

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

1 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	168	Каша пшеничная вязкая с сахаром и маслом	230	5,68	4,63	41,91	233,28
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,65	1,79	18,83	102,00
4	368	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95,00
Итого:				11,97	13,52	94,53	549,28
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	14	Овощи по сезону	60	0,64	3,68	2,08	44,22
2	67	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом	200/25	9,18	4,84	6,90	104,88
3	253	Рыба, запеченная с морковью	110	12,07	5,62	4,74	118,25
4	321	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,43	137,25
5		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
6		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
7	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого				29,23	19,57	68,80	609,32
Полдник							
1	228	Драчена	80/5	8,39	11,46	5,17	156,92
2		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
3	393	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00
Итого				10,09	11,68	25,03	240,64
ИТОГО за весь день:				52,19	45,13	206,54	1475,24

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

2 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	5,36	4,95	32,91	197,56
2	1	Булочка с маслом	25/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого:				11,17	14,74	61,52	423,56
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	77	Суп картофельный с птицей	200/25	7,13	5,65	13,30	132,67
2	300	Птица отварная	80	18,08	13,60	0,00	195,00
3	336	Капуста тушеная	150	3,09	4,85	14,14	112,65
4		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				33,37	24,83	66,92	666,40
Полдник							
1	231	Сырники из творога	100	16,69	10,67	11,40	234,00
2	362	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79
3	392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого:				16,77	10,71	26,49	294,79
ИТОГО за весь день				61,85	50,64	184,27	1507,75

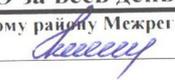
Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

3 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	5,59	5,97	32,09	204,87
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
3	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
Итого:				13,17	15,26	61,01	434,87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
2	368	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:				1,30	0,76	27,98	123,00
ОБЕД							
1	81	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200/25	11,38	5,15	13,18	144,88
2	282	Котлета рубленая мясная	80/5	12,44	9,24	12,56	183,00
3	134	Свекла, тушенная в сметане или соусе	120	2,83	8,50	12,81	139,20
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				32,11	23,67	80,44	703,84
Полдник							
1	449	Оладьи с повидлом	120/10	9,05	8,11	55,15	330,00
2	401	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого:				14,27	12,61	62,71	422,00
ИТОГО за весь день:				60,85	52,30	232,14	1683,71

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

4 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	4,62	6,68	26,59	171,95
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00
Итого:				9,43	15,62	53,69	379,95
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	15	Овощи по сезону	60	0,58	3,68	1,85	42,84
2	57	Борщ с капустой и картофелем, с мясом	200/25	8,45	4,86	10,32	119,08
3	276	Жаркое по домашнему	220	21,53	7,47	21,95	265,00
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				36,02	16,79	76,01	663,68
Полдник							
1	458	Ватрушка с творогом	70	9,62	5,48	29,18	202,00
2	382	Кисель из сока натурального	180	0,56	0,05	27,18	123,60
Итого				10,18	5,53	56,36	325,60
ИТОГО за весь день:				56,17	38,30	215,40	1492,23

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

5 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
			250	10,97	15,84	42,90	359,75
1	185	Каша жидкая молочная					
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
3	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
Итого:				18,55	25,13	71,82	589,75
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	13	Овощи по сезону	60	0,44	3,64	1,42	40,38
2	82	Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	200/25	7,41	5,66	13,70	135,47
3	304	Плов из птицы	210	21,26	7,73	35,69	301,00
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				34,57	17,81	92,70	713,61
Полдник							
1	139	Котлеты картофельные	100	3,29	6,34	21,44	156,00
2	350	Соус молочный	30	0,60	1,56	1,39	25,14
3	392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого				3,95	7,92	32,82	221,14
ИТОГО за день:				57,97	51,22	215,52	1600,50

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
 Роспотребнадзора по Республике Крым Боина Л.А. 

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

6 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	213	Яйцо вареное	40	5,02	4,60	0,28	63,00
2		Икра кабачковая промышленная	60	1,14	5,34	4,68	72,00
3	205	Макаронные изделия отварные с маслом	125	4,57	3,51	21,96	137,89
4	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
5	383	Какао с молоком сгущенным	180	3,28	2,34	22,57	124,56
Итого:				16,15	22,39	62,28	516,45
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	14	Овощи по сезону	60	0,64	3,68	2,08	44,22
2	99	Суп из овощей с мясом	200/25	8,26	4,93	7,44	113,28
3	256	Котлета рыбная любительская	80	11,16	3,90	9,04	116,00
4	125	Картофель отварной	150	3,05	4,17	24,08	146,00
5		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
6		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
7	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				28,57	17,46	84,53	656,26
Полдник							
1	192	Запеканка из смеси круп со свежими плодами	100	5,94	5,69	26,35	180,00
2	362	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79
3	382	Кисель из сока натурального	180	0,56	0,05	27,18	123,60
Итого				6,52	5,76	58,63	324,39
ИТОГО за весь день:				51,78	45,97	234,78	1620,10

