ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D0B3A0A9A9A3B63D0D8B6D1B93171C
Владелец: Жмогидорова Анжелика Николаевна
Действителен: с 25.12.2022 до 17.03.2024

Меню приготавливаемых блюд для воспитанников от1,5 до 3-х лет(**)

2 неделя **День – 1** **Завтрак**	Каша пшеничная жидкая. Кофейный напиток (с сахаром). Хлеб пшеничный. Сыр (порциями).	150 180 30 10	1,65 2,34 2,28 3,48	3,3 1,99 0,27 4,43	10,28 10,64 14,01 -	78,0 70,01 64,08 54,0	1,27 0,98 - 0,11	182 414 7
Всего:		**370**	**9,75**	**9,99**	**34,93**	**266,09**	**2,36**	
Обед	Суп с мучными клёцками. Голубцы ленивые. Компот из сушёных фруктов (изюм). Хлеб ржаной.	150 130 150 40	0,9 7,8 0,33 2,64	1,73 6,96 0,02 0,48	4,17 8,87 20,9 13,68	36,0 122,5 84,75 66,16	1,59 14,4 0,3 -	394
Всего:		**470**	**11,67**	**9,19**	**47,62**	**309,41**	**18,47**	
Полдник	Пудинг из творога (запечённый). Сгущённое молоко. Чай без сахара.	130 10 150	19,68 0,72 0	13,99 0,85 0	31,63 5,6 0	331,5 32 0	0,28 0,1 0	249 411
Всего:		**290**	**20,4**	**14,84**	**37,23**	**363,5**	**0,38**	
Итого за день:			**42,82**	**34,02**	**119,78**	**939,0**	**19,03**	
День – 2	Каша ячневая	150	3,97	4,30	19,76	131,0	1,29	182

Завтрак	молочная жидкая. Какао с молоком. Хлеб пшеничный. Печенье.	 180 30 25	 3,15 2,28 1,9	 3,62 0,27 2,95	 17,3 14,04 18,6	 118,7 64,08 109,0	 1,6 -	 416
Всего:		**385**	**11,30**	**11,14**	**69,67**	**422,78**	**2,89**	
Обед	Суп картофельный с бобовыми. Гуляш из отварного мяса. Каша гречневая рассыпчатая. Компот из сушёных фруктов (смесь). Хлеб ржаной.	150 60/30 130 150 40	3,08 7,73 7,28 0,02 2,64	3,21 6,11 4,52 0,02 0,48	9,68 1,97 30,11 27,8 13,68	79,95 93,8 193,44 113,0 66,16	3,5 0,4 - 0,4 -	87 293 179 394
Всего:		**560**	**21,06**	**14,34**	**75,53**	**518,1**	**4,2**	
Полдник	Суп молочный с крупой (рисовый). Чай с лимоном. Хлеб пшеничный.	130 150 20	3,14 0,11 1,52	4,60 0,015 0,18	10,95 8,51 9,34	99,06 34,17 42,72	0,60 2,36 -	101 412
Всего:		**300**	**4,77**	**4,79**	**28,8**	**175,95**	**2,96**	
Итого за день:			**37,13**	**30,27**	**174,03**	**1116,83**	**10,05**	
День – 3 **Завтрак**	Каша рисовая молочная жидкая. Кофейный напиток (с молоком).	150 180	4,37 2,34	5,63 1,99	24,48 10,64	166,5 70,01	0,49 0,98	199 414

	Хлеб пшеничный. Масло (порциями).	30 5	2,28 0,04	0,27 3,63	14,01 0,09	64,08 33,0	- -	
Всего:		**365**	**9,03**	**11,52**	**49,22**	**333,59**	**1,47**	
Обед	Суп картофельный с крупой (хлопья овсяные «Геркулес»). Биточки рыбные запечённые. Пюре картофельное. Компот из сушёных фруктов (смесь). Хлеб ржаной.	150 60 130 150 40	1,5 8,02 2,65 0,33 2,64	1,68 2,89 4,16 0,02 0,48	10,2 5,99 17,72 20,9 13,68	61,95 81,0 162,28 84,75 66,16	4,95 0,26 15,75 0,3 -	86 271 339 394
Итого:		**520**	**15,14**	**9,23**	**68,49**	**456,14**	**21,26**	
Полдник	Пудинг манный. Сгущённое молоко. Чай без сахара.	130 10 150	4,52 0,72 0	7,62 0,85 0	42,4 5,6 0	206,53 32 0	0,04 0,01 0	209 413
Всего:		**300**	**5,24**	**8,47**	**48**	**238,53**	**0,05**	Из табл.
Итого за день:			**29,41**	**29,22**	**165,71**	**1028,26**	**22,78**	
День – 4 **Завтрак**	Каша гречневая молочная жидкая. Кофейный	150	5,24	7,82	18,75	166,79	0,68	199

