

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Документ отриман на офіційний сайт: 23.simbds.ru  
Уповноважене лице – керівниця освітнього закладу:

Шмакова Наталія Андріївна

Діяльність: з 29.01.2025, 08:11

Діяльність до: до 24.04.2026, 08:11

Ключ підписи: 4F91B4F9E1D945D1B222478F10F97BA

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №23 "КОРАБЛИК"  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ  
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующий МБДОУ № 23**  
**"Кораблик" г. Симферополя**  
**Приказ № 21/01-13 от 01.03.2025г.**  
**\_\_\_\_\_ Н.А. Шмакова**

**Примерное циклическое двухнедельное меню  
(завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник)  
для воспитанников МБДОУ "Кораблик"**

Сезон: Весенне-Летнее

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

г. Симферополь, 2025г.

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
<i>Завтрак</i>								
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный гречневый	200	5,97	3,99	17,08	142,20	0,91	101
4	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	411
<b>Итого за прием</b>		<b>430</b>	<b>9,11</b>	<b>11,78</b>	<b>47,76</b>	<b>352,60</b>	<b>0,94</b>	
<i>Второй Завтрак</i>								
1	Напиток кисломолочный (ряженка)	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	420
<b>Итого за прием</b>		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>0,54</b>	
<i>Обед</i>								
1	Суп фасолевый	200	5,74	0,70	18,89	104,80	9,40	93
2	Рыба, тушеная с овощами	40/40	7,21	13,59	2,20	174,00	1,96	261
3	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	339
4	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	0,00	574
5	Компот из свежемороженых плодов	180	0,44	0,17	29,19	120,06	1,79	395
<b>Итого за прием</b>		<b>640</b>	<b>18,85</b>	<b>19,71</b>	<b>82,75</b>	<b>597,91</b>	<b>31,31</b>	
<i>Уплотненный полдник</i>								
1	Салат из моркови с яблоками	60	0,52	3,13	4,72	49,14	4,17	41
2	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40	234,00	0,25	245
3	Джем или повидло	20	0,08	0,00	13,00	52,40	0,10	86
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
5	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	419
<b>Итого за прием</b>		<b>390</b>	<b>27,05</b>	<b>20,92</b>	<b>52,95</b>	<b>507,74</b>	<b>6,98</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1640</b>	<b>60,23</b>	<b>56,91</b>	<b>191,02</b>	<b>1550,25</b>	<b>39,77</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
	<i>Завтрак</i>							
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с манной крупой	200	3,99	5,08	16,42	132,20	0,91	101
4	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	412
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>7,19</b>	<b>12,87</b>	<b>47,31</b>	<b>343,60</b>	<b>3,74</b>	
	<i>Второй Завтрак</i>							
1	Плоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,00	15,00	386
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>66,00</b>	<b>15,00</b>	
	<i>Обед</i>							
1	Бульон из кур или индеек	200	0,96	0,08	1,07	8,20	0,38	116
2	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	25	3,11	0,39	19,02	92,05	0,00	123
3	Оладьи (суфле) из печени по-кунцевски	80	13,60	12,24	11,20	298,40	5,36	357
4	Каша вязкая (пшеничная)	130	3,47	3,68	21,28	132,08	0,00	331
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
6	Компот из смеси сухофруктов	180	0,44	0,17	24,99	101,70	0,36	394
	<b>Итого за прием</b>	<b>655</b>	<b>24,78</b>	<b>17,16</b>	<b>93,60</b>	<b>714,83</b>	<b>6,10</b>	
	<i>Уплотненный полдник</i>							
1	Рагу овощное (1 вариант)	150	2,75	6,14	14,30	123,45	10,66	360
2	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	227
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
4	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	411
	<b>Итого за прием</b>	<b>400</b>	<b>10,17</b>	<b>11,00</b>	<b>39,33</b>	<b>296,65</b>	<b>10,69</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1635</b>	<b>42,74</b>	<b>41,63</b>	<b>194,94</b>	<b>1421,08</b>	<b>35,52</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
<i>Завтрак</i>								
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	101
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с пшеном	200	5,80	3,99	18,57	146,80	0,91	101
4	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	414
<b>Итого за прием</b>		<b>430</b>	<b>11,73</b>	<b>14,17</b>	<b>53,62</b>	<b>408,20</b>	<b>2,08</b>	
<i>Второй Завтрак</i>								
1	Сок плодово-ягодный	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,60	418
<b>Итого за прием</b>		<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,00</b>	<b>3,60</b>	
<i>Обед</i>								
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,35	0,05	0,95	6,00	6,00	70
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	8,23	63
3	Тефтели из говядины 2-ой вариант с соусом	80/40	8,14	9,04	10,37	155,00	0,45	304
4	Картофель отварной	130	2,48	3,74	19,94	123,37	1,82	336
5	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	0,00	574
6	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,68	79,00	90,00	417
