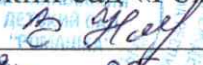


УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МДОУ «Целинновский
детский сад «Ромашка»

 Н.В. Чмух

«28» 05 2026г.

Приказ № 106-ОД от 28.05.2026г.

ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1,2 ДО 3-х ЛЕТ
С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ЦЕЛИННОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «РОМАШКА»
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(летний период)

с. Целинное, 2026г.

МЕНЮ

Если 10,5 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ПЕЧЕНЬЕ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150
КАКАО С МОЛОКОМ 150						ПЕЧЕНЬЕ 15		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	
ПЕЧЕНЬЕ 15									
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 80	БАНАН СВЕЖИЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, СЫР (порциями) 30	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 80	БАНАН СВЕЖИЙ 80	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЬЕ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, СЫР (порциями) 30	БАНАН 75	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЬЕ 80
		СОК В АССОРТИМЕНТЕ 75	ПЕЧЕНЬЕ 10		ПЕЧЕНЬЕ 10	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 75		ПЕЧЕНЬЕ 15	
Обед									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ И ГРЕНКАМИ 150/8	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 150	БОРЩ С МЯСОМ 150	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ И ГРЕНКАМИ 150/10	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150/7	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 150/7
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2- Й ВАРИАНТ) 50/10	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 50	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 50/10	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 130	РАГУ ОВОЩНОЕ 110	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 50/10	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 50	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 130	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 130	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 60
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 80	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 80	КАША РАССЫПЧАТАЯ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150			КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150					
Полдник									
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ 85	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 85	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 80	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ 60	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 70	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 85	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ 85	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 50	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 150		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150		КАКАО С МОЛОКОМ 150		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ "ЦЕЛИННОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД "РОМАШКА", В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7.5	11.2	6.8	169.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	229	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60	К/К	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2.3	3.0	0.0	36.4	0.00	0.10	0.00	0.00	88.00	3.50	50.00	0.10	7	2016
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.4	2.9	12.0	87.9	0.00	0.60	0.00	0.00	116.90	17.30	86.00	0.40	416	2016
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.4	0.00	0.00	0.00	0.00	5.80	4.00	18.00	0.40		2008
Итого за прием пищи:	370	17.0	19.3	48.8	448.6	0.00	0.70	0.00	0.60	217.60	34.70	179.20	1.50		
II Завтрак															
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	0.00	8.00	0.00	0.50	12.80	6.40	8.80	1.80	386	2016
Итого за прием пищи:	80	0.3	0.3	7.8	37.6	0.00	8.00	0.00	0.50	12.80	6.40	8.80	1.80		
Обед															
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	2.4	4.5	44.4	0.00	8.40	0.20	1.10	24.50	9.60	19.10	0.60	21	2016
СУП С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	3.6	4.2	14.9	112.9	0.00	10.70	0.20	1.80	51.10	32.50	84.10	1.80	69	2016
ПЕЧЕНЬЕ МЯСНЫЕ (2-й ВАРИАНТ)	70/20	7.2	12.6	11.9	185.3	0.03	1.56	0.00	2.34	7.02	9.36	63.96	0.78	304	2016
