

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «ПИРАМИДКА» Р.П.ТАТИЩЕВО ТАТИЩЕВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

П Р И К А З

13.01.2022

№ 4-од

р.п.Татищево

Об утверждении десятидневного меню

На основании Устава муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Пирамидка» р.п.Татищево Татищевского муниципального района Саратовской области», в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения», в целях организации сбалансированного рационального питания воспитанников в учреждении, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм и калорийности, а также осуществления контроля по организации питания п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить десятидневное меню для организации питания воспитанников муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Пирамидка» р.п.Татищево Татищевского муниципального района Саратовской области» для детей от 1,5 до 3 лет согласно приложению № 1, для детей от 3 до 7 лет согласно приложению № 2, .

2. Заведующим хозяйством муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Пирамидка» р.п.Татищево Татищевского муниципального района Саратовской области» Андреевой С.Н. и Кирыак Н.Ю. обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов, обеспечить выдачу продуктов питания согласно нового десятидневного меню и осуществлять постоянный контроль за условиями их хранения.

3. Поварам муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Пирамидка» р.п.Татищево Татищевского муниципального района Саратовской области» строго соблюдать выполнение десятидневного меню.

4. Членам бракеражной комиссии проводить контроль за технологией приготовления блюд, согласно технологическим картам.

5. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий МДОУ «Детский сад
«Пирамидка» р.п.Татищево Татищевского
муниципального района Саратовской области»

Г.А.Александрова



Приложение № 1
к приказу от 13.01.2022 № 4-од

Десятидневному меню для детей от 1,5 до 3 лет

ДЕНЬ 1

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» №208</i>			150	4.76	6.38	16.4	140.25
Хлопья овсяные	15	15					
молоко	113	113					
сахар	4	4					
Масло сливочное	2	2					
<i>Кофейный напиток на молоке (№295)</i>			150	3,64	4,10	18,1	120,6
кофейный напиток	1	1					
Сахар	10	10					
Молоко	113	113					
<i>Бутерброд с маслом(№3)</i>			/ 3	0,49	5,46	0,07	49,6
масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
<i>Суп –лапша на курином бульоне(№2.17)</i>			150	19.4	5.9	91.46	496.65
Морковь	4	2.6					
Лук	3.5	2					
Лапша							
Мука	10.5	10.5					
Яйца	1/5	1/5					
Картофель	40	32.5					
<i>Курица тушеная в томатном соусе(№7.8)</i>			65	6.89	8.85	2.4	97.43
Филе куриное	50	45					
Масло сливочное	3	3					
Лук	6	5					
Томатная паста	5	5					

Мука	0.9	0.9					
Сметана	2	2					
Морковь до 1.01	7.5	6					
С 1.01	8	6					
Картофельное пюре(№20)			120	2.6	4.2	15.8	111.5
Картофель	137.1	100.8					
Масло сливочное	3.6	3.6					
Молоко	19.2	19.2					
Компот из смеси с/ф (№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь сухофруктов	5	5					
Сахар	10	10					
Кислота лимонная	0.15	0.15					
Соленый огурец(№1.25)			45	0.38	0.07	1.61	8.05
Соленый огурец	50	45					
Хлеб ржаной (№60)			40	2.64	0.48	13.36	69.6
Хлеб пшеничный (№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
ПОЛДНИК							
Сок фруктовый (№11.2)			150	0.95	0.07	18.23	71.32
Булочка «Домашняя» (№89)			50	3.75	6.89	31.12	160,2
Мука	34	34					
Сахар	8	8					
Масло сливочное	5	5					
Масло растительное	1	1					
Яйцо	1/40	1/28					
Дрожжи	1	1					
Молоко	14.2	14.2					
УЖИН							
Суп молочный с крупой (№290)			150	4.32	4.97	13.71	117
Молоко	135	135					
Крупа рисовая	9	9					
Сахар	1.5	1.5					
Масло сливочное	0.75	0.75					
Чай с сахаром (№16)			150	0.1	0	4.8	19.6
Чай	0.4	0.4					
Сахар	5.2	5.2					
Хлеб пшеничный (№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				52.99	47.69	265.31	1626.45

ДЕНЬ 2

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная вязкая (№4.10)			150	4.66	5.6	18.82	144
Крупа манная	15	15					
Молоко	113	113					
Сахар	4	4					
Масло сливочное	2	2					
Чай с сахаром (№16)			150	0.1	0	4.8	19.6
Чай	0.4	0.4					
Сахар	5.2	5.2					
Бутерброд с сыром (№10.3)			20/3/4	2.81	4.49	10.98	100.3
сыр	4	4					
Масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
Щи из свежей капусты (№64)			150	1.17	3.38	4.11	59.02
Капуста белокочанная	39.38	31.5					
Картофель	25.2	18.9					
Морковь	9.92	7.88					
Лук репчатый	7.56	6.3					
Томатное пюре	1.58	1.58					
Масло растительное	3.15	3.15					
Сметана	9	9					
Котлеты из курицы (№32)			60	11.5	2.6	8.1	101.1
Куриная грудка (филе)	50.6	44.8					
Хлеб	7.4	7.4					
Молоко	10.3	10.3					
Масло подсолнечное	1.7	1.7					
Каша гречневая вязкая(№142)			120	3.62	3.95	17.58	122.56
Гречка	29	29					
Масло сливочное	2	2					
Икра морковная (№54)			30	0.7	2.1	3	33.9