	напиток (с сахаром). Хлеб пшеничный. Яйца варёные.	180 30 40	2,34 2,28 5,08	1,99 0,27 4,6	10,64 14,01 0,28	70,01 64,08 63,0	0,98 - -	414
Всего:		**400**	**14,94**	**14,68**	**43,68**	**362,88**	**1,66**	
Обед	Рассольник ленинградский. Макаронные изделия отварные с маслом. Кнели куриные с рисом. Компот из сушёных фруктов (курага). Хлеб ржаной.	150 130 60 150 40	1,98 4,76 17,06 0,33 2,64	3,24 3,66 14,14 0,02 0,48	10,76 22,88 5,3 20,9 13,68	78,6 162,53 217,0 143,43 66,16	4,81 - 0,03 0,3 -	82 219 329 394
Всего:		**530**	**26,77**	**21,54**	**73,52**	**667,72**	**5,14**	
Полдник	Суп молочный с крупой (пшённой) Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	130 150 20	3,14 0,05 1,52	3,30 0,015 0,18	10,95 6,99 9,34	76,06 28,01 42,72	0,60 0,015 -	101 411
Всего:		**300**	**4,71**	**3,41**	**27,28**	**146,79**	**0,61**	
Итого за день:			**46,42**	**39,71**	**144,48**	**1178,39**	**7,41**	
День – 5 **Завтрак**	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая. Какао с молоком. Хлеб пшеничный.	150 180 30	5,0 3,15 2,28	8,25 2,72 0,27	16,98 12,98 14,01	162,33 89,03 64,08	0,68 1,2 -	199 416

	Сыр (порциями).	10	2,32	2,95	-	36,0	0,07	7
Всего:		**370**	**12,75**	**14,19**	**43,97**	**351,44**	**1,95**	
Обед	Борщ с капустой и картофелем. Плов из птицы или говядины. Компот из сушёных фруктов (изюм). Хлеб ржаной.	150 150 150 40	1,1 15,0 0,33 2,64	2,94 13,86 0,02 0,48	7,65 26,0 20,9 13,68	61,5 285,0 84,75 66,16	6,17 0,39 0,3 -	63 321 394
Всего:		**490**	**19,07**	**17,3**	**68,23**	**497,41**	**6,86**	
Полдник	Ватрушки. Йогуртовый напиток «Снежок» (Кефир) Фрукты свежие (груша, яблоко, банан).	50 150 95	6,58 4,35 0,38	3,91 3,75 0,38	20,84 6,3 9,31	96,20 36,01 41,8	0,03 0,2 9,5	441 420 386
Всего:		**295**	**11,31**	**8,04**	**36,45**	**174,01**	**9,23**	
Итого за день:			**43,13**	**39,53**	**148,65**	**1022,86**	**18,04**	
Итого за 10 дней			**38,59**	**33,28**	**150,63**	**1055,55**	**16,76**	

Меню приготавливаемых блюд для воспитанников от 3-х до 7 лет(**)

2 неделя **День – 1** **Завтрак**	Каша пшеничная жидкая. Кофейный напиток (с сахаром). Хлеб пшеничный. Сыр (порциями).	200 200 30 15	5,32 3,12 2,28 3,48	5,2 2,66 0,27 4,43	32,66 14,18 14,01 -	198,7 93,34 64,08 54,0	- 1,3 - 0,11	182 414 - 7
Всего:		**445**	**14,2**	**12,56**	**60,85**	**410,12**	**1,41**	
Обед	Суп с клёцками. Голубцы ленивые. Компот из сушёных фруктов (курага). Хлеб ржаной.	200 200 200 40	1,2 12,0 0,44 2,64	2,3 10,7 0,02 0,48	5,56 13,65 27,8 13,68	148,0 188,5 113,0 66,16	2,12 22,1 0,4 -	155 465 394 -
Всего:		**640**	**16,28**	**13,5**	**60,69**	**515,66**	**24,62**	
Полдник	Пудинг из творога (запечённый). Сгущённое молоко. Чай без сахара.	150 20 200	22,71 1,44 0	16,14 1,7 0	36,5 11,2 0	252,5 64,0 0	0,3 0,2 0	249 - 410
Всего:		**370**	**24,15**	**17,84**	**47,7**	**316,5**	**0,5**	
Итого за день:			**54,63**	**43,90**	**169,24**	**1242,28**	**26,53**	
День – 2 **Завтрак**	Каша ячневая молочная жидкая. Какао с молоком. Хлеб пшеничный. Печенье.	200 200 30 25	5,29 4,2 2,28 1,9	5,73 3,62 0,27 2,95	26,35 17,3 14,01 18,6	174,67 118,7 64,08 109	1,29 1,6 - -	182 416 -
Всего:		**455**	**13,67**	**12,57**	**76,26**	**466,45**	**2,89**	
Обед	Суп картофельный с бобовыми. Гуляш из отварного мяса (мясо говядины). Каша гречневая рассыпчатая. Компот из сушёных фруктов (изюм). Хлеб ржаной.	200 70/30 150 200 40	4,1 9,02 8,4 0,02 2,64	4,28 7,13 5,22 0,02 0,48	12,9 2,3 34,74 27,8 13,68	106,6 209,4 223,2 113,0 66,16	4,66 0,48 - 0,4 -	87 293 179 394 -
Всего:		**690**	**24,18**	**17,13**	**91,42**	**718,36**	**5,54**	