СУП КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3.3	5.0	20.2	138.6	0.10	9.60	0.00	0.20	46.00	28.20	86.90	1.10	339	2016
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2.4	0.3	15.7	75.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.70	7.00	32.20	1.50		2008
КОМПОЗИТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	15.7	65.0	0.00	1.10	0.00	0.20	13.90	3.70	7.70	0.50	396	2016
Итого за прием пищи:	697	17.6	24.6	82.9	621.7	0.23	31.36	0.40	6.44	149.22	90.36	293.96	6.28		
Полдник															
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	5.1	3.5	6.8	101.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	261	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.3	79.6	0.00	0.50	0.00	0.00	98.40	13.60	70.00	0.60	413	2016
Итого за прием пищи:	290	10.0	5.9	34.2	252.2	0.00	0.50	0.00	0.60	105.30	23.50	95.20	1.20		
Итого за день:		44.9	50.1	173.7	1 360.1	0.23	40.56	0.40	8.14	484.92	154.96	577.16	10.78		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
АША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4.6	6.3	31.6	187.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	199	2016
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
ОРЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.6	2.9	14.4	98.3	0.00	0.60	0.00	0.00	126.40	16.30	92.20	0.20	414	2016
того за прием пищи:	410	10.5	9.4	61.1	356.3	0.00	0.60	0.00	0.60	133.30	26.20	117.40	0.80		
II Завтрак															
АНАН СВЕЖИЙ	70	1.1	0.4	14.7	67.2	0.00	7.00	0.00	0.00	5.60	29.40	19.60	0.40	386	2016
того за прием пищи:	70	1.1	0.4	14.7	67.2	0.00	7.00	0.00	0.00	5.60	29.40	19.60	0.40		
Обед															
АНАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	60	0.6	4.1	4.9	59.8	0.00	1.60	0.70	2.00	20.10	14.40	20.70	0.80	41	2016
УП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	200/12	5.8	8.9	20.7	198.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	87	2016
УПНШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	7.7	10.8	7.2	155.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	293	2016
КАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4.0	2.9	25.3	143.0	0.10	0.00	0.00	0.90	18.90	6.40	31.60	0.70	218	2016
ЛЕБ РЖАНОЙ	37	2.4	0.3	15.7	75.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.70	7.00	32.20	1.50		2008
ОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	9.8	41.5	0.00	1.20	0.00	0.20	11.30	3.70	3.00	0.60	391	2016
того за прием пищи:	659	20.6	27.1	83.6	673.5	0.20	2.80	0.70	3.90	57.00	31.50	87.50	3.60		
Полдник															
АПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	110	5.8	6.6	22.0	203.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	252	2016
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.00	0.00	0.00	0.40	4.60	6.60	16.80	0.40		2008
ОЖ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	418	2016
того за прием пищи:	280	8.1	6.9	47.2	315.5	0.00	3.00	0.00	0.40	15.10	12.60	27.30	2.50		
того за день:		40.3	43.8	206.6	1 412.5	0.20	13.40	0.70	4.90	211.00	99.70	251.80	7.30		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
КА ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4.6	7.3	21.7	180.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	199	2016
ЛЕНИВЫЕ	20	1.5	1.7	14.9	72.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
О С ЛИМОНОМ	180/5	0.1	0.0	7.3	30.4	0.00	0.80	0.00	0.00	12.40	4.90	6.20	0.60	412	2016
Итого за прием пищи:	405	6.2	9.0	43.9	283.4	0.00	0.80	0.00	0.00	12.40	4.90	6.20	0.60		
II Завтрак															
Б ПШЕНИЧНЫЙ,СЫР (порциями)	40	4.5	3.0	15.1	105.4	0.00	0.10	0.00	0.60	90.10	13.20	72.50	0.70	3	2016
К В АССОРТИМЕНТЕ	75	0.4	0.0	9.5	41.3	0.00	3.00	0.20	0.00	15.00	7.50	13.50	0.20	418	2016
Итого за прием пищи:	115	4.9	3.0	24.6	146.7	0.00	3.10	0.20	0.60	105.10	20.70	86.00	0.90		
Обед															
САТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	2.4	4.5	44.4	0.00	8.40	0.20	1.10	24.50	9.60	19.10	0.60	21	2016
Т ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10	4.7	5.8	9.2	159.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	95	2016
ЛЕНИВЫЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/20	8.1	7.7	5.9	137.2	0.19	13.00	5.58	3.20	14.00	15.00	231.00	5.00	256	2008
ОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3.3	5.0	20.2	138.6	0.10	9.60	0.00	0.20	46.00	28.20	86.90	1.10	339	2016
Б РЖАНОЙ	38	2.5	0.3	16.1	77.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.80	7.20	33.10	1.50		2008
Б ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
МПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0.0	0.0	6.8	27.1	0.00	0.00	0.00	0.00	7.30	1.60	0.00	0.00	394	2016
Итого за прием пищи:	728	21.9	21.4	77.8	655.1	0.39	31.00	5.78	5.90	105.50	71.50	395.30	8.80		
Полдник															
ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	8.6	7.8	19.6	201.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	243	2016
ОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.0	4.4	8.3	94.3	0.10	0.90	0.00	0.00	183.60	20.20	129.60	0.20	419	2016
Итого за прием пищи:	280	13.6	12.2	27.9	295.9	0.10	0.90	0.00	0.00	183.60	20.20	129.60	0.20		
Итого за день:		46.6	45.6	174.2	1 381.1	0.49	35.80	5.98	6.50	406.60	117.30	617.10	10.50		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3.6	5.1	32.0	172.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	199	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	0.10	0.00	0.00	0.80	9.20	13.20	33.60	0.80		2008
КАО С МОЛОКОМ	180	3.4	2.9	12.0	87.9	0.00	0.60	0.00	0.00	116.90	17.30	86.00	0.40	416	2016
Итого за прием пищи:	420	10.1	8.2	64.1	355.2	0.10	0.60	0.00	0.80	126.10	30.50	119.60	1.20		
II Завтрак															
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	0.00	8.00	0.00	0.50	12.80	6.40	8.80	1.80	386	2016
ЧЕШЕЕ	25	1.9	2.5	18.6	104.3	0.00	0.00	0.00	0.00	7.30	5.00	22.50	0.50		2008
Итого за прием пищи:	105	2.2	2.8	26.4	141.9	0.00	8.00	0.00	0.50	20.10	11.40	31.30	2.30		
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0.5	3.6	1.4	39.2	0.00	2.30	0.00	1.60	11.80	7.20	21.60	0.50	20	2016
СОПОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬЕНЕ	200/10	6.8	9.4	12.3	165.2	0.10	5.20	0.20	0.40	30.00	23.20	91.90	1.20	91	2016
САЛАТ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	7.9	8.7	22.3	222.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	292	2016
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2.5	0.3	16.1	77.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.80	7.20	33.10	1.50		2008
СОСИСЬКА ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	15.7	65.0	0.00	1.10	0.00	0.20	13.90	3.70	7.70	0.50	396	2016
Итого за прием пищи:	668	17.8	22.1	67.8	569.2	0.20	8.60	0.20	3.00	62.50	41.30	154.30	3.70		
Полдник															
САЛАТ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	100	5.5	8.8	7.1	158.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	233	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.00	0.00	0.00	0.40	4.60	6.60	16.80	0.40		2008
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.6	2.9	14.4	98.3	0.00	0.60	0.00	0.00	126.40	16.30	92.20	0.20	414	2016
Итого за прием пищи:	300	10.6	11.8	31.5	304.0	0.00	0.60	0.00	0.40	131.00	22.90	109.00	0.60		
Итого за день:		40.7	44.9	189.8	1 370.3	0.30	17.80	0.20	4.70	339.70	106.10	414.20	7.80		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
УП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4.7	6.2	22.0	158.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	100	2016
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
АИ С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.3	79.6	0.00	0.50	0.00	0.00	98.50	13.60	70.00	0.60	413	2016
того за прием пищи:	410	9.6	8.6	49.4	309.5	0.00	0.50	0.00	0.60	105.40	23.50	95.20	1.20		
II Завтрак															
АНАН СВЕЖИЙ	80	1.2	0.4	16.8	76.8	0.00	8.00	0.00	0.00	6.40	33.60	22.40	0.50	386	2016
того за прием пищи:	80	1.2	0.4	16.8	76.8	0.00	8.00	0.00	0.00	6.40	33.60	22.40	0.50		
Обед															
КРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1.0	4.5	3.9	59.5	0.00	3.50	0.10	0.00	20.50	7.50	18.50	0.40	57	2016
ОРИЗ С МЯСОМ	200	5.1	6.4	13.2	168.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	68	2016
АГУ ОВОЩНОЕ	130	2.4	4.4	14.1	105.7	0.10	8.80	0.30	0.30	27.20	23.30	52.00	1.20	362	2016
ПЛЕТА РЫБНАЯ	70	5.6	4.9	8.9	109.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	271	2016
ЛЕБ РЖАНОЙ	37	2.4	0.3	15.7	75.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.70	7.00	32.20	1.50		2008
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0.00	0.00	0.00	0.40	4.60	6.60	16.80	0.40		2008
ОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	9.8	41.5	0.00	1.20	0.00	0.20	11.40	3.70	3.00	0.60	391	2016
того за прием пищи:	687	18.1	20.7	75.6	607.8	0.20	13.50	0.40	1.70	70.40	48.10	122.50	4.10		
Полдник															
ПРНИКИ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	70	6.1	6.9	26.4	186.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	247	2016
