

День: понедельник
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет



Утверждаю

Мосина Г.Т.

1 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Каша пшениная	200	5,34	4,23	38,27	213,00	168
2	Батон пшеничный с маслом	25\5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,65	1,79	18,83	102,00	396
Итого:		410	10,13	12,62	69,89	434,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Овощи по сезону	30	0,64	3,68	2,08	44,22	14
2	Щи из свежей капусты	200	9,18	4,84	6,90	104,88	67
3	Плов из птицы	200	12,07	5,62	4,74	118,25	302
4	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	42,72	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		670	26,17	14,77	48,37	472,07	
Подник							
1	Пирожки печенные	70	8,39	11,46	5,17	156,92	215
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	393
Итого:		250	8,45	11,48	15,16	196,92	
ИТОГО за весь день:		1465	45,29	39,23	162,76	1225,99	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: вторник
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет



2 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный рисовый	200	4,40	4,06	26,99	162,00	94
2	Батон с маслом	25/5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	393
Итого:		410	6,60	10,68	49,77	321,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95,00	368
Итого:			1,50	0,50	21,00	95,00	
ОБЕД							
1	Суп с бобовыми	200	6,00	5,65	13,30	132,67	81
2	Птица тушеная	80	18,08	13,60	0,00	195,00	301
3	Макароны отварные	120	3,09	4,85	14,14	112,65	204
4	Овощи по сезону	30	2,37	0,30	14,49	64,08	14
5	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	42,72	
6	Хлеб ржаной - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
7	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	372
Итого:		670	33,82	25,03	76,58	709,12	
Полдник							
1	Сырники из творога	100	16,69	10,67	11,40	234,00	231
2	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79	362
3	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:		310	16,77	10,71	26,49	294,79	
Итого за весь день:		1515	58,69	46,92	173,84	1419,91	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: среда
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.

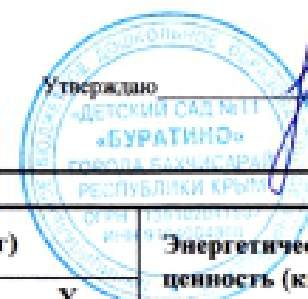


3 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный овсянный	200	4,59	4,90	26,32	168,00	94
2	Батон с маслом	25\5	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,00	395
Итого:		410	12,17	14,19	55,24	398,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	ФРУКТЫ	180	0,90	0,36	18,18	76,00	368
Итого:			0,90	0,36	18,18	76,00	
ОБЕД							
1	Суп картофельный с крупой	200	11,38	5,15	13,18	144,88	80
2	Котлета мясная	80	12,44	9,24	12,56	183,00	282
3	Капуста тушеная	80	2,83	8,50	12,81	139,20	336
4	Пюре картофельное	80	2,76	0,35	16,90	74,76	321
5	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	42,72	
6	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
7	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		680	33,69	23,87	90,10	746,56	
ПОЛДНИК							
1	Пицца детская	70	8,03	6,69	13,97	148,00	465
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	393
Итого:		250	8,09	6,71	23,96	188,00	
ИТОГО за весь день:		1520	54,85	45,13	187,48	1408,56	

Медицинский

Самсонов Е.Н.

День: четверг
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет



Мосина Г.Т.

4 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный гречневый	200	3,79	5,48	19,03	141,00	94
2	Батон пшеничный с маслом	25/5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Чай сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	393
Итого:		410	5,99	12,10	41,81	300,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100	0,54	0,36	29,34	123,00	368
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Борщ с картофелем и капустой	200	8,45	4,86	10,32	119,08	57
2	Гуляш из отварного мяса	100	21,53	7,47	21,95	265,00	277
3	Каша пшеничная	100	0,22	1,82	0,80	21,00	14
4	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	42,72	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	372
Итого:		640	34,48	14,78	67,72	609,80	
Полдник							
1	Пирожки печенные	70	2,25	2,94	22,32	125,10	213
2	Молоко кипяченое	180	0,56	0,05	27,18	123,60	393
Итого:		250	2,81	2,99	49,50	248,70	
Итого за весь день:		1480	43,82	30,23	188,37	1281,50	

Медсестра

Самсонов Е.Н.