<b>Итого за прием</b>		<b>710</b>	<b>15,43</b>	<b>17,46</b>	<b>72,17</b>	<b>507,17</b>	<b>106,50</b>	
<i>Уплотненный полдник</i>								
1	Макароны отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	0,14	220
2	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
3	Кондитерские изделия (Вафли)	30	1,17	9,18	18,75	162,30	0,00	580
4	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	411
<b>Итого за прием</b>		<b>390</b>	<b>12,80</b>	<b>19,45</b>	<b>66,21</b>	<b>490,50</b>	<b>0,17</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1710</b>	<b>40,86</b>	<b>51,08</b>	<b>210,18</b>	<b>1481,87</b>	<b>112,35</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
	<i>Завтрак</i>							
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с рисовой крупой	200	4,82	5,08	16,83	132,40	0,98	101
4	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	411
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>7,96</b>	<b>12,87</b>	<b>47,51</b>	<b>342,80</b>	<b>1,01</b>	
	<i>Второй Завтрак</i>							
1	Плоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,00	15,00	386
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>66,00</b>	<b>15,00</b>	
	<i>Обед</i>							
1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,60	6,03	82
2	Биточки рубленные из птицы	80	34,95	3,67	8,09	125,00	0,08	323
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	8,86	5,98	39,81	248,00	0,00	179
4	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	0,00	574
5	Кисель из вишни	180	0,13	0,20	24,73	99,72	1,65	396
	<b>Итого за прием</b>	<b>645</b>	<b>48,02</b>	<b>14,39</b>	<b>97,93</b>	<b>631,12</b>	<b>7,76</b>	
	<i>Уплотненный полдник</i>							
1	Запеканка из творога с манной крупой	100	17,54	12,05	17,15	247,00	0,24	251
2	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,40	0,20	471
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
4	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	11,33	45,56	3,14	412
	<b>Итого за прием</b>	<b>350</b>	<b>21,39</b>	<b>14,01</b>	<b>54,34</b>	<b>428,16</b>	<b>3,58</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1575</b>	<b>77,98</b>	<b>41,87</b>	<b>214,49</b>	<b>1468,08</b>	<b>27,35</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
<i>Завтрак</i>								
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Икра кабачковая для детского питания	60	0,72	2,82	4,62	47,00	4,50	57
3	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	0,15	229
4	Батон нарезной	30	2,25	0,39	15,42	78,30	0,00	576
5	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	416
<b>Итого за прием</b>		<b>365</b>	<b>14,24</b>	<b>27,11</b>	<b>37,50</b>	<b>455,30</b>	<b>6,08</b>	
<i>Второй Завтрак</i>								
1	Сок плодово-ягодный	180	0,54	0,36	29,34	123,00	3,60	418
<b>Итого за прием</b>		<b>180</b>	<b>0,54</b>	<b>0,36</b>	<b>29,34</b>	<b>123,00</b>	<b>3,60</b>	
<i>Обед</i>								
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,35	0,05	0,95	6,00	6,00	70
2	Суп картофельный с крупой (рис)	200	1,58	2,19	11,66	72,60	6,60	86
3	Жаркое по-домашнему	220	27,53	17,47	21,95	265,00	8,97	292
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
5	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
<b>Итого за прием</b>		<b>690</b>	<b>32,80</b>	<b>20,45</b>	<b>72,10</b>	<b>513,84</b>	<b>23,12</b>	
<i>Уплотненный полдник</i>								
1	Суп молочный с вермешелью	200	5,75	0,52	18,84	145,20	0,98	100
2	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
3	Булочка российская	50	3,52	4,01	27,76	160,83	0,01	457
4	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	412
<b>Итого за прием</b>		<b>460</b>	<b>11,67</b>	<b>4,79</b>	<b>71,56</b>	<b>417,23</b>	<b>3,81</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1695</b>	<b>59,25</b>	<b>52,71</b>	<b>210,49</b>	<b>1509,37</b>	<b>36,61</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
<i>Завтрак</i>								
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с пшеничной крупой	200	5,56	5,16	18,35	142,20	0,91	101
4	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	411
<b>Итого за прием</b>		<b>430</b>	<b>8,71</b>	<b>12,95</b>	<b>49,03</b>	<b>352,60</b>	<b>0,94</b>	
<i>Второй Завтрак</i>								
1	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	420
<b>Итого за прием</b>		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,20</b>	<b>90,00</b>	<b>1,26</b>	
<i>Обед</i>								
1	Суп картофельный с горохом луценым	200	4,39	4,22	13,06	107,80	4,65	87
2	Рыба, тушенная с овощами	40/40	7,21	13,59	2,20	174,00	1,96	261
3	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	339
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
5	Компот из свежемороженых плодов	180	0,44	0,17	29,19	120,06	1,79	395
<b>Итого за прием</b>		<b>650</b>	<b>18,30</b>	<b>23,38</b>	<b>80,93</b>	<b>621,51</b>	<b>26,56</b>	
<i>Уплотненный полдник</i>								
1	Салат из моркови	40	0,34	2,09	3,15	32,76	2,78	41
2	Салат из кукурузы (консервированной)	20	0,58	1,24	1,61	19,86	1,86	12
3	Вареники ленивые с сахаром	100/10	1,48	7,42	24,83	225,00	0,19	244