Морковь	28.1	22.5					
Лук	6.8	5.4					
Томатная паста	8.4	8.4					
Масло подсолнечное	2.4	2.4					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб ржаной			40	2.64	0.48	13.36	69.6
Хлеб пшеничный			20	1.52	0.16	9.84	47
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое (№6.3)			150	4.58	4.08	7.58	85
Молоко	158	150					
Булочка «Веснушка» (№163)			50	4.05	3.21	29.72	163.87
Мука	35	35					
Сахар	3.58	3.58					
Дрожжи	1.08	1.08					
Масло сливочное	3.17	3.17					
Яйца	1/16	1.08					
Изюм	1.75	1.75					
УЖИН							
Винегрет овощной(№82)			180	2.6	21.6	13.6	260
Картофель	52.9	39.6					
Свекла	34.2	27					
Морковь	23.4	18					
Огурцы соленые	68.4	54					
Лук	32.4	27					
Масло растительное	9	9					
Чай с лимоном(№17)			150	0.1	0	4.9	20.4
Чай	0.4	0.4					
Лимон	5.6	5.2					
Сахар	5.2	5.2					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				41.65	50.87	174.85	1333.44

ДЕНЬ 3

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)

1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная(№49)			150	4.66	5.79	20.78	150.75
Крупа ячневая	19	19					
Молоко	113	113					
Сахар	4	4					
Масло сливочное	2	2					
Какао на молоке(№2)			150	3.8	4.1	11.8	99.2
Какао	1.5	1.5					
Сахар	6	6					
Молоко	120	120					
Бутерброд с сыром (№10.3)			20/3/4	2/81	4/49	10/98	100/3
сыр	4	4					
Масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
Борщ с фасолью и картофелем (№108)			150	2.29	3.08	9.71	75.68
Свекла	30	24					
Картофель	19.95	15					
Фасоль	6	6					
Капуста	30	16					
Морковь	7.5	6					
Лук	7.2	6					
Томатное пюре	4.5	4.5					
Масло растительное	3	3					
Плов с курицей(№89)			120	10.61	6.81	15.09	164
Куриная грудка	72.3	64					
Лук	5	4					
Томатная паста	6.4	6.4					
Рис	27.2	27.2					
Масло подсолнечное	4	4					
Морковь	8	6.4					
Икра кабачковая (№51)			45	0.54	2.12	3.47	14.4
Икра кабачковая	47	45					
Компот из с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб ржаной (№60)			20	2.64	0.48	13.36	69.6
Хлеб пшеничный (№29)			20	1.52	0.16	9.84	47

ПОЛДНИК							
<i>Кисель (№202)</i>			150	0	0	13.5	46.5
кисель			18				
сахар			5				
<i>Фрукты свежие(№25.1)</i>			95	0.4	0.3	10.3	47
УЖИН							
<i>Пирожок печеный с овощным фаршем (№74)</i>			60	3.87	4.32	24.4	162
Мука	28	28					
Сахар	1.7	1.7					
Масло сливочное	3	3					
Яйцо	1/13	1/13					
Дрожжи	1	1					
Молоко	7	7					
Фарш:							
Картофель	37	22					
Лук	4	3					
Масло растительное	0.7	0.7					
<i>Молоко кипяченое(№6.3)</i>			150	4.58	4.08	7.58	85
Молоко	158	150					
Итого за день				34.6	42.8	169.38	1379.90

ДЕНЬ 4

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша рисовая молочная(№4.6)</i>			150	2.32	3.96	24.08	14.2
Крупа рисовая	20	20					
Молоко	120	120					
масло сливочное	4	4					
Сахар	4	4					
<i>Чай с сахаром(№16)</i>			150	0.1	0	4.8	19.6
чай	0.4	0.4					
сахар	5.2	5.2					

Бутерброд с маслом(№3)			20/3	3/2	5/3	20/6	152/2
масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
Суп картофельный с бобовыми(№149)			150	2.292	4.465	9.927	100.515
Горох	12.1	12					
Картофель	49.9	37.5					
Морковь	7.5	6					
Лук	7.2	6					
Масло сливочное	3	3					
Картофельная запеканка из говядины(№87)			120	14.3	13.8	15.9	245.2
Говядина	75.9	67.2					
Яйцо	1/16	2.4					
Картофель	134.6	99					
Мука	2	2					
Масло сливочное	6	6					
Икра морковная(№54)			30	0.7	2.1	3	33.9
Морковь	28.1	22.5					
Лук	6.8	5.4					
Томатное пюре	8.4	8.4					
Масло подсолнечное	2.4	2.4					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной(№60)			40	2.64	0.48	13.36	69.6
ПОЛДНИК							
Кисломолочный напиток(№6.4)			150	4.35	4.8	6	88.5
Кисломолочный продукт	155	150					
Булочка «Домашняя»(№89)			50	3.75	6.89	31.12	160.2
Мука	34	34					
Сахар	8	8					
Масло сливочное	5	5					
Масло растительное	1	1					
Яйцо для смазки	1/40	1/28					
Дрожжи	1	1					
Молоко	14.2	14.2					

УЖИН							
<i>Макаронные изделия отварные с овощами(№204)</i>			100	3.56	4.64	20.97	135.33
Макароны	29	29					
Масло сливочное	5	5					
Морковь	19	14					
Лук	10	8					
Томатная паста	5	5					
<i>Чай с сахаром(№16)</i>			150	0.1	0	4.8	19.6
Сахар	5.2	5.2					
Чай	0.4	0.4					
<i>Хлеб пшеничный(№29)</i>			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				43.67	48.21	192.617	1300.695

ДЕНЬ 5

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша «Дружба»вязкая (№4.11)</i>			150	4.98	5.69	21.1	153
Крупа рисовая	10	10					
Крупа пшено	8	8					
Молоко	113	113					
Сахар	4	4					
Масло сливочное	2	2					
<i>Чай с лимоном(№17)</i>			150	0.1	0	4.9	20.4
Сахар	5.2	5.2					
Лимон	5.6	5.2					
Чай	0.4	0.4					
<i>Бутерброд с маслом(№3)</i>			20/3	3.2	5.3	20.6	152.2
Масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
<i>Суп «Полевой»(№2.18)</i>			150	7.71	7.32	15.3	166.6
Картофель	50	35					
Пшено	8	8					
Морковь	8	6					