День: пятница
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
«БУРАТИНО»
ГОРОДА БАХЧИСАРАЙ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Мосина Г.Т.

5 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Каша жидкая молочная	180	9,00	12,99	35,18	295,00	185
2	Батон пшеничный с сыром	25\5\10	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,00	395
Итого:		400	16,58	22,28	64,10	525,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Овощи по сезону	30	0,44	3,64	1,42	40,38	13
2	Суп вегетарианский	200	7,41	5,66	13,70	135,47	82
3	Птица тушеная с овощами	200	21,26	7,73	35,69	301,00	302
4	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	42,72	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		650	33,39	17,66	85,46	681,57	
Полдник							
1	Кондитерское изделие	50	3,29	6,34	21,44	156,00	
2	Чай	180	0,06	0,02	9,99	40,00	393
Итого:		250	3,35	6,36	31,43	196,00	
ИТОГО за весь день:		1470	52,22	46,4	190,6	1442,85	

Медсестра

Самсонов Е.Н.

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.

Возрастная категория: 3 - 7 лет							
6 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Макароны отварные с сыром	185	7,00	8,00	19,00	63,00	206
2	Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:		400	9,20	14,62	41,78	222,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый	150	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Суп картофельный с крупой	200	8,26	4,93	7,44	113,28	80
2	Котлета рыбная любительская	80	11,16	3,90	9,04	116,00	256
3	Риса опощенное	100	3,05	4,17	24,08	146,00	321
4	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		610	27,93	13,78	82,45	612,04	
Полдник							
1	Каша пшенная с маслом и сахаром	150	5,94	5,69	26,35	180,00	215
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:		305	6,00	5,71	36,34	220,00	
ИТОГО за весь день:		1485	43,67	34,47	189,91	1177,04	

Медсестра

Самсонов Е.Н.

День: вторник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.

7 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный гречневый	200	3,79	5,48	19,03	141,00	94
2	Батон пшеничный с сыром	25/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,00	
Итого:		420	11,37	14,77	47,95	371,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00	368
Итого:			1,50	0,50	21,00	96,00	
ОБЕД							
1	Борщ с картофелем и капустой	200	8,64	4,95	11,42	124,88	57
2	Гуляш из отварного мяса	105	16,64	3,89	13,46	151,00	277
3	Каша пшеничная	120	7,67	5,18	34,50	214,93	168
4	Овощи по сезону	30	0,44	3,64	1,42	40,38	14
5	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
6	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
7	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		685	38,85	18,44	102,69	767,95	
Полдник							
1	Пудинг из творога с яблоками	100	15,76	10,10	18,37	243,00	237
2	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79	362
3	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого		310	15,84	10,14	33,46	303,79	
ИТОГО за весь день:		1525	67,56	43,85	205,10	1538,74	

Медсестра



Сямсоненко Е.Н.

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.

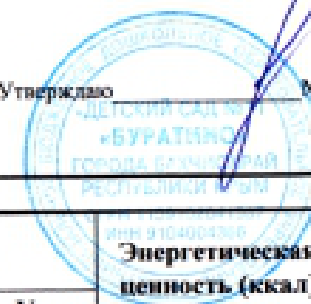
8 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный овсяный	200	5,74	5,20	18,82	145,20	94
2	Батон пшеничный с маслом	250	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	397
Итого:		410	11,55	14,99	47,43	371,20	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Рассольник ленинградский с мясом	200	8,68	5,02	13,39	133,68	76
2	Плов из птицы	210	10,28	4,93	3,02	185,00	302
3	Овощи по сезону	50	0,58	3,68	1,85	42,84	14
4	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		690	23,82	14,26	52,91	566,24	
Полдник							
1	Пирожки печенные	80	6,22	11,57	2,97	141,00	60
2	Чай с сахаром и лимоном	180	1,58	0,20	9,66	42,72	393
Итого:		260	7,80	11,77	12,63	183,72	
ИТОГО за весь день:		1565	43,71	41,38	142,31	1244,16	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: четверг
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю Мосина Г.Т.