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
5	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,33	2,73	419
<b>Итого за прием</b>		<b>400</b>	<b>10,42</b>	<b>14,32</b>	<b>51,28</b>	<b>428,39</b>	<b>4,78</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1660</b>	<b>42,65</b>	<b>55,15</b>	<b>188,44</b>	<b>1492,50</b>	<b>33,54</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
	<i>Завтрак</i>							
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с манной крупой	200	3,99	5,08	16,42	132,20	0,91	101
4	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	414
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>9,92</b>	<b>15,26</b>	<b>51,47</b>	<b>393,60</b>	<b>2,08</b>	
	<i>Второй Завтрак</i>							
1	Плоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,00	1,50	386
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>66,00</b>	<b>1,50</b>	
	<i>Обед</i>							
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,35	0,05	0,95	6,00	6,00	70
2	Свекольник	200	1,86	3,78	8,26	74,60	6,32	98
3	Плов из говядины	210	17,14	19,15	36,37	386,40	0,92	330
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
5	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,68	79,00	90,00	417
	<b>Итого за прием</b>	<b>680</b>	<b>23,16</b>	<b>23,83</b>	<b>80,31</b>	<b>628,40</b>	<b>103,24</b>	
	<i>Уплотненный полдник</i>							
1	Рагу овощное (1 вариант)	150	2,75	6,14	14,30	123,45	10,66	360
2	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
3	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	124,50	0,00	582
4	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,44	0,03	411
	<b>Итого за прием</b>	<b>410</b>	<b>7,35</b>	<b>9,34</b>	<b>62,48</b>	<b>362,59</b>	<b>10,69</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1670</b>	<b>41,03</b>	<b>49,03</b>	<b>208,96</b>	<b>1450,59</b>	<b>117,51</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
<i>Завтрак</i>								
1	Бутерброды с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	0,11	3
2	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	0,15	229
3	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	416
4	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00	386
<b>Итого за прием</b>		<b>425</b>	<b>18,27</b>	<b>25,50</b>	<b>46,52</b>	<b>488,00</b>	<b>11,69</b>	
<i>Второй Завтрак</i>								
1	Сок плодово-ягодный	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3,00	418
<b>Итого за прием</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>15,15</b>	<b>63,33</b>	<b>3,00</b>	
<i>Обед</i>								
1	Суп картофельный с клецками (№128)	200	1,68	2,69	9,71	69,80	4,60	91
2	Котлета рубленные из птицы	80	1,56	3,89	13,46	151,00	0,14	322
3	Картофель, тушеный в соусе	130	2,79	8,11	20,18	164,67	9,46	144
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
5	Кисель из вишни	180	0,13	0,20	24,73	99,72	1,65	396
<b>Итого за прием</b>		<b>630</b>	<b>9,36</b>	<b>15,49</b>	<b>84,12</b>	<b>567,59</b>	<b>15,84</b>	
<i>Уплотненный полдник</i>								
1	Суп молочный с вермешелью	200	0,58	5,21	18,84	145,20	0,98	100
2	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	0,00	573
3	Булочка "Домашняя"	50	3,64	6,26	26,96	179,00	0,00	452
4	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	411
<b>Итого за прием</b>		<b>460</b>	<b>6,56</b>	<b>11,73</b>	<b>70,55</b>	<b>434,40</b>	<b>1,01</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1665</b>	<b>34,94</b>	<b>52,72</b>	<b>216,34</b>	<b>1553,32</b>	<b>31,54</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
	<i>Завтрак</i>							
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200	5,92	5,93	17,93	148,80	0,91	101
4	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	412
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>9,12</b>	<b>13,72</b>	<b>48,82</b>	<b>360,20</b>	<b>3,74</b>	
	<i>Второй Завтрак</i>							
1	Напиток кисломолочный (кефир)	180	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	420
	<b>Итого за прием</b>	<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,20</b>	<b>90,00</b>	<b>1,26</b>	
	<i>Обед</i>							
1	Щи из капусты с картофелем	200	1,39	3,91	6,79	67,80	14,77	73
2	Оладьи (суфле) из печени по-кунцевски	80	13,60	12,24	11,20	138,40	5,36	357
3	Каша вязкая (гречневая)	130	3,97	4,34	17,79	126,10	0,00	331
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
5	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	<b>Итого за прием</b>	<b>630</b>	<b>22,30</b>	<b>21,23</b>	<b>73,30</b>	<b>502,54</b>	<b>21,68</b>	
	<i>Уплотненный полдник</i>							
1	Тефтели рыбные тушеные	80/30	13,56	4,77	14,67	430,38	0,52	277
2	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,18	3,15	58,66	56,52	9,40	26
3	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	0,00	573
4	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,44	0,03	411
	<b>Итого за прием</b>	<b>410</b>	<b>17,85</b>	<b>8,26</b>	<b>104,11</b>	<b>624,94</b>	<b>9,95</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1650</b>	<b>54,50</b>	<b>47,71</b>	<b>233,43</b>	<b>1577,68</b>	<b>36,63</b>	