Лук	10	8					
Масло растительное	1.5	1.5					
Ленивые голубцы со сметаной (№7.12)			150	16.4	4.8	19.9	188.8
Птица	61	45					
Мука	2.25	2.25					
Крупа рисовая	6	6					
Масло сливочное	3	3					
Яйцо	1/10	4					
Лук	12	10					
Капуста белокочанная	90	72					
Сметана	7.5	7.5					
Салат из репчатого лука(№102)			45	0.6	2.78	3.5	41.45
Лук	53.6	42.8					
Масло растительное	2.7	2.7					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной(№60)			20	2.64	0.48	13.36	69.6
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое (№6.3)			150	4.58	4.08	7.58	85
молоко	158	150					
Булочка «Веснушка»(№163)			50	4.05	3.21	29.72	163.87
Мука	35	35					
Сахар	3.58	3.58					
Дрожжи	1.08	1.08					
Масло сливочное	3.17	3.17					
Яйца	1/16	1.08					
Изюм	1.75	1.75					
УЖИН							
Чай с сахаром(№16)			150	0.1	0	4.8	19.6
Сахар	5.2	5.2					
Чай	0.4	0.4					
Рагу из овощей (№93)			150	1.9	3.4	8.5	72.2
Картофель	100	72					
Морковь	31	24					
Лук	14	12					
Капуста белокочанная	38	30					
Масло сливочное	6	6					
Хлеб			20	1.52	0.16	9.84	47

<i>пшеничный(№29)</i>						
<i>Хлеб ржаной (№60)</i>		20	2.64	0.48	13.36	69.6
Итого за день			43.64	42.65	202.25	1391.3

ДЕНЬ 6

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша манная молочная вязкая(№4.10)</i>			150	4.66	7.9	18.82	144
Крупа манная	15	15					
Молоко	113	113					
Сахар	4	4					
Масло сливочное	2	2					
<i>Чай с сахаром(№16)</i>			150	0.1	0	4.8	19.6
Сахар	5.2	5.2					
Чай	0.4	0.4					
<i>Бутерброд с маслом(№3)</i>			20/3	3.2	5.3	20.6	152.2
Масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
<i>Суп картофельный с макаронными изделиями(№2.6)</i>			150	1.61	1.7	10.2	62.8
Макаронны	12	12					
Картофель до 1.11	40	30					
С 1.11 по 31.12	43	30					
С 1.01 по 28.02	46	30					
С 1.03	50	30					
Морковь до 1.01	7.5	6					
С 1.01	8	6					
Лук	7.2	6					
Масло растительное	3	3					
<i>Капуста тушеная с мясом(№150)</i>			120	12.5	8.45	10.5	130.3
Капуста	114.6	91.7					
Птица	72.3	64					
Томатное пюре	4.8	4.8					
Лук	8	6.4					
Масло сливочное	6	6					

Масло растительное	0.3	0.3					
Морковь	4	3.2					
Мука	1	1					
Икра кабачковая(№51)			45	0.54	2.12	3.47	35.1
Икра кабачковая	47	45					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный (№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной(№60)			40	2.64	0.48	13.36	69.6
ПОЛДНИК							
Сок фруктовый(№11.2)			150	0.95	0.07	18.23	71.32
Сок	150	150					
Булочка «Домашняя» (№89)			50	3.75	6.89	31.12	160.2
Мука	34	34					
Сахар	8	8					
Масло сливочное	5	5					
Масло растительное	1	1					
Яйцо для смазки	1/40	1/28					
Дрожжи	1	1					
Молоко	14.2	14.2					
УЖИН							
Суп молочный с крупой(№290)			150	4.32	8.95	13.71	117
Молоко	135	135					
Крупа пшено	12	12					
Сахар	1.5	1.5					
Масло сливочное	0.75	0.75					
Напиток из шиповника(№97)			150	0.18	0.08	13.75	75
Шиповник	15	15					
Сахар	11	11					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				38.67	44.15	173.79	1198.99

ДЕНЬ 7

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8

ЗАВТРАК						
Каша гречневая молочная(№253)			170	5.93	8.86	21.25 189.02
Крупа ядрица	17	17				
Молоко	127.5	127.5				
Сахар	5.1	5.1				
Масло сливочное	5.1	5.1				
Чай с сахаром(№16)			150	0.1	0	4.8 19.6
Чай	0.4	0.4				
Сахар	5.2	5.2				
Бутерброд с сыром(№10.3)			20/3/4	2.81	7.49	10.98 100.3
Масло сливочное	3	3				
Сыр	4	4				
ОБЕД						
Свекольник (№276)			150	1.31	2.65	7.25 69.47
Свекла	48	38.4				
Морковь	7.5	6				
Лук	8.1	6.75				
Картофель	34.5	25.8				
Масло сливочное	3	3				
Томатное пюре	2	2				
Сметана	1.5	1.5				
Котлета из говядины (№13)			60	11	10.5	9.9 177
Хлеб	11.4	11.4				
Говядина	58.3	51.6				
Молоко	13.8	13.8				
Масло сливочное	4.2	4.2				
Макароны отварные (№10)			100	3.67	3.01	17.63 112
Макароны	32	32				
Масло сливочное	3.5	3.5				
Икра морковная(№54)			30	0.7	2.1	3 33.9
Морковь	28.1	22.5				
Лук	6.8	5.4				
Томатная паста	8.4	8.4				
Масло растительное	2.4	2.4				
Компот из с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57 70.65
Смесь с/ф	5	5				
Сахар	10	10				
Хлеб пшеничный (№29)			20	1.52	0.16	9.84 47
Хлеб ржаной(№60)			40	2.64	0.48	13.36 69.6
ПОЛДНИК						
Молоко кипяченое			150	4.58	4.08	7.58 85