9 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
		200	3,18	3,89	21,44	134,00	94
1	Суп молочный пшеничный						
2	Батон пшеничный с сыром	25/5/10	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	393
Итого:		420	7,97	10,79	45,99	313,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	96,00	368
Итого:			1,50	0,50	21,00	96,00	
ОБЕД							
1	Суп с рыбными консервами	200	1,32	4,46	7,30	74,80	87
2	Котлета куриная	80	14,12	9,04	20,26	219,00	304
3	Макароны отварные	120	0,52	1,48	2,10	24,02	14
4	Хлеб пшеничный	30	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржаной - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		640	21,42	15,76	71,55	554,58	
Полдник							
1	Ватрушка с творогом	70	5,46	4,29	37,71	211,40	473
2	Кисло молочный продукт	180	5,22	4,50	7,56	92,00	382
Итого:		250	10,68	8,79	45,27	303,40	
ИТОГО за весь день:		1390	41,57	35,84	183,81	1266,98	

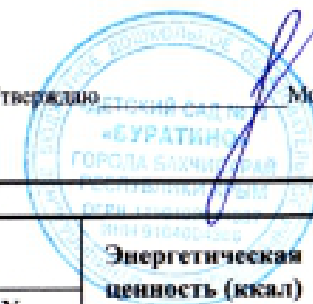
Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: пятница
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.



10 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Каша жидкая молочная	200	4,74	4,50	29,11	178,30	185
2	Батон пшеничный с маслом	30	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Кофейный напиток	180	3,67	3,19	15,82	107,00	392
Итого:		410	10,55	14,29	57,72	404,30	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Овощи по сезону	30	0,64	3,68	2,08	44,22	14
2	Суп - лапша	200	7,41	5,66	11,45	133,80	118
3	Рыба тушеная с овощами	80	19,71	16,55	15,02	296,00	247
4	Пюре картофельное	120	3,00	3,10	21,20	198,00	321
5	Хлеб пшеничный	30	2,76	0,35	16,90	74,76	
6	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
7	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		670	36,22	29,77	91,64	908,78	
Полдник							
1	Кондитерское изделие	50	0,02	0,02	5,10	20,79	
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	401
Итого		230	0,08	0,04	15,09	60,79	
ИТОГО за весь день:		1460	47,39	44,46	193,79	1496,87	

Медсестра

Самсоновко Е.Н.

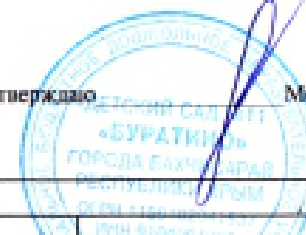
День: понедельник

Неделя: третья

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.



11 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая	200,00	6,12	6,65	43,13	297,00	168
2	Батон пшеничный с маслом	25/5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Кофейный напиток	180	2,65	1,79	18,88	102,00	396
Итого:		410	10,91	15,04	74,80	518,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый	150,00	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Суп с макаронными изделиями	200	7,13	5,65	13,30	132,67	77
2	Бестроганов из отварного мяса	80	15,00	12,00	4,00	121,00	278
3	Каша пшеничная	160	4,13	3,22	29,15	162,28	321
4	Овощи по сезону	50	1,56	4,04	8,46	76,56	14
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	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого		680	32,10	25,54	89,56	697,23	
Полдник							
1	Булочка "Веснушка"	70,00	5,46	4,29	37,71	211,4	473
2	Чай с сахаром	180	1,58	0,20	9,66	42,72	392
Итого:		285	7,04	4,49	47,37	42,72	
ИТОГО за весь день:		1525	50,59	45,43	241,07	1380,95	

Медсестра

Самсонов Е.Н.