ОЖ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	418	2016
того за прием пищи:	220	6.9	7.1	41.6	251.4	0.00	3.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10		
того за день:		35.8	36.8	183.4	1 245.5	0.20	25.00	0.40	2.30	192.70	111.20	250.60	7.90		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4.6	7.3	21.7	180.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	199	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.6	2.9	14.4	98.3	0.00	0.60	0.00	0.00	126.40	16.30	92.20	0.20	414	2016
Итого за прием пищи:	410	10.5	10.4	51.2	350.1	0.00	0.60	0.00	0.60	133.30	26.20	117.40	0.80		
II Завтрак															
ПЕЧЕНЬЕ	80	0.3	0.3	9.2	42.6	0.00	3.00	0.00	0.50	10.80	5.40	7.40	1.40	403	2016
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.4	0.00	0.00	0.00	0.00	5.80	4.00	18.00	0.40		2008
Итого за прием пищи:	100	1.8	2.3	24.1	126.0	0.00	3.00	0.00	0.50	16.60	9.40	25.40	1.80		
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0.5	3.6	1.4	39.2	0.00	2.30	0.00	1.60	11.80	7.20	21.60	0.50	20	2016
СУП С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	3.6	4.8	15.0	118.6	0.00	10.70	0.20	2.00	51.10	32.50	84.10	1.80	69	2016
ПЕЧЕНЬЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/20	8.1	7.7	5.9	137.2	0.14	9.75	4.19	2.40	10.50	11.25	173.25	3.75	256	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	3.1	2.9	29.3	143.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	218	2016
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	38	2.5	0.3	16.1	77.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.80	7.20	33.10	1.50		2008
Итого за прием пищи:	180	0.0	0.0	6.8	27.1	0.00	0.00	0.00	0.00	7.30	1.60	0.00	0.00	394	2016
Итого за прием пищи:	658	17.8	19.3	74.5	542.6	0.24	22.75	4.39	6.80	87.50	59.75	312.05	7.55		
Полдник															
КАША, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	5.1	3.5	6.8	101.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	261	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
КОФЕ С МОЛОКОМ	180	3.4	2.9	12.0	87.9	0.00	0.60	0.00	0.00	116.90	17.40	86.00	0.40	416	2016
Итого за прием пищи:	290	10.8	6.6	33.9	260.5	0.00	0.60	0.00	0.60	123.80	27.30	111.20	1.00		
Итого за день:		40.9	38.6	183.7	1 279.2	0.24	26.95	4.39	8.50	361.20	122.65	566.05	11.15		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			
Завтрак																
МЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7.5	11.2	6.8	169.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	229	2016	
ПЕВ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.0	4.4	8.3	94.3	0.10	0.90	0.00	0.00	183.60	20.20	129.60	0.20	419	2016	
МЧЕНЬЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.4	0.00	0.00	0.00	0.00	5.80	4.00	18.00	0.40		2008	
того за прием пищи:	360	16.3	17.8	45.1	418.6	0.10	0.90	0.00	0.60	196.30	34.10	172.80	1.20			
II Завтрак																
ПЕВ ПШЕНИЧНЫЙ, СЫР (порциями)	40	4.5	3.0	15.1	105.4	0.00	0.10	0.00	0.60	90.10	13.20	72.50	0.70	3	2016	
ОК В АССОРТИМЕНТЕ	75	0.4	0.1	7.6	32.3	0.00	1.50	0.00	0.00	5.30	3.00	5.30	1.10	418	2016	
того за прием пищи:	115	4.9	3.1	22.7	137.7	0.00	1.60	0.00	0.60	95.40	16.20	77.80	1.80			
Обед																
АЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	2.4	4.5	44.4	0.00	8.40	0.20	1.10	24.50	9.60	19.10	0.60	21	2016	
УП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200/10	6.2	7.9	27.8	209.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	91	2016	
ЛЮШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	7.7	10.8	6.7	151.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	293	2016	
АША РАССЫПЧАТАЯ	130	5.5	4.0	39.8	223.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	179	2016	
ПЕВ РЖАНОЙ	37	2.4	0.3	15.7	75.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.70	7.00	32.20	1.50		2008	
АСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	15.7	65.0	0.00	1.10	0.00	0.20	13.90	3.70	7.70	0.50	396	2016	
того за прием пищи:	687	22.9	25.5	110.2	769.0	0.10	9.50	0.20	2.10	45.10	20.30	59.00	2.60			
Полдник																
АРЕ НИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	8.6	7.8	19.6	201.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	243	2016	
МЙ С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.3	79.6	0.00	0.50	0.00	0.00	98.40	13.60	70.00	0.60	413	2016	
того за прием пищи:	280	11.2	10.0	31.9	281.2	0.00	0.50	0.00	0.00	98.40	13.60	70.00	0.60			
того за день:		55.2	56.5	209.9	1 606.5	0.20	12.50	0.20	3.30	435.20	84.20	379.60	6.20			