Молоко	158	150					
Бутерброд с повидлом(№80)			20/5	1.18	0.94	15	73.2
Батон	20	20					
Повидло	5	5					
УЖИН							
Запеканка из творога(№74)			50	3.35	12.06	17.15	24.7
Творог	46.9	46					
Манка	3	3					
Сахар	4	4					
Яйца	1/20	2					
Масло сливочное	2	2					
Сметана	2	2					
Сгущенное молоко(№2.20)			15	10.5	5.9	15.7	136.6
Сгущенное молоко	15	15					
Чай с сахаром(№16)			150	0.1	0	4.8	19.6
Чай	0.4	0.4					
Сахар	5.2	5.2					
Итого за день				44.73	46.2	202.13	1402.99

ДЕНЬ 8

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Суп молочный с макаронными изделиями(№223)			150	4.39	4.36	14.99	116.25
Молоко	116	116					
Макаронные изделия	12	12					
Масло сливочное	0.75	0.75					
Сахар	1.5	1.5					
Чай с лимоном(№17)			150	0.1	0	4.9	20.4
Сахар	5.2	5.2					
Лимон	5.6	5.2					
Чай	0.4	0.4					
Бутерброд с сыром(№10.3)			20/3/4	2.81	7.49	10.98	100.3
Масло	3	3					
Сыр	4	4					

ОБЕД							
Рассольник(№2.19)			150	10.4	9.5	91.46	496.65
Картофель	60	53					
Лук	3.6	3					
Морковь	7.5	6					
Крупа перловая	6	6					
Огурцы соленые	10.1	9					
Сметана	9	9					
Масло растительное	3	3					
Жаркое по-домашнему(№95)			120	12	15.2	10.2	229.6
Картофель	84.7	62.3					
Говядина	68.5	60.6					
Томатная паста	3.9	3.9					
Лук	10.3	8.3					
Масло сливочное	3.9	3.9					
Салат из свеклы отварной(№15)			30	0.4	5.3	2.3	22.9
Свекла	35.6	28.5					
Масло растительное	1.5	1.5					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный (№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной(№60)			40	2.64	0.48	13.36	69.6
ПОЛДНИК							
Кисель (№202)			150	0	0	13.5	46.5
Кисель	18	18					
Сахар	5	5					
Фрукт (№25.1)			135	0.4	0.3	10.3	47
Фрукт	95						
УЖИН							
Блинчики с джемом(№56)			75/10	6.24	8.1	34	234
Джем	10	10					
Мука	32	32					
Яйцо	1/7	6					
Молоко	73	73					
Масло сливочное	3	3					
Масло растительное	3	3					
Молоко кипяченое(№6.3)			150	4.58	4.08	7.58	85
Молоко	158	150					
Итого за день				43.67	45.78	210.38	1313.87

ДЕНЬ 9

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле- воды(г)	Энерг. цен- ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша пшеничная молочная(№4.9)</i>			150	4.08	4.08	25.05	153
Крупа пшеничная	21	21					
Молоко	100	100					
Сахар	4	4					
Масло сливочное	4	4					
<i>Кофейный напиток на молоке(№295)</i>			150	2.837	2.474	15.57	92
Кофейный напиток	2.4	2.4					
Сахар	10	10					
Молоко	113	113					
<i>Бутерброд с маслом(№3)</i>			20/3	3/2	5/3	20/6	152/2
Масло	3	3					
ОБЕД							
<i>Суп рыбный из консервов(№55)</i>			150	5.8	3.3	7.66	85.55
Картофель	55.95	42					
Консервы	24	24					
Морковь	12	9.6					
Лук	5.7	4.8					
Крупа рисовая	3	3					
Масло сливочное	2.25	2.25					
<i>Котлеты из курицы(№32)</i>			60	11.5	2.6	8.1	101.1
Куриная грудка	50.6	44.8					
Хлеб	7.4	7.4					
Молоко	10.3	10.3					
Масло подсолнечное	1.7	1.7					
<i>Рис отварной (№243)</i>			120	2.99	4.89	30.09	180.56
Крупа рисовая	43.2	43.2					
Масло сливочное	5.4	5.4					
<i>Икра морковная (№54)</i>			30	0.7	2.1	3	33.9
Морковь	28.1	22.5					
Лук	6.8	5.4					
Томатная паста	8.4	8.4					

Масло подсолнечное	2.4	2.4					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной(№60)			40	2.64	0.48	13.36	69.6
ПОЛДНИК							
Кисломолочный напиток(№6.4)			150	4.35	4.8	6	88.5
Кисломолочный продукт	155	150					
Булочка «Домашняя»(№89)			50	3.75	6.89	31.12	160.2
Мука	34	34					
Сахар	8	8					
Масло сливочное	5	5					
Масло растительное	1	1					
Яйцо для смазки	1/40	1/28					
Дрожжи	1	1					
Молоко	14.2	14.2					
УЖИН							
Рагу из овощей (№93)			150	1.9	3.4	8.5	72.2
Картофель	100	72					
Морковь	31	24					
Лук	14	12					
Капуста	38	30					
Масло сливочное	6	6					
Чай с сахаром(№16)			150	0.1	0	4.8	19.6
Сахар	5.2	5.2					
Чай	0.4	0.4					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной (№60)			20	2.64	0.48	13.36	69.6
Итого за день				44.327	51.084	200.53	1470.16