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

7 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	4,62	6,68	26,59	171,95
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
3	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
Итого:				12,20	15,97	55,51	401,95
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	13	Овощи по сезону	60	0,44	3,64	1,42	40,38
2	58	Борщ с картофелем с мясом	200/25	8,64	4,95	11,42	124,88
3	305	Котлеты рубленые из птицы	80	16,64	3,89	13,46	151,00
4	165	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,67	5,18	34,50	214,93
5	350	Соус молочный	30	0,60	1,56	1,39	25,14
6		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
7		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
8	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				39,45	20,00	104,08	793,09
Полдник							
1	237	Запеканка из творога	100	15,76	10,10	18,37	243,00
2	362	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79
3	392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,01	6,99	28,00
Итого:				15,84	10,13	30,46	291,79
ИТОГО за весь день:				68,39	46,46	208,23	1562,83

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

8 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	3,87	4,74	26,14	163,41
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого:				9,68	14,53	54,75	389,41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	15	Овощи по сезону	60	0,58	3,68	1,85	42,84
2	76	Рассольник ленинградский с мясом	200/25	8,68	5,02	13,39	133,68
3	247	Рыба тушеная с овощами	110	10,28	4,93	3,02	111,37
4	321	Пюре картофельное	150	3,06	3,06	20,43	137,25
5		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
6		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
7	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
8		Кондитерское изделие	30	0,84	0,99	23,19	105,00
Итого:				27,72	18,31	96,53	734,86
Полдник							
1	217	Омлет с морковью	80	6,22	11,57	2,97	141,00
2		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
3	393	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00
Итого:				7,92	11,79	22,83	224,72
ИТОГО за весь день:				45,86	44,99	203,45	1471,99

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

9 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	93	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,17	6,50	23,52	181,50
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
3	394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00
4	368	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95,00
Итого:				16,07	16,22	73,39	504,50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	78	Суп картофельный вегетарианский	200	1,32	4,46	7,30	74,80
2	298	Голубцы ленивые	160	14,12	9,04	20,26	219,00
3	355	Соус сметанный с томатом	30	0,52	1,48	2,10	24,02
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				21,42	15,76	71,55	554,58
Полдник							
1	473	Булочка "Веснушка"	70	5,46	4,29	37,71	211,40
2	401	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого				10,68	8,79	45,27	303,40
ИТОГО за весь день:				49,07	41,13	208,39	1438,48

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

10 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	10,97	15,84	42,90	359,75
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
4	368	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95,00
Итого:				18,28	26,13	92,51	680,75
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	14	Овощи по сезону	60	0,64	3,68	2,08	44,22
2	87	Суп с рыбными консервами	200	6,86	6,72	11,45	133,80
3	274	Мясо тушенное с овощами	220	19,71	16,55	15,02	296,00
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				32,67	27,73	70,44	710,78
Полдник							
1	240	Пудинг из творога с яблоками	160	13,61	10,67	14,63	209,00
2	362	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79
3	392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого				13,69	10,71	29,72	269,79
ИТОГО за весь день:				65,18	64,93	222,01	1784,32

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: понедельник

Неделя: третья

Возрастная категория: 3 - 7 лет

11 день

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
			225	6,71	7,29	47,33	325,97
1	176	Каша вязкая с изюмом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
2	1	Батон пшеничный с маслом	180	2,65	1,79	18,88	102,00
3	396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	100	1,50	0,50	21,00	95,00
4	368	Фрукты		13,00	16,18	100,00	641,97
Итого:							
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
			180	0,90	0,36	18,18	76,00
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный		0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:							
ОБЕД							
			200/25	7,13	5,65	13,30	132,67
1	77	Суп картофельный с птицей	80	10,15	4,21	10,67	121,00
2	261	Тефтели рыбные тушеные	30	0,52	1,48	2,10	24,02
3	355	Соус сметанный с томатом	120	1,56	4,04	8,46	76,56
4	324	Пюре морковное (I вариант)	20	1,58	0,20	9,66	42,72
5		Хлеб пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6		Хлеб ржано - пшеничный	180	0,39	0,01	24,99	101,70
7	372	Компот из свежих плодов		23,64	16,01	69,18	558,97
Итого							
Полдник							
			80/5	9,10	15,80	1,40	184,00
1	216	Омлет с сыром	20	1,58	0,20	9,66	42,72
2		Хлеб пшеничный	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
3	392	Чай с сахаром		10,74	16,02	21,05	266,72
Итого							
ИТОГО за весь день:							
48,28 48,57 208,41 1543,66							

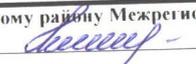
Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: вторник