День: вторник
Неделя: третья
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждено: Мосина Г.Т.



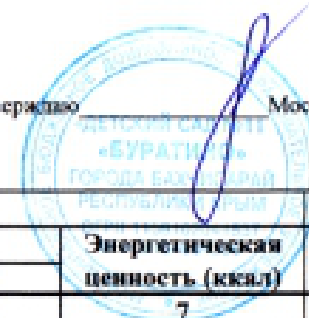
12 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный овсяный	200	5,74	5,20	18,82	145,20	94
2	Батон с маслом	25 \5	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Кофейный напиток	180	3,67	3,19	15,82	107,00	397
Итого:		410	14,14	15,27	49,20	391,20	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100,00	0,54	0,36	29,34	123,00	368
ИТОГО за весь день:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Щи из свежей капусты	200	8,45	4,86	10,32	119,08	67
2	Тефтели рыбные	80	10,15	4,21	10,67	121,00	261
3	Каша ячневая	160,00	4,13	3,22	29,15	162,28	168
4	Овощи по сезону	40	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого		660	28,19	13,07	92,03	639,12	
Полдник							
1	Вареники ленивые	125,00	17,79	13,03	18,37	261,60	230
2	Чай	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:		305	17,85	13,05	28,36	301,60	
ИТОГО за весь день:			60,72	41,75	198,93	1454,92	

Медсестра

Свириденко Е.Н.

День: среда
Неделя: третья
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю _____ Мосина Г.Т.



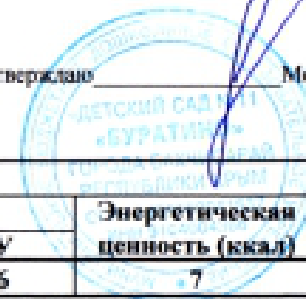
13 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный с макаронами	200	5,74	5,20	18,82	145,20	93
2	Батон пшеничный с маслом сливочным	25/5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	397
Итого:		410	11,55	14,99	47,43	371,20	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100,00	0,54	0,36	29,34	123,00	368
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200,00	5,30	4,13	12,34	108,00	83
2	Плов из птицы	210,00	22,26	7,73	35,69	301,00	304
3	Овощи по сезону	30,00	2,29	11,00	14,44	166,00	14
4	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		660	35,31	23,64	104,36	811,76	
Полдник							
1	Пирожки печенные	70,00	4,08	4,49	33,68	191,33	454
2	Кисель на фруктовом соке	180,00	0,56	0,05	30,20	123,60	382
Итого:		220	4,64	4,54	63,88	314,93	
ИТОГО за весь день:		1390	52,04	43,53	245,01	1620,89	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: четверг
Неделя: третья
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждено: Мосина Г.Т.



14 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный пшеничный	200	5,96	5,46	17,08	141,60	94
2	Батон пшеничный с маслом	25\5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	395
Итого:		410	10,95	14,47	44,23	351,60	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый	150,00	1,50	0,50	21,00	95,00	399
Итого:			1,50	0,50	21,00	95,00	
ОБЕД							
	овощи по сезону	30	0,44	3,64	1,42	40,38	70
1	Борщ с картофелем	200	8,26	4,93	7,44	113,28	58
2	Рыба тушеная	80	10,28	4,90	3,02	111,37	247
3	Пюре картофельное	120	2,44	2,44	16,34	109,80	321
4	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		690	26,88	16,69	70,11	611,59	
Полдник							
1	Пицца детская	70	8,91	4,45	18,37	261,00	
2	Чай	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	
Итого:		250	8,97	4,47	28,36	301,00	
ИТОГО за весь день:		1350	48,30	36,13	163,70	1359,19	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: пятница
Неделя: третья
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю Мосина Г.Т.