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			всего	всего				
	<i>Завтрак</i>							
1	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	6
2	Батон нарезной	40	3,00	0,52	20,56	104,40	0,00	576
3	Суп молочный с рисовой крупой	200	4,82	5,08	16,83	132,40	0,98	101
4	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	416
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>11,57</b>	<b>16,04</b>	<b>53,34</b>	<b>409,80</b>	<b>2,41</b>	
	<i>Второй Завтрак</i>							
1	Сок плодово-ягодный	150	0,45	0,30	24,45	102,50	3,00	418
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,45</b>	<b>0,30</b>	<b>24,45</b>	<b>102,50</b>	<b>3,00</b>	
	<i>Обед</i>							
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,35	0,05	0,95	6,00	6,00	70
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	6,60	82
3	Голубцы ленивые	160/30	16,77	10,74	24,06	260,06	2,41	315
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,00	574
5	Компот из смеси сухофруктов	180	0,44	0,17	24,99	101,70	0,36	394
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>22,90</b>	<b>13,82</b>	<b>79,75</b>	<b>533,96</b>	<b>15,37</b>	
	<i>Уплотненный полдник</i>							
1	Икра кабачковая для детского питания	60	0,72	2,82	4,62	47,00	4,50	57
2	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	0,15	229
3	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	0,00	574
4	Кондитерские изделия ( Пряники)	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00	581
5	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,44	0,03	411
	<b>Итого за прием</b>	<b>395</b>	<b>11,89</b>	<b>17,69</b>	<b>44,26</b>	<b>383,44</b>	<b>4,68</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1635</b>	<b>46,81</b>	<b>47,85</b>	<b>201,81</b>	<b>1429,71</b>	<b>25,46</b>	
	<i>Среднедневное значение за 10 дней</i>		<i>50,10</i>	<i>55,18</i>	<i>230,01</i>	<i>1659,38</i>	<i>45,65</i>	
	<i>Норма</i>		<i>48,60</i>	<i>54,00</i>	<i>235,00</i>	<i>1620,00</i>	<i>45,00</i>	
	<i>Процент выполняемости</i>		<i>103,1</i>	<i>102,2</i>	<i>97,9</i>	<i>102,4</i>	<i>101,4</i>	