Напиток из сока		180		0,29		0,03		15,10		61,8		0,55	382.1
	Итого		650		16,86		18,25		77,4		539,29		17,98	
<i>Полдник</i>	Омлет		85		8,85		15,84		1,78		184,71		0,18	215
	Овощи консервированные (Овощи свежие)		50		2		0		11		50		3,50	121.3
	Бутерброд с маслом с сыром		30/5/10		4,73		6,88		14,56		138		0,072	3
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		360		15,7		22,74		37,54		413,71		6,59	
	Всего за день:		1555		42,14		51,07		172,82		1301,19		36,67	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, ккал		Вит. С		№ реп.
		ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
Здень														
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями (Геркулес)		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		465		7,33		12,65		41,45		308,39		0,94	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
Обед	Суп картофельный с гречневой крупой		200		2,0		2,24		13,6		82,6		6,6	80
	Суфле запеченное куриное		100		16,51		17,74		3,06		237,5		0,04	310
	Макаронные изделия с маслом		100		3,69		2,26		17,71		105,85		0	205
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных (свежих) фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		700		26,47		18,74		55,7		731,48		39,81	
Полдник	Запеканка творожная с повидлом		100/15		17,54 0,08		12,05 0,00		17,15 13,0		247,00 40,0		0,24 0,1	237/ 358,1
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		295		19,66		15,82		48,16		414,59		3,27	
	Всего за день:		1560		100,39		47,61		155,11		1498,46		54,02	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, ккал		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
4 день														
Завтрак	Суп манный молочный		240		5,48		5,04		16,10		131,8		0,98	92
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		455		7,99		12,61		40,71		307,79		1,018	
2ой завтрак	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
Обед	Суп картофельный с бобовыми		200		4,1		4,28		12,92		106,6		4,66	81
	Котлета рыбная		90		13,30		4,7		9,59		130,0		0,43	255
	Пюре картофельное		150		2,04		3,20		13,63		91,5		12,11	321
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Кисель из сока		100		0,29		0,03		15,10		61,80		0,55	382
	Итого		660		27,08		13,31		92,29		759,4		18,4	
Полдник	Пудинг из творога с рисом		100		14,73		9,94		18,93		224		0,19	236
	Повидло		20		0,08		0,06		13,00		40,00		0,1	358,1
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		300		16,85		11,77		40,72		323,44		1,08	
	Всего за день:		1515		52,32		38,09		183,52		1434,63		30,50	

Прием пищи <i>5 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с макаронными изделиями		250		6,04		5,60		18,24		147,6		0,90	93
	Бутерброд с маслом с сыром		30/5/10		4,73		6,88		14,56		138		0,072	3
	Чай с сахаром с молоком		180		2,66		2,34		14,31		88,99		1,206	394
	Итого		475		10,89		12,5		43		326,6		3,809	
	Напиток кисломолочный с плодово-ягодным наполнителем		100		0,4		0,4		7,38		88,02		0,54	386
	Итого		100		0,4		0,4		7,38		88,02		0,54	
<i>Обед</i>	Рассольник ленинградский		200		1,17		1,68		8,23		52,94		5,2	76
	Жаркое по- домашнему (мясо говядина)		200		12,51		2,03		9,98		120,45		4,08	276
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных (свежих) фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		700		21,25		4,82		73,14		436,04		10,13	.
<i>Полдник</i>	Булочка сдобная		100		7,90		8,12		54,48		322,00		0	467
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		280		7,12		8,14		64,68		363,0		2,837	
	Всего за день:		1555		39,66		25,86		188,2		1213,66		17,32	

Прием пищи <i>6 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с макаронными изделиями		250		6,04		5,60		18,24		147,6		0,90	93
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		445		7,86		7,88		42,37		271,4		3,737	
<i>2ой завтрак</i>	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Суп картофельный с крупой пшенной (полевой)		200		2,0		2,24		13,6		82,6		6,6	80
	Тефтеля мясная в томатном соусе		90		7,36		8,07		9,31		139,38		0,7	286/34 8
	Каша гречневая с маслом		100		5,72		3,86		25,68		160		0	165
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из свежих фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		690		22,65		15,28		103,43		644,63		8,15	
<i>Полдник</i>	Омлет		80		8,85		15,84		1,78		184,71		0,18	215
	Икра кабачковая		50		0,95		4,45		3,85		59,5		3,5	121
	Бутерброд с маслом с сыром		30/5/10		4,73		6,88		14,56		138		0,072	3
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		355		14,59		27,19		30,18		422,2		3,79	
	Всего за день:		1590		45,5		50,75		185,78		1382,23		25,67	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
7 день														
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Чай с сахаром с молоком		180		2,66		2,34		14,31		88,99		1,206	394
	Итого		445		9,18		9,68		45,08		304,19		2,11	
	Фрукты		100		0,4		0,4		9,8		44,0		10	368
	Итого		100		0,4		0,4		9,8		44,0		10	
Обед	Суп картофельный с клёцками		200		1,64		2,48		10,06		69,2		4,6	85
	Птица тушеная в соусе с овощами		200		10,38		7,52		9,08		90,87		4,02	302
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Напиток из сока натурального		180		0,29		0,03		15,10		61,8		0,55	382.1
	Итого		700		19,88		11,13		75,29		428,02		9,82	
Полдник	Котлета рыбная		90		13,3		4,7		9,59		130		0,43	255
	Салат из вареных овощей (Салат из свежих овощей)		60		0,85		4,13		5,02		56,34		5,7	33
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		365		16,66		16,4		39,22		362,33		6,17	
	Всего за день:		1610		46,12		37,61		169,39		1438,54		28,1	