ДЕНЬ 10

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность

							(ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша пшенная молочная(№1)			150	5.1	7.2	18.1	158.4
Крупа пшенная	15	15					
Молоко	130	130					
Сахар	2	2					
Масло сливочное	3	3					
Какао с молоком(№2)			150	3.8	4.1	11.8	99.2
Какао	1.5	1.5					
Молоко	120	120					
Сахар	6	6					
Бутерброд с маслом(№3)			20/3	3.2	5.3	20.6	152.2
масло сливочное	3	3					
ОБЕД							
Суп картофельный с клецками(№2.3)			150	3.12	4.26	11.45	89.44
Мука	6	6					
Масло сливочное	3.25	3.25					
Яйца	1/16						
Картофель	44	26					
Морковь	8	6					
Лук	7	6					
Рагу из курицы(№2.18)			120	12.5	8.45	10.5	130.3
Куриная грудка	56.3	49.8					
Лук	8.6	6.9					
Картофель	74.3	54.6					
Масло растительное	3. 6	3.6					
Морковь	14.2	11.4					
Томатное пюре	4.2	4.2					
Икра кабачковая(№51)			45	0.54	2.12	3.47	14.4
Икра кабачковая	47	45					
Компот из смеси с/ф(№184)			150	0.03	0	18.57	70.65
Смесь с/ф	5	5					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Хлеб ржаной(№60)			40	2.64	0.48	13.36	69.6
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое (№6.3)			150	4.58	4.08	7.58	85
Молоко	158	150					
Бутерброд с повидлом(№80)			20/5	4.05	3.21	29.72	163.87
Батон	20	20					

Повидло	8	8					
УЖИН							
<i>Рыба запеченная в омлете(№8.2)</i>			100	9.81	3.15	1.75	75
Минтай	90	85					
Мука	2	2					
Яйцо	1	0.25					
Молоко	6	6					
Масло сливочное	2	2					
<i>Чай с лимоном(№17)</i>			150	0.1	0	4.9	20.4
Чай	0.4	0.4					
Сахар	5.2	5.2					
Лимон	5.6	5.2					
<i>Хлеб пшеничный(№29)</i>			20	1.52	0.16	9.84	47
<i>Итого за день</i>				46.07	49.41	193.35	1409.49

Приложение № 2
К приказу от 13.01.2022 № 4-од

Десятидневному меню для детей от 3 до 7 лет.

ДЕНЬ 1

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «геркулес»</i>			200	6.35	8.51	21.86	187
Хлопья овсяные	20	20					
Молоко	150	150					
Сахар	5	5					
Масло сливочное	3	3					
<i>Кофейный напиток на молоке(№294)</i>			180	3.405	2.995	18.67	110.59
Кофейный напиток	3	3					
Сахар	12	12					
Молоко	135	135					
<i>Бутерброд с маслом(№3)</i>			30/4	3.6	5.4	23.1	155.3
Масло сливочное	4	4					
обед							
<i>Суп-лапша на курином бульоне(№2.17)</i>			250	21.4	10.84	152.44	827.75
Лук	15	12					
Морковь	15	12					
Картофель	60	53.4					
Мука	17.5	17.5					
Яйца	1/8	5					
<i>Курица тушеная в томатном соусе(№7.8)</i>			70	7.42	11.6	2.58	106
Филе куриное	55	50					
Масло сливочное	3	3					
Лук	6	5					
Томатная паста	5	5					
Мука	0.9	0.9					
Сметана	3	3					

Морковь	8	6					
Картофельное пюре(№20)			150	3.2	5.2	19.8	139.4
Картофель	171.4	126					
Масло сливочное	6.8	6.8					
Молоко	12.9	12.9					
Соленый огурец(№1.25)			60	0.57	0.11	2.42	12.08
Огурец	65	60					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	24.76	94.2
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			50	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Сок фруктовый(№11.2)			180	0.95	0.07	18.23	71.32
Сок	180	180					
Булочка « Домашняя»(№89)			70	5.25	9.65	43.57	224.3
Мука	47	47					
Сахар	10	10					
Масло сливочное	8	8					
Масло растительное	2	2					
Яйцо для смазки	1/20	1/4					
Дрожжи	1	1					
Молоко	19.9	19.9					
УЖИН							
Суп молочный с крупой(№290)			200	5.76	6.63	18.28	156
Молоко	180	180					
Крупа рисовая	12	12					
Сахар	2	2					
Масло сливочное	1	1					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Сахар	7	7					
Чай	1	1					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				56.47	56.425	271.09	1859.54

ДЕНЬ 2

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-

							НОСТЬ (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная(№4.10)			200	6.21	7.47	25.09	192
Крупа манная	20	20					
Молоко	150	150					
Сахар	5	5					
Масло сливочное	3	3					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Бутерброд с сыром(№10.3)			30/4/6	6.45	7.27	17.77	162.25
Сыр	6	6					
Масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
Щи из свежей капусты с картофелем(№64)			250	1.88	5.39	6.78	95.49
Капуста белокочанная	62.5	50					
Картофель	40	30					
Морковь	15.75	12.5					
Лук	12	10					
Томатное пюре	2.5	2.5					
Масло растительное	5	5					
Сметана	10	10					
Котлеты из курицы(№32)			75	14.4	3.2	10.1	126.4
Куриная грудка	63.3	56					
Хлеб	9.3	9.3					
Молоко	12.9	12.9					
Масло растительное	2.1	2.1					
Каша гречневая вязкая (№142)			150	4.53	4.94	21.98	153.2
Гречка	37	37					
Масло сливочное	3	3					
Икра морковная(№54)			60	1.2	4.2	6	68
Томатная паста	16.8	16.8					
Лук	13.5	10.8					
Морковь	56.2	45					
Масло подсолнечное	4.8	4.8					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					