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Молочный с крупой	200	5.0	5.5	18.0	142.0	0.10	0.70	0.00	0.20	146.50	22.40	119.70	0.20	101	2016
Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
Ас с молоком	180	3.4	2.9	12.0	87.9	0.00	0.60	0.00	0.00	116.90	17.30	86.00	0.40	416	2016
Итого за прием пищи:	410	10.7	8.6	45.1	300.9	0.10	1.30	0.00	0.80	270.30	49.60	230.90	1.20		
II Завтрак															
Чай	75	1.1	0.4	15.8	72.0	0.00	7.50	0.00	0.00	6.00	31.50	21.00	0.50	386	2016
Итого за прием пищи:	75	1.1	0.4	15.8	72.0	0.00	7.50	0.00	0.00	6.00	31.50	21.00	0.50		
Обед															
Салат из свежих огурцов	60	0.5	3.6	1.4	39.2	0.00	2.30	0.00	1.60	11.80	7.20	21.60	0.50	20	2016
Пюре картофельное с горохом, курицей и грибами	200/15	5.8	8.9	20.7	198.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	87	2016
Суп куриный по-домашнему	180	7.9	8.7	22.3	222.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	292	2016
Хлеб ржаной	38	2.5	0.3	16.1	77.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.80	7.20	33.10	1.50		2008
Салат в ассортименте	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	418	2016
Итого за прием пищи:	643	17.5	21.7	75.7	601.7	0.10	5.30	0.00	2.40	29.10	20.40	65.20	4.10		
Полдник															
Печенье из творога с морковью	110	5.8	6.6	22.0	203.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	252	2016
Хлеб пшеничный	15	1.1	0.1	7.5	35.5	0.00	0.00	0.00	0.30	3.50	5.00	12.60	0.30		2008
Кофейный напиток с молоком	180	3.6	2.9	14.4	98.3	0.00	0.60	0.00	0.00	126.40	16.30	92.20	0.20	414	2016
Итого за прием пищи:	305	10.5	9.6	43.9	337.4	0.00	0.60	0.00	0.30	129.90	21.30	104.80	0.50		
Итого за день:		39.8	40.3	180.5	1312.0	0.20	14.70	0.00	3.50	435.30	122.80	421.90	6.30		