Прием пищи <i>8 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, калл		Вит. С		№ рец.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с овсяными хлопьями (Геркулес)		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		465		7,39		12,65		41,66		309,4		3,74	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Борщ с картофелем		200		0,82		2,0		5,64		43,9		3,51	58
	Биток (котлета) мясной в молочном соусе		100		12,09		13,27		10,76		211,25		0,29	281/ 350
	Каша ячневая с маслом		100		2,98		2,13		21,23		116,1		0	165.3
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		700		23,46		18,51		92,56		633,9		4,65	
<i>Полдник</i>	Макаронные изделия с маслом и сыром		100		5,58		5,14		15,89		132		0,07	206
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		295		9,32		9,17		38,61		274,24		0,86	
	Всего за день:		1560		40,57		40,73		182,63		1261,54		19,25	

Прием пищи <i>9 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с гречневой крупой		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		465		7,39		12,65		41,66		309,4		3,74	
<i>2ой завтрак</i>	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Суп картофельный с бобовыми		200		4,1		4,28		12,92		106,6		4,66	81
	Тефтеля рыбная в томатном соусе		100		12,69		5,26		13,34		151,25		0,32	261
	Пюре картофельное		150		2,04		3,20		13,63		91,5		12,11	321
	Салат из (отварной) свеклы		50		0,85		4,13		5,02		56,34		5,7	33
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Кисель из натурального сока		100		0,29		0,03		15,10		61,80		0,55	382
	Итого		670		27,22		18		100,88		671,99		23,34	
<i>Полдник</i>	Запеканка творожная с повидлом		100/15		17,54 0,08		12,05 0,00		17,15 13,0		247,00 40,0		0,24 0,1	237/ 358,1
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		295		19,66		13,82		38,94		346,44		1,13	
	Всего за день:		1530		54,67		44,87		191,28		1371,83		38,21	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
10 день														
Завтрак	Суп манный молочный		240		5,48		5,04		16,10		131,8		0,98	92
	Бутерброд с маслом с сыром		30/5/10		4,73		6,88		14,56		138		0,072	3
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		465		10,33		11,94		40,86		310,8		3,89	
	Напиток кисломолочный с плодово-ягодным наполнителем		100		0,4		0,4		7,38		88,02		0,54	386
	Итого		100		0,4		0,4		7,38		88,02		0,54	
Обед	Суп картофельный вегетарианский (овощной)		200		1,32		4,48		7,32		74,80		7,46	78
	Плов с мясом говядины		200		19,33		16,19		33,99		359		0,96	7.9
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		700		28,22		21,78		96,24		696,45		9,27	
Полдник	Ватрушка с творогом		100		13,17		7,83		41,69		288,57		0,06	458
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		280		13,23		7,85		51,68		328,56		0,1	
	Всего за день:		1545		52,18		41,97		196,16		1423,83		13,8	

Прием пищи <i>11 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с крупой «Артек»		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		445		6,64		7,36		40,97		256,2		3,74	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Рассольник ленинградский		200		1,17		1,68		8,23		52,94		5,2	76
	Биток мясной в молочном соусе		100		12,09		13,27		10,76		211,25		0,29	281/ 350
	Макаронные изделия с маслом		100		3,69		2,26		17,71		105,85		0	205
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		700		24,52		18,32		91,63		632,69		6,34	
<i>Полдник</i>	Рагу овощное		130		1,65		4,04		9,54		81,1		7,31	343
	Яйцо вареное ½		24		6,4		5,8		0,35		78,8		0	213
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		369		10,56		17,41		34,5		335,89		7,35	
	Всего за день:		1614		42,12		43,49		176,9		1268,78		27,43	