Полдник	Суп молочный с крупой (рисовый). Чай с лимоном. Хлеб пшеничный.	150 200 30	3,62 0,14 2,28	5,08 0,02 0,27	12,63 11,34 14,01	114,3 45,56 64,08	0,69 3,14 -	101 412 -
Всего:		**380**	**6,04**	**5,37**	**37,98**	**223,94**	**3,83**	
Итого за день:			**43,89**	**35,07**	**205,66**	**1408,75**	**12,26**	
День – 3 Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая. Кофейный напиток (с молоком). Хлеб пшеничный. Масло (порциями).	200 200 30 10	5,82 3,12 2,28 0,08	7,5 2,66 0,27 7,25	32,64 14,18 14,01 0,13	222,0 93,34 64,08 66,0	0,65 1,3 - -	199 414 - -
Всего:		**440**	**11,3**	**17,68**	**60,96**	**445,42**	**1,95**	
Обед	Суп картофельный с крупой (хлопья овсяные «Геркулес»). Биточки рыбные запечённые. Пюре картофельное. Компот из сушёных фруктов (смесь). Хлеб ржаной.	200 70 150 200 40	2,0 9,36 3,06 0,44 2,64	2,24 3,29 4,8 0,02 0,48	13,6 6,99 20,45 27,8 13,68	146,6 104,5 137,25 113,0 66,16	6,6 0,3 18,17 0,4 -	86 271 339 394 -
Итого:		**660**	**17,50**	**10,83**	**82,52**	**567,51**	**25,47**	
Полдник	Пудинг манный. Сгущённое молоко. Чай с молоком.	150 20 200	5,21 1,44 3,54	8,79 1,7 3,1	48,93 11,2 15,1	196,0 64,0 102,7	0,05 0,02 1,58	209 - 413
Всего:		**370**	**10,19**	**13,59**	**75,23**	**362,7**	**1,65**	
Итого за день:			**38,99**	**42,1**	**218,71**	**1375,63**	**29,07**	
День – 4 Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая. Кофейный напиток (с сахаром). Хлеб пшеничный. Яйца варёные.	200 200 30 40	6,98 3,12 2,28 5,08	10,42 2,66 0,27 4,6	25,0 14,18 14,01 0,28	222,38 93,34 64,08 63,0	0,9 1,3 - -	100 414 -
Всего:		**470**	**17,46**	**17,95**	**53,47**	**442,80**	**2,2**	
Обед	Рассольник ленинградский. Макаронные изделия отварные с маслом. Кнели куриные с	200 150 70	1,68 5,49 19,9	4,09 4,22 16,5	13,27 26,4 6,18	106,6 165,5 253,17	6,03 - 0,04	82 219 329

	рисом. Компот из сушёных фруктов (курага). Хлеб ржаной.	200 40	0,44 2,64	0,02 0,48	27,8 13,68	113,0 66,16	0,4 -	394 -
Всего:		**660**	**30,15**	**25,31**	**87,33**	**704,43**	**6,47**	
Полдник	Суп молочный с крупой (пшённой). Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	150 200 30	3,62 0,06 2,28	3,81 0,02 0,27	12,63 9,32 14,01	99,3 37,34 64,08	0,69 0,02 -	101 411 -
Всего:		**380**	**5,96**	**4,1**	**35,96**	**200,72**	**0,94**	
Итого за день:			**53,57**	**47,36**	**176,76**	**1347,95**	**9,38**	
День – 5 Завтрак	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая. Какао с молоком. Хлеб пшеничный. Сыр (порциями).	200 200 30 15	6,66 4,2 2,28 3,48	11,0 3,62 0,27 4,43	22,64 17,3 14,01 -	216,44 118,7 64,08 54,0	0,9 1,6 - 0,11	199 416 - 7
Всего:		**445**	**16,62**	**19,32**	**53,95**	**453,22**	**2,61**	
Обед	Борщ с капустой и картофелем. Плов из говядины. Компот из сушёных фруктов (изюм). Хлеб ржаной.	200 200 200 40	1,46 20,0 0,44 2,64	3,92 18,48 0,02 0,48	10,2 33,46 27,8 13,68	152,0 380,0 113,0 66,16	8,22 0,96 0,4 -	63 321 394 -
Всего:		**640**	**24,54**	**22,9**	**85,14**	**711,16**	**9,58**	
Полдник	Ватрушки. Йогуртовый напиток «Снежок» (кефир) Фрукты свежие (груша, яблоко, банан).	70 200 130	9,22 5,8 0,52	5,48 5,0 0,52	29,18 8,4 12,74	134,68 81,34 57,2	0,04 0,6 13,0	441 420 386
Всего:		**400**	**15,54**	**11,0**	**50,32**	**273,22**	**13,64**	
Итого за день:			**56,7**	**53,22**	**189,41**	**1437,6**	**25,83**	
Итого за 10 дней			**47,97**	**42,76**	**191,76**	**1369,70**	**20,51**	