Сахар	10	10					
<i>Хлеб пшеничный(№29)</i>			30	2.28	0.24	14.76	70.5
<i>Хлеб ржаной(№60)</i>			50	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
<i>Молоко кипяченое(№6.3)</i>			180	5.48	4.88	9.07	102
Молоко	189	180					
<i>Булочка «Веснушка»(№163)</i>			60	4.86	3.85	35.66	196.64
Мука	42	42					
Сахар	4.3	4.3					
Дрожжи	1.3	1.3					
Масло сливочное	3.8	3.8					
Яйцо	1/10	1.3					
Изюм	2.1	2.1					
УЖИН							
<i>Винегрет овощной(№82)</i>			200	2.6	21.6	13.6	260
Картофель	58.8	44					
Свекла	38	30					
Морковь	26	20					
Огурцы соленые	76	60					
Лук	36	30					
Масло растительное	10	10					
<i>Чай с лимоном(№17)</i>			200	0.3	0	6.7	27.9
Сахар	7	7					
Лимон	7.5	7					
Чай	1	1					
<i>Хлеб пшеничный(№29)</i>			20	1.52	0.16	9.84	47
<i>Итого за день</i>				52.27	59.18	230.16	1798.5

ДЕНЬ 3

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша ячневая молочная(№49)</i>			200	6.64	7.59	28.13	204
Крупа ячневая	25	25					

Молоко	150	150					
Сахар	5	5					
Масло сливочное	3	3					
Какао с молоком (№2)			180	4.4	4.8	15.4	122.1
Какао	2	2					
Сахар	9	9					
Молоко	137	137					
Бутерброд с сыром(№10.3)			30/4/6	6.45	7.27	17.77	162.25
Сыр	6	6					
Масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
Борщ с фасолью и картофелем(№108)			250	3.83	5.13	16.19	148.14
Свекла	50	40					
Картофель	33.25	25					
Фасоль	10	10					
Морковь	12.5	10					
Капуста	60	45					
Лук	12	10					
Томатная паста	7.5	7.5					
Масло растительное	5	5					
Плов с курицей(№89)			150	14.12	9.04	20.26	245
Куриная грудка	90.4	80					
Лук	6.3	5					
Морковь	10	8					
Рис	34	34					
Масло подсолнечное	5	5					
Томатная паста	8	8					
Икра кабачковая(№51)			60	0.72	2.83	4.63	46.8
Икра кабачковая	63	60					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			50	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Кисель (№202)			200	0.95	0.07	18.23	71.32
Кисель	24	24					
Сахар	5	5					
Фрукты и ягоды свежие(№25)			100	1.5	0.5	21	95
Бананы	167	100					

УЖИН							
<i>Пирожок печеный с овощным фаршем(№74)</i>			70	4.51	5.04	28.47	267
Мука	32	32					
Сахар	2	2					
Масло сливочное	4	4					
Яйцо	1/10	4					
Дрожжи	1.2	1.2					
Молоко	8	8					
Картофель	42	25					
Лук	5	4					
Масло растительное	0.8	0.8					
<i>Молоко кипяченое(№6.3)</i>			180	5.48	4.88	9.07	189
Молоко	189	180					
Итого за день				55.76	61.65	261.89	1823.76

ДЕНЬ 4

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша рисовая молочная(№4.6)</i>			200	3.09	4.07	32.09	177
Рис	25	25					
Молоко	150	150					
Сахар	5	5					
Масло сливочное	5	5					
<i>Чай с сахаром(№16)</i>			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
<i>Бутерброд с маслом(№3)</i>			30/4	3.6	5.4	23.1	155.3
Масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
<i>Суп картофельный с бобовыми(№149)</i>			250	2.292	4.465	9.927	100.515
Горох	16.2	16					
Картофель	30.8	20					
Морковь	10	8					
Лук	9.6	8					

Масло сливочное	4	4					
Картофельная запеканка с говядиной (№87)			150	17.6	17.3	19.9	306.5
Говядина	94.9	84					
Яйцо	1/10	3					
Картофель	168.3	123.8					
Масло сливочное	7.5	7.5					
Икра морковная(№54)			60	1.2	4.2	6	68
Морковь	56.2	45					
Томатная паста	16.8	16.8					
Лук	13.5	10.8					
Масло подсолнечное	4.8	4.8					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			50	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Кисломолочный напиток(№6.4)			180	5.22	5.76	7.2	106.2
Кисломолочный продукт	189	180					
Булочка « Домашняя» (№89)			70	5.25	9.65	43.57	224.3
Мука	47	47					
Сахар	10	10					
Масло сливочное	8	8					
Масло растительное	2	2					
Яйцо для смазки	1/20	1/4					
Дрожжи	1	1					
Молоко	19.9	19.9					
УЖИН							
Макаронные изделия отварные с овощами(№204)			150	5.34	6.96	31.45	203
Макароны	44	44					
Морковь	28	21					
Масло сливочное	8	8					
Лук	15	13					
Томатная паста	8	8					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8

Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				56.6	59.775	262.4	1817.795

ДЕНЬ 5

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша «Дружба» молочная (№4.11)			200	6.64	7.59	28.13	204
Крупа рисовая	13	13					
Крупа пшено	10	10					
Молоко	150	150					
Сахар	5	5					
Масло сливочное	3	3					
Чай с лимоном(№17)			200	0.3	0	6.7	27.9
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Лимон	7.5	7					
Бутерброд с маслом(№3)			30/4	3.6	5.4	23.1	155.3
Масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
Суп «Полевой»(№2.18)			250	8.54	9	21.8	202
Картофель	80	56					
Пшено	10	10					
Морковь	13	10					
Лук	12	10					
Масло растительное	2.5	2.5					
Голубцы ленивые со сметаной (№7.12)			200	20.5	6	24.9	236
Птица	81	60					
Мука	3	3					
Крупа рисовая	23	23					
Масло сливочное	4	4					
Яйцо	1/8	5					