Неделя: третья

Возрастная категория: 3 - 7 лет

12 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	93	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,17	6,50	23,52	181,50
2	213	Яйцо вареное	40	5,02	4,60	0,28	63,00
3	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
4	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого:				20,59	21,17	54,18	490,50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	14	Овощи по сезону	60	0,64	3,68	2,08	44,22
2	57	Борщ с капустой и картофелем, с мясом	200/25	8,45	4,86	10,32	119,08
3	278	Бестроганов из отварного мяса	160	15,51	16,57	4,38	249,00
4	315	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	209,70
5		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
6		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
7	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				33,70	31,26	95,36	858,76
Полдник							
1	454	Пирожки печеные	70	4,08	4,49	23,60	158,00
2	401	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого:				9,30	8,99	31,16	250,00
ИТОГО за весь день				64,13	61,78	210,04	1722,26

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: среда

Неделя: третья

Возрастная категория: 3 - 7 лет

13 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	5,36	4,95	32,91	197,00
2	1	Батон пшеничный с маслом сливочным	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00
Итого:				10,17	13,89	60,01	405,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	83	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	5,30	4,13	12,34	108,00
2	275	Сосиска отварная	50	5,50	11,95	0,20	130,00
3	137	Рагу из овощей	150	2,29	11,00	14,44	166,00
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				18,55	27,86	68,87	640,76
Полдник							
1	452	Оладьи из творога с повидлом	120/30	12,06	14,05	58,91	410,76
2	400	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	95,40
Итого:				17,28	18,55	67,55	506,16
ИТОГО за весь день:				46,90	60,66	214,61	1627,92

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: четверг

Неделя: третья

Возрастная категория: 3 - 7 лет

14 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	5,98	7,31	28,62	204,87
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
Итого:				10,97	16,32	55,77	414,87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
2	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	13	Овощи по сезону	60	0,44	3,64	1,42	40,38
2	99	Суп из овощей с мясом	200/25	8,26	4,93	7,44	113,28
3	282	Биточки рубленые мясные	80	12,44	9,24	12,56	183,00
4		Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
5	322	Пюре картофельное с морковью	150	2,85	4,61	12,05	125,10
6		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
7		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
8	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				29,49	26,83	75,43	731,52
Полдник							
1	230	Вареники ленивые	120/5	8,91	4,45	18,37	261,00
2	392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого:				8,97	4,47	28,36	301,00
ИТОГО за весь день:				50,33	47,98	177,74	1523,39

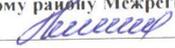
Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Легенда*

День: пятница

Неделя: третья

Возрастная категория: 3 - 7 лет

15 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	3,87	4,74	26,14	163,41
2	3	Батон пшеничный с сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
3	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого:				12,27	14,81	56,52	409,41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:				0,54	0,36	29,34	123,00
ОБЕД							
1	15	Овощи по сезону	60	0,58	3,68	1,85	42,84
2	58	Борщ с картофелем с мясом	200/25	8,64	4,95	11,42	124,88
3	291	Запеканка картофельная с мясом, печенью	160	12,13	9,50	25,7	237,00
4		Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
5		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
6		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
7	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				26,85	22,54	80,93	674,48
Полдник							
1	473	Булочка "Веснушка"	70	5,46	4,29	37,71	211,40
2	401	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого				10,68	8,79	45,27	303,40
ИТОГО за день:				50,34	46,50	212,06	1510,29

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: понедельник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

16 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
			150/5/20	10,83	11,67	26,48	254,32
1	206	Макароны отварные с сыром	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
2	1	Батон пшеничный с маслом	180	3,28	2,34	22,57	124,56
3	383	Какао с молоком сгущенным	100	1,50	0,50	21,00	95,00
4	368	Фрукты		17,75	21,11	82,84	592,88
Итого:							
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
			180	0,54	0,36	29,34	123,00
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный		0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:							
ОБЕД							
			60	0,44	3,64	1,42	40,38
1	13	Овощи по сезону	200/25	8,73	3,27	11,55	110,28
2	80	Суп картофельный с крупой, с мясом	150	3,22	9,36	23,29	190,00
3	133	Картофель тушеный в соусе	80	12,08	3,92	8,21	116,00
4	258	Шницель рыбный натуральный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
5		Хлеб пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6		Хлеб ржано - пшеничный	180	0,39	0,01	24,99	101,70
7	376	Компот из сухофруктов	30	0,84	0,99	23,19	105,00
8		Кондитерское изделие		29,59	21,81	102,31	766,38
Итого:							
Полдник							
			80/5	7,52	13,46	1,51	157,00
1	215	Омлет натуральный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
2		Хлеб пшеничный	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00
3	393	Чай с лимоном		9,22	13,68	21,37	240,72
Итого							
ИТОГО за весь день:				57,10	56,96	235,86	1722,98