9 день

9 день																
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			
Завтрак																
	200	4.3	7.1	27.8	185.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	199	2016	
ОБЫЧНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	10	2.2	2.9	0.0	35.3	0.00	0.00	0.00	0.00	74.80	2.80	40.00	0.10	7	2016	
(ПОРЦИИ)	37	2.4	0.3	15.7	75.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.70	7.00	32.20	1.50		2008	
ОБЫЧНАЯ	180/5	0.1	0.0	7.3	30.4	0.00	0.80	0.00	0.00	12.40	4.90	6.20	0.60	412	2016	
ОБЫЧНОМ	432	9.0	10.3	50.8	327.1	0.10	0.80	0.00	0.80	93.90	14.70	78.40	2.20			
Итого за прием пищи:																
II Завтрак																
	180	5.0	4.4	8.3	94.3	0.10	0.90	0.00	0.00	183.60	20.20	129.60	0.20	419	2016	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	25	1.9	2.5	18.6	104.3	0.00	0.00	0.00	0.00	7.30	5.00	22.50	0.50		2008	
ОБЫЧНОЕ	205	6.9	6.9	26.9	198.6	0.10	0.90	0.00	0.00	190.90	25.20	152.10	0.70			
Итого за прием пищи:																
Обед																
	60	0.5	0.1	1.5	8.4	0.00	6.00	0.00	0.10	13.80	8.40	25.10	0.60	20	2016	
ОБЫЧНЫЙ СВЕЖИЙ	200/10	4.7	5.8	9.2	159.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	95	2016	
ОБЫЧНЫЙ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	6.5	11.6	39.6	331.6	0.06	0.75	0.54	6.00	21.00	42.75	183.75	2.25	321	2016	
ОБЫЧНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	0.10	0.00	0.00	0.80	9.20	13.20	33.60	0.80		2008	
ОБЫЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0.0	0.0	6.8	27.1	0.00	0.00	0.00	0.00	7.30	1.60	0.00	0.00	394	2016	
ОБЫЧНЫЙ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	640	14.8	17.7	77.2	621.1	0.16	6.75	0.54	6.90	51.30	65.95	242.45	3.65			
Итого за прием пищи:																
Полдник																
	70	7.5	5.7	40.6	198.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	448	2016	
ОБЫЧНАЯ ДЕТСКАЯ	150	0.8	0.2	15.2	64.5	0.00	3.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10	418	2016	
ОБЫЧНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	220	8.3	5.9	55.8	262.8	0.00	3.00	0.00	0.00	10.50	6.00	10.50	2.10			
Итого за прием пищи:		39.0	40.8	210.7	1 409.6	0.36	11.45	0.54	7.70	346.60	111.85	483.45	8.65			
Итого за день:																

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	6.1	5.9	20.5	158.8	0.10	0.80	0.00	0.60	158.90	20.20	122.20	0.40	99	2016
ПЕЧЕНАЯ	38	2.5	0.3	16.1	77.5	0.10	0.00	0.00	0.80	6.80	7.20	33.10	1.50		2008
С ЛИМОНОМ	180/5	0.1	0.0	7.3	30.4	0.00	0.80	0.00	0.00	12.40	4.90	6.20	0.60	412	2016
Всего за прием пищи:	423	8.7	6.2	43.9	266.7	0.20	1.60	0.00	1.40	178.10	32.30	161.50	2.50		
II Завтрак															
ПЕЧЕННЫЕ	80	0.3	0.3	9.2	42.6	0.00	3.00	0.00	0.50	10.80	5.40	7.40	1.40	403	2016
Всего за прием пищи:	80	0.3	0.3	9.2	42.6	0.00	3.00	0.00	0.50	10.80	5.40	7.40	1.40		
Обед															
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	2.4	4.5	44.4	0.00	8.40	0.20	1.10	24.50	9.60	19.10	0.60	21	2016
КОСОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200/10	4.2	7.1	11.6	152.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	80	2016
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	5.1	3.5	6.8	101.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	261	2016
СУП КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3.3	5.0	20.2	138.6	0.10	9.60	0.00	0.20	46.00	28.20	86.90	1.10	339	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	9.8	41.5	0.00	1.20	0.00	0.20	11.40	3.70	3.00	0.60	391	2016
Всего за прием пищи:	690	16.0	18.3	68.0	550.0	0.10	19.20	0.20	2.10	88.80	51.40	134.20	2.90		
Полдник															
МЛЕК НАТУРАЛЬНЫЙ	100	5.8	8.6	5.2	122.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	229	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0	0.00	0.00	0.00	0.60	6.90	9.90	25.20	0.60		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.6	2.9	14.4	98.3	0.00	0.60	0.00	0.00	126.40	16.30	92.20	0.20	414	2016
Всего за прием пищи:	310	11.7	11.7	34.7	291.8	0.00	0.60	0.00	0.60	133.30	26.20	117.40	0.80		
Всего за день:		36.7	36.5	155.8	1 151.1	0.30	24.40	0.20	4.60	411.00	115.30	420.50	7.60		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Итого за весь период	410	434,0	1938	13518	2.72	222.56	13.01	54.14	3 624.22	1 146.06	4 382.36	84.18
Среднее значение за период	41.0	43.4	193.8	1 351.8	0.27	22.26	1.30	5.41	362.42	114.61	438.24	8.42
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12.4	28.9	58.7									

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Сад 10,5 часов	405	103	666	268

Прошнуровано, пронумеровано и скреплено

печатью 13 (тринадцать)

листов

Заведующий МДОУ

«Целинновский детский сад «Ромашка»