Прием пищи <i>12 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с гречневой крупой		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		465		7,39		12,65		41,66		309,4		3,74	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Суп рыбный		200		6,88		6,72		11,46		133,8		7,3	87
	Суфле печеночное		70		11,53		12,13		2,15		163,33		0,021	294/1
	Пюре картофельное		150		2,04		3,20		13,63		91,5		12,11	321
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Кисель из натурального сока		100		0,29		0,03		15,10		61,80		0,55	382
	Итого		640		28,09		23,18		83,4		656,58		20,63	
<i>Полдник</i>	Вареники ленивые со сметаной		100/7		16,74		8,22		16,37		206,0		0,41	229
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		287		18,78		9,99		25,16		265,44		1,2	
	Всего за день:		1492		54,66		46,22		160,02		1275,42		35,57	

Прием пищи <i>13 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с овсяными хлопьями (Геркулес)		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Бутерброд с маслом		30/5		2,45		7,55		14,62		136,00		0	1
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		465		7,39		12,65		41,66		309,4		3,74	
	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Борщ с картофелем		200		0,82		2,0		5,64		43,9		3,51	58
	Плов с мясом курицы		190		10,22		9,38		17,0		193,33		0,48	304
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		690		18,61		12,49		77,57		500,0		4,84	
<i>Полдник</i>	Запеканка из макаронных изделий с творогом		100/15		8,94 0,03		7,8 0,06		20,12 13,64		185,22 55,42		0,29	211
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		295		11,01		9,63		42,55		300,08		1,08	
	Всего за день:		1550		37,41		35,17		171,58		1153,48		19,66	

Прием пищи <i>14 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность, калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Суп молочный манный		240		5,48		5,04		16,10		131,8		0,98	92
	Кондитерские изделия		15		1,7		2,26		13,93		82,8		0	0001
	Чай с сахаром с лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		435		7,3		7,32		40,23		255,6		3,8	
<i>2ой завтрак</i>	Фрукты (сок)		100 (100)		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	368/ 399
	Итого		100		0,4 (0,50)		0,4 (0)		9,8 (10,10)		44,0 (42)		10 (2)	
<i>Обед</i>	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)		200		4,1		4,28		12,92		106,6		4,66	81
	Рыба тушеная с овощами (горбуша)		70/30		10,92		5,09		2,75		100		3,24	247
	Пюре картофельное		150		2,04		3,20		13,63		91,5		12,11	321
	Овощи свежие		50		0,10		0		0,20		1,65		0,65	1002
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Напиток из сока натурального		180		0,29		0,03		15,10		61,8		0,55	382.1
	Итого		750		24,7		13,7		85,45		566,05		21,21	
<i>Полдник</i>	Омлет		80		8,85		15,84		1,78		184,71		0,18	215
	Кукуруза консервированная		50		2				11,0		50		3,5	121,3
	Бутерброд с маслом с сыром		30/5/10		4,73		6,88		14,56		138		0,072	3
	Чай с сахаром		180		0,06		0,02		9,99		39,99		0,038	392
	Итого		355		15,64		22,74		37,33		412,7		3,78	
	Всего за день:		1640		48,04		44,16		172,81		1278,35		38,79	

Прием пищи <i>15 день</i>	Наименование блюда	Выход блюда гр.,		Пищевые вещества гр.,						Энергетическая ценность,калл		Вит. С		№ реп.
			сад	Белки		Жиры		Углеводы			сад		сад	
					сад		сад		сад					
<i>Завтрак</i>	Каша рисовая молочная		250		4,82		5,08		16,84		132,4		0,9	94
	Бутерброд с маслом сыром		30/5/10		4,73		6,88		14,56		138		0,072	3
	Чай с сахаром и лимоном		180		0.12		0.02		10,2		41,00		2,837	393
	Итого		475		9,67		11,98		41,6		311,4		3,81	
<i>2ой завтрак</i>	Фрукты		100		0,4		0,4		9,8		44,0		10	368
	Итого		100		0,4		0,4		9,8		44,0		10	
<i>Обед</i>	Суп полевой		200		2,0		2,24		13,6		82,6		6,6	80
	Бигус с мясом говядины		200		12,51		2,03		9,98		120,45		4,08	276
	Хлеб пшеничный		30		3,95		0,5		24,15		117,5		0	701
	Хлеб ржаной		40		3,3		0,6		16,7		87,0		0	700
	Компот из сушеных фруктов		180		0.22		0.01		13,88		56,50		0.2	376
	Итого		650		21,98		5,38		78,31		464,05		10,88	
<i>Полдник</i>	Пирожок с повидлом		100		13,17		7,83		41,69		288,57		0,06	458,1
	Какао с молоком		180		2,04		1,77		8,79		59,44		0,79	397
	Итого		280		15,21		9,6		50,48		348,01		0,85	
	Всего за день:		1505		47,26		27,36		180,19		1170,46		25,54	