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: вторник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

17 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
			250	5,98	7,31	28,62	204,87
1	185	Каша жидкая молочная	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
2	1	Батон пшеничный с маслом	180	2,85	2,41	14,36	91,00
3	395	Кофейный напиток с молоком		10,97	16,32	55,77	414,87
Итого:							
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	81	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200/25	11,38	5,15	13,18	144,88
2	286	Тефтели мясные (I вариант)	160	11,78	12,91	14,90	223,00
3	54	Икра свекольная или морковная	120	2,79	5,47	14,76	120,12
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				31,41	24,31	84,73	724,76
Полдник							
1	240	Пудинг из творога с яблоками	100	12,61	10,67	14,63	209,00
2	362	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79
3	392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,01	6,99	28,00
Итого				12,69	10,70	26,72	257,79
ИТОГО за весь день:				55,97	51,69	185,40	1473,42

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Боина Л.А. 

День: среда

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

18 день							Энергетическая ценность (ккал)
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
			250	10,97	15,84	42,90	359,75
1	185	Каша жидкая молочная	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00
2	3	Батон пшеничный с сыром	180	3,67	3,19	15,82	107,00
3	397	Какао с молоком		19,37	25,91	73,28	605,75
Итого:							
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
			180	0,54	0,36	29,34	123,00
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный		0,54	0,36	29,34	123,00
Итого:							
ОБЕД							
			60	0,64	3,68	2,08	44,22
1	14	Овощи по сезону	200	16,13	3,16	23,33	174,66
2	270	Суп рыбный	230	12,46	3,02	21,29	162,00
3	302	Птица тушеная с овощами	35	2,76	0,35	16,90	74,76
4		Хлеб пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
5		Хлеб ржано - пшеничный	180	0,39	0,01	24,99	101,70
6	376	Компот из сухофруктов		34,69	10,64	88,59	617,64
Итого:							
Полдник							
			100	16,69	10,67	11,40	234,00
1	231	Сырники из творога	30	0,02	0,02	5,10	20,79
2	362	Соус яблочный	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00
3	393	Чай с лимоном		16,83	10,71	26,70	295,79
Итого							
ИТОГО за весь день:				71,43	47,62	217,91	1642,18

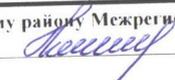
Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. *Л.А. Бонина*

День: четверг

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

19 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша жидкая молочная	250	5,36	4,95	32,91	197,56
2	1	Батон пшеничный с маслом	30/5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00
Итого:				10,17	13,89	60,01	405,56
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,90	0,36	18,18	76,00
Итого:				0,90	0,36	18,18	76,00
ОБЕД							
1	76	Рассольник ленинградский с мясом	200/25	8,68	5,02	13,39	133,68
2	301	Птица тушеная	160	13,24	14,58	5,62	225,00
3	321	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,43	137,25
4		Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	74,76
5		Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого:				30,44	25,18	81,33	732,69
Полдник							
1	454	Пирожки печеные	70	4,08	4,49	23,60	158,00
2	400	Молоко кипяченое	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого:				4,14	4,51	33,59	198,00
ИТОГО за весь день:				45,65	43,94	193,11	1412,25

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 

День: пятница

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

20 день								
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
				Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	
ЗАВТРАК								
			250	5,98	7,31	28,62	204,87	
1	185	Каша жидкая молочная	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00	
2	3	Батон пшеничный с сыром	180	3,67	3,19	15,82	107,00	
3	397	Какао с молоком		14,38	17,38	59,00	450,87	
Итого:								
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
			180	0,90	0,36	18,18	76,00	
1	399	Сок фруктовый, овощной, ягодный		0,90	0,36	18,18	76,00	
Итого:								
ОБЕД								
			60	0,58	3,68	1,85	42,84	
1	15	Овощи по сезону	200	1,32	4,46	7,30	74,80	
2	78	Суп картофельный вегетарианский	220	21,53	7,47	21,95	265,00	
3	276	Жаркое по домашнему	35	2,76	0,35	16,90	74,76	
4		Хлеб пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
5		Хлеб ржано - пшеничный	180	0,39	0,01	24,99	101,70	
6	376	Компот из сухофруктов		28,89	16,39	72,99	619,40	
Итого:								
Полдник								
			50	3,75	4,90	37,20	183,50	
1		Кондитерское изделие	180	5,22	4,50	7,56	92,00	
2	401	Кисломолочный продукт		8,97	9,40	44,76	275,50	
Итого								
ИТОГО за весь день:					53,14	43,53	194,93	1421,77
ИТОГО за 20 дней:					55,63	49,52	209,04	1561,86

Начальник территориального отдела по Бахчисарайскому району Межрегионального управления
 Роспотребнадзора по Республике Крым Бонина Л.А. 