Капуста	121	96					
Лук	16	13					
Сметана	10	10					
Салат из репчатого лука(№102)			60	0.8	3.71	4.67	55.26
Лук	71.4	57					
Масло растительное	3.6	3.6					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	24.76	94.2
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной (№60)			30	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое (№6.3)			180	5.48	4.88	9.07	102
Молоко	189	180					
Булочка « Веснушка»(№163)			60	4.86	3.85	35.66	196.64
Мука	42	42					
Дрожжи	1.3	1.3					
Масло сливочное	3.8	3.8					
Яйцо	1/10	1.3					
Сахар	4.3	4.3					
Изюм	2.1	2.1					
УЖИН							
Рагу из овощей (№93)			180	2.23	4.04	10.16	86.67
Картофель	120	86					
Морковь	37	29					
Лук	17	14					
Капуста	45	36					
Масло сливочное	7	7					
Чай с сахаром (№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Хлеб пшеничный (№29)			20	2.28	0.24	14.76	70.5
Итого за день				56.4	61.43	281.85	1851.76

ДЕНЬ 6

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)

1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная вязкая(№4.10)			200	6.21	7.47	25.09	192
Крупа манная	20	20					
Молоко	150	150					
Масло сливочное	3	3					
Сахар	5	5					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Бутерброд с маслом (№3)			30/4/	6.45	7.27	17.77	162.25
масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями (№2.6)			200	2.68	2.83	17.14	104.7
Макароны	22	22					
Картофель до 1.11	67	50					
С 1.11 по 31.12	71	50					
С 1.01 по 28.02	77	50					
С 1.03	83	50					
Морковь до 1.01	12.5	10					
С 1.01	13	10					
Лук	12	10					
Масло растительное	5	5					
Капуста тушеная с мясом (№150)			150	16.5	16.5	10	254.6
Птица	90.4	80					
Капуста	143.3	114.6					
Томатная паста	5.3	5.3					
Лук	10	8					
Морковь	5	4					
Масло сливочное	7.5	7.5					
Масло растительное	4.5	4.5					
Мука	1	1					
Икра кабачковая(№51)			60	0.72	2.83	4.63	46.8
Икра кабачковая	63	60					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	24.76	94.2
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный (№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			30	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							

Сок фруктовый(№11.2)			180	0.95	0.07	18.23	71.32
Сок	180	180					
Булочка «Домашняя» (№89)			70	5.25	9.65	43.57	224.3
Мука	47	47					
Сахар	10	10					
Масло сливочное	8	8					
Масло растительное	2	2					
Яйцо для смазки	1/20	1/4					
Дрожжи	1	1					
Молоко	19.9	19.9					
УЖИН							
Суп молочный с крупой(№290)			200	5.76	6.63	18.28	156
Молоко	180	180					
Крупа пшено	16	16					
Сахар	2	2					
Масло сливочное	1	1					
Напиток из шиповника(№97)			200	0.24	0.1	18.33	200
Шиповник	20	20					
Сахар	15	15					
Хлеб пшеничный(№29)			20	1.52	0.16	9.84	47
Итого за день				55.34	60.4	254.57	1802.65

ДЕНЬ 7

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша гречневая молочная жидкая(№253)			200	6.98	10.42	25	222.38
Крупа гречневая	20	20					
Молоко	150	150					
Сахар	6	6					
Масло сливочное	6	6					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					

Бутерброд с сыром (№10.3)			30/4/6	3.6	5.4	23.1	155.3
масло сливочное	4	4					
Сыр	6	6					
ОБЕД							
Свекольник(№276)			250	2.18	4.41	12.09	115.78
Свекла	80	64					
Морковь	12.5	10					
Лук	13.5	11.25					
Картофель	57.5	43					
Масло сливочное	5	5					
Томатная паста	3.25	3.25					
Котлета из говядины (№13)			75	13.7	13.1	12.4	221.3
Хлеб	14.3	14.3					
Говядина	72.9	64.5					
Молоко	17.3	17.3					
Масло сливочное	5.3	5.3					
Макароны отварные (№10)			150	5.5	4.57	26.44	168
Макароны	49	49					
Масло сливочное	5	5					
Икра морковная(№54)			60	1.2	4.2	6	68
Морковь	56.2	45					
Томатная паста	16.8	16.8					
Лук	13.5	10.8					
Масло подсолнечное	4.8	4.8					
Компот из с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
хлеб ржаной (№60)			30	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое (№6.3)			180	5.48	4.88	9.07	102
Молоко	189	180					
Бутерброд с повидлом (№80)			30/8	2.32	0.24	20.08	92
Повидло	8	8					
УЖИН							
Запеканка из творога(№74)			100	17.54	12.06	17.15	247
Творог	93.8	92					
Сахар	8	8					
Яйца	1/10	4					
Крупа манная	6	6					

Масло сливочное	4	4					
Сметана	4	4					
Сгущенное молоко(№2.20)			20	15.3	9.84	25.6	254.3
Сгущенное молоко	20	20					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Итого за день				57.34	58.24	263.51	1890.56

ДЕНЬ 8

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Суп молочный с макаронными изделиями(№223)			200	5.85	5.81	19.99	155
Молоко	154	154					
Макароны	16	16					
Масло сливочное	1	1					
Сахар	2	2					
Чай с лимоном(№17)			200	0.3	0	6.7	27.9
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Лимон	7.5	7					
Бутерброд с сыром(№10.3)			30/4/6	6.45	7.27	17.77	162.25
Масло сливочное	4	4					
Сыр	6	6					
ОБЕД							
Рассольник (№2.19)			250	32.39	9.84	152.44	827.75
Картофель	75	68					
Лук	6	5					
Морковь	12.5	10					
Крупа перловая	10	10					
Огурцы соленые	16.75	15					
Сметана	11	11					
Жаркое по-домашнему (№95)			150	15	14	12.8	238.4
Картофель	105.9	77.9					