15 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный манный	200	5,96	5,46	17,08	141,60	94
2	Батон пшеничный с сыром	40,00	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Какао с молоком	180,00	3,67	3,19	15,82	107,00	397
Итого:		420	14,36	15,53	47,46	387,60	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Овощи по сезону	30	0,58	3,68	1,85	42,84	15
2	Суп с бобовыми	200	11,38	5,15	13,18	144,88	81
3	птица тушеная в соусе	120	13,24	14,58	5,62	225,00	301
4	Каша гречневая	160	4,13	3,22	29,15	162,28	168
4	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30,00	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		630	34,79	27,41	91,69	811,76	
Полдник							
1	Кондитерское изделие	40	5,46	4,29	37,71	211,40	
2	Чай	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	382
Итого:		220	10,68	8,79	45,27	303,40	
ИТОГО за день:		1450	60,37	52,09	213,76	1625,76	

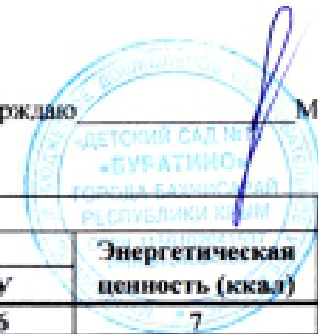
Медсестра

Самсонов Е.Н.

День: понедельник
Неделя: четвертая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.



16 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный рисовый	200	5,96	5,46	17,08	141,60	94
2	Батон пшеничный с маслом	30,00	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Чай	180	3,28	2,34	22,57	124,56	392
Итого:		410	11,38	14,40	52,44	385,16	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый	150,00	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Овощи по сезону	50	0,44	3,64	1,42	40,38	13
2	Суп карофельный	200	7,13	5,65	13,30	132,67	77
3	Макароны отварные	105,00	3,84	0,54	20,67	103,40	205
4	Птица тушенная	80	13,24	14,58	5,62	225,00	301
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	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		660	28,93	25,04	75,66	706,17	
Полдник							
1	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	215
2	Овощи по сезону	30	1,58	0,20	9,66	42,72	362
3	Чай	180,00	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого		310	9,22	13,68	21,37	240,72	
ИТОГО за весь день:		1530	50,07	53,48	178,81	1455,05	

Медсестра

 Самсоненко Е.Н.

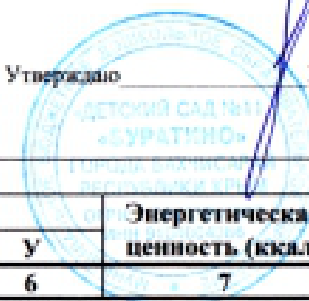
День: вторник

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.



17 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный ячневый	200	5,96	5,46	17,08	141,60	94
2	Батон пшеничный с маслом	25/5	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	395
Итого:		410	10,95	14,47	44,23	351,60	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100,00	0,54	0,36	29,34	123,00	
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Борщ с картофелем и капустой	200,00	6,69	3,69	7,74	91,17	57
2	Рыба запеченная с морковью и сыром	110	12,07	5,62	4,74	118,25	253
3	Рис	160,00	4,13	3,22	29,15	162,28	168
4	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	16,90	125,00	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30,00	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		680	27,17	13,16	83,52	658,70	
Полдник							
1	Запеканка из творога	100	17,76	12,10	18,37	253,00	237
2	Соус яблочный	30	0,02	0,02	5,10	20,79	362
3	Чай	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого		250	17,84	12,14	33,46	313,79	
ИТОГО за весь день:		1440	56,50	40,13	190,55	1447,09	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

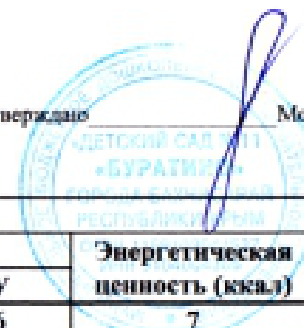
День: среда

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждено

Мосина Г.Т.



18 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный гречневый	200	5,96	5,48	17,08	141,00	94
2	Батон с маслом и сыром	40,00	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	кофейный напиток с молоком	180	2,86	2,41	14,36	91,00	395
Итого:		420	13,55	14,77	46,00	371,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый	150,00	0,54	0,36	29,34	123,00	399
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Суп рыбный	200	17,00	3,00	23,33	174,66	270
2	Котлета куриная	60,00	11,66	2,75	9,98	111,00	305
3	Рагу овощное	155,00	2,29	11,00	14,44	166,00	137
4	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		610	36,41	17,53	89,64	688,42	
Полдник							
1	Пирожки печенные	70	4,08	4,49	33,68	191,33	454
2	Молоко кипяченое	150,00	4,58	4,08	7,58	85,00	400
Итого		290	8,66	8,57	41,26	276,33	
ИТОГО за весь день:		1470	59,16	41,23	206,24	1458,75	

Медсестра

Самсоновко Е.Н.

День: четверг

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю

Мосина Г.Т.



19 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	Суп молочный овсяный	200	5,96	5,40	17,08	141,00	94
2	Батон пшеничный с маслом	30,00	2,14	6,60	12,79	119,00	1
3	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00	394
Итого:		410	10,77	14,34	44,18	349,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100,00	0,54	0,36	29,34	123,00	386
Итого:			0,54	0,36	29,34	123,00	
ОБЕД							
1	Борщ с картофелем	200	8,68	4,95	13,39	124,88	58
2	Мясо тушенное с овощами	220	21,71	16,50	15,00	296,00	274
3	Овощи по сезону	40	3,06	4,80	20,43	137,25	13
4	Хлеб пшеничный	20	2,76	0,35	16,90	74,76	
5	Хлеб ржано - пшеничный	30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	372
		670	38,91	27,03	90,71	794,89	
Полдник							
1	Макароны отварные с сыром	175,00	10,80	11,67	26,48	254,30	206
2	Чай	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого		250	10,86	11,69	36,47	294,30	
ИТОГО за весь день:		1430	61,08	53,42	200,70	1561,19	

Медсестра

Самсоненко Е.Н.

День: пятница

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждено

Мосина Г.Т.

20 день							
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1							
1	Каша жидкая молочная	200	4,74	4,50	29,11	178,30	185
2	Батон пшеничный с сыром	40,00	4,73	6,88	14,56	139,00	3
3	Чай	180	0,06	0,02	9,90	40,00	392
Итого:		400	9,53	11,40	53,57	357,30	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок фруктовый	150,00	1,50	0,50	21,00	95,00	399
Итого:			1,50	0,50	21,00	95,00	
ОБЕД							
1	Овощи по сезону	60	0,58	3,68	1,85	42,84	15
2	Суп с клецками	200	5,30	2,68	9,71	69,80	85
3	Рыба тушеная с овощами	110	10,28	4,93	3,05	111,37	247
4	Пюре картофельное	150	3,06	3,06	20,43	137,25	321
5	Хлеб ржано - пшеничный	30/30	2,31	0,42	0,00	60,30	
6	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:		710	21,92	14,78	60,03	523,26	
Полдник							
1	Кондитерское изделие	70	3,75	4,90	37,20	183,50	
2	Чай	180	0,06	0,02	9,90	40,00	392
Итого		250	3,81	4,92	47,10	223,50	
ИТОГО за весь день:		1510	36,76	41,60	195,60	1443,70	
ИТОГО за 20 дней:			1034,69	856,70	3656,74	28310,09	

Медсестра

Самсонов Е.Н.