Морковь	5	4					
Говядина	85.6	75.8					
Томатная паста	4.9	4.9					
Лук	12.9	10.4					
Масло сливочное	4.9	4.9					
Салат из свеклы отварной(№15)			60	0.8	2.7	4.6	45.6
Свекла	71.2	57					
Масло подсолнечное	3	3					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный (№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной (№60)			30	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Кисель (№202)			200	0	0	18	60
Кисель	24	24					
Сахар	5	5					
Фрукты и ягоды свежие(№25)			100	1.5	0.5	21	95
Банан	100	100					
УЖИН							
Блинчики с повидлом (№56)			75/10	6.24	8.1	34.31	234
Мука	32	32					
Сахар	2	2					
Яйцо	1/7	6					
Молоко	73	73					
Масло сливочное	3	3					
Масло растительное	3	3					
Повидло	10	10					
Молоко кипяченое (№6.3)			180	5.48	4.88	9.07	102
Молоко	189	180					
Итого за день				55.3	61.67	268.34	1932

УЖИН

ДЕНЬ 9							
Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход(г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле- воды(г)	Энерг. цен- ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							

Химический состав

Каша пшеничная молочная(№4.9)			200	6.44	7.53	33.38	193
Крупа пшеничная	33	33					
Молоко	130	130					
Сахар	5	5					
Масло сливочное	5	5					
Кофейный напиток на молоке(№294)			180	3.405	2.995	18.67	110.59
Кофейный напиток	3	3					
Сахар	12	12					
Молоко	135	135					
Бутерброд с маслом(№3)			30/4	3.6	5.4	23.1	155.3
Масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
Суп рыбный из консервов(№55)			250	9.67	5.49	12.77	142.58
Консервы	40	40					
Картофель	93.25	70					
Морковь	20	16					
Лук	9.5	8					
Крупа рисовая	5	5					
Масло сливочное	3.75	3.75					
Котлеты из курицы (№32)			75	14.4	3.2	10.1	126.4
Курица	63.3	56					
Хлеб	9.3	9.3					
Молоко	12.9	12.9					
Масло растительное	2.1	2.1					
Рис отварной(№243)			150	3.74	6.11	37.61	225.7
Крупа рисовая	54	54					
Масло сливочное	6.75	6.75					
Икра морковная(№54)			60	1.2	4.2	6	68
Томатная паста	16.8	16.8					
Лук	13.5	10.8					
Морковь	56.2	45					
Масло подсолнечное	4.8	4.8					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			30	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Кисломолочный напиток(№6.4)			180	5.22	5.76	7.2	106.2
Кисломолочный продукт	185	180					

Булочка «Домашняя»(№89)			70	5.25	9.65	43.57	224.3
Мука	47	47					
Сахар	10	10					
Масло сливочное	8	8					
Масло растительное	2	2					
Яйцо для смазки	1/20	1/4					
Дрожжи	1	1					
Молоко	19.9	19.9					
УЖИН							
Рагу из овощей(№93)			180	2.23	4.04	10.16	87.67
Картофель	120	86					
Морковь	37	29					
Лук	17	14					
Капуста	45	36					
Масло сливочное	7	7					
Чай с сахаром(№16)			200	0.2	0	6.5	26.8
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
Хлеб пшеничный (№29)			20	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			20	3.3	0.6	16.7	87
Итого за день				56.435	66.545	270.77	1949.85

ДЕНЬ 10

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки(г)	Жиры(г)	Угле-воды(г)	Энерг. цен-ность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша пшенная молочная жидкая(№1)			200	6.5	7.8	23.1	188.4
Пшено	20	20					
Молоко	145	145					
Сахар	3	3					
Масло сливочное	3	3					
Какао с молоком(№2)			180	4.4	4.8	15.4	122.1
Какао	2	2					

Сахар	9	9					
Молоко	137	137					
Бутерброд с маслом(№3)			30/4	3.6	5.4	23.1	155.3
Масло сливочное	4	4					
ОБЕД							
Суп картофельный с клецками_№2.3)			250	4.16	5.68	15.27	119.34
Мука	8	8					
Масло сливочное	3.25	3.25					
Яйца	2.5	2.5					
Картофель	58	35					
Морковь	10	7					
Лук	9	7					
Рагу из курицы (№2.18)			150	15.6	5.3	13.1	162.9
Курица	70.4	62.3					
Лук	10.8	8.6					
Картофель	92.9	68.3					
Масло подсолнечное	4.5	4.5					
Мука	0.9	0.9					
Морковь	17.8	14.3					
Томатная паста	5.3	5.3					
Икра кабачковая(№51)			60	0.72	2.83	4.63	46.8
Икра кабачковая	63	60					
Компот из смеси с/ф(№184)			180	0.04	0	22.28	84.78
Смесь с/ф	8	8					
Сахар	10	10					
Хлеб пшеничный(№29)			30	2.28	0.24	14.76	70.5
Хлеб ржаной(№60)			50	3.3	0.6	16.7	87
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое (№6.3)			180	5.48	4.88	9.07	189
Молоко	189	180					
Бутерброд с повидлом(№80)			30/8	2.32	0.24	20.08	92
Повидло	8	8					
УЖИН							
Рыба запеченная в омлете(№8.2)			200	11.11	3.82	2.24	82
Минтай	103	98					
Масло сливочное	2.6	2.6					
Мука	2.6	2.6					
яйцо	1	45					
Молоко	7	7					

<i>Чай с лимоном(№17)</i>			200	0.3	0	6.7	27.9
Чай	1	1					
Сахар	7	7					
лимон	7.5	7					
<i>Хлеб пшеничный(№29)</i>			20	1.52	0.16	9.84	47
<i>Итого за день</i>				58.1	61.25	245.96	1760.26