

**2 НЕДЕЛЯ**  
**Вторник 02.05**

| Прием пищи           | Наименование блюда                                    | Вес блюда<br>Ясли/сад |              | Пищевые вещества |               |                | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------|---|-----------------------|--------------|------------------|---------------|----------------|----------------------------|
|                      |   |                       |              | Б                | Ж             | У              |                            |
| <i>Завтрак</i>       | Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным | 155/2                 | 180/3        | 6,3              | 7,2           | 25,5           | 191,7                      |
|                      | Бутерброд с маслом                                    | 30/3                  | 37,5/5       | 2,6              | 7,9           | 15,5           | 144,5                      |
|                      | Кофейный напиток со сгущенным молоком                 | 160                   | 180          | 2,58             | 1,75          | 18,6           | 100,8                      |
|                      |   |                       |              | <b>11,48</b>     | <b>16,85</b>  | <b>59,60</b>   | <b>437,00</b>              |
| <i>2 завтрак</i>     | Сок фруктовый   | 150                   | 170          | 0,48             | 0,48          | 11,76          | 79,2                       |
|                      |   |                       |              | <b>0,48</b>      | <b>0,48</b>   | <b>11,76</b>   | <b>79,2</b>                |
| <i>Обед</i>          | Капуста тушеная                                       | 30                    | 40           | 0,32             | 0             | 0,98           | 5,6                        |
|                      | Суп с рыбными консервами                              | 150                   | 200          | 6,88             | 6,72          | 11,46          | 157,8                      |
|                      | Шницель рубленый                                      | 50/3                  | 80/4         | 12,44            | 9,24          | 12,56          | 183                        |
|                      | Каша рисовая (рассыпчатая)                            | 90                    | 100          | 3,1              | 4,61          | 13,13          | 109,02                     |
|                      | Напиток из шиповника                                  | 150                   | 180          | 0,61             | 0,25          | 19,67          | 95                         |
|                      | Хлебжрано-пшеничный                                   | 30                    | 37,5         | 2,5              | 0,37          | 15,08          | 71,3                       |
|                      |   |                       |              | <b>25,85</b>     | <b>21,19</b>  | <b>72,88</b>   | <b>621,72</b>              |
| <i>Полдник</i>       | Булочка домашняя                                      | 60                    | 70           | 4,2              | 5,6           | 20,3           | 165,3                      |
|                      | Чай с сахаром   | 150                   | 180          | 1                | 0,2           | 19,6           | 89,2                       |
|                      |   |                       |              | <b>10,60</b>     | <b>5,80</b>   | <b>39,90</b>   | <b>254,5</b>               |
| <i>Итого за день</i> |   |                       | <b>48,41</b> | <b>44,32</b>     | <b>184,14</b> | <b>1392,42</b> |                            |

**Среда 03.05**

| Прием пищи           | Наименование блюда                    | Вес блюда<br>ясли/ сад | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|                      |                                       |                        | Б                | Ж            | У             |                            |
| <i>Завтрак</i>       | Каша жидкая рисовая                   | <b>150/3 180/5</b>     | 6,30             | 5,13         | 31,59         | 189,99                     |
|                      | Бутерброд с маслом                    | <b>30/3 37,5/5</b>     | 2,6              | 7,9          | 15,5          | 144,5                      |
|                      | Чай без сахара                        | <b>160 180</b>         | 0,36             | 0,09         | 0,072         | 2,54                       |
|                      | Конфета                               | <b>20 20</b>           | 0,11             | 0,15         | 13,68         | 56,5                       |
|                      |                                       |                        | <b>9,37</b>      | <b>13,27</b> | <b>60,84</b>  | <b>393,53</b>              |
| <i>2 завтрак</i>     | Снежок                                | <b>135 150</b>         | 4,35             | 4,8          | 6,0           | 120,7                      |
|                      |                                       |                        | <b>4,35</b>      | <b>4,8</b>   | <b>6,0</b>    | <b>120,7</b>               |
| <i>Обед</i>          | Свекла отварная                       | <b>40 40</b>           | 2,6              | 2,04         | 3,52          | 18,79                      |
|                      | Суп-лапша домашняя на курином бульоне | <b>150 200</b>         | 3,84             | 4,68         | 19,49         | 134,58                     |
|                      | Птица тушеная в соусе с овощами       | <b>200 230</b>         | 11,17            | 7,37         | 20,88         | 195,0                      |
|                      | Компот из свежих яблок                | <b>150 180</b>         | 0,14             | 0,14         | 21,42         | 87,8                       |
|                      | Хлеб пшеничный                        | <b>30 30</b>           | 2,25             | 0,15         | 15            | 71,1                       |
|                      | Хлебжрано-пшеничный                   | <b>30 37,5</b>         | 2,5              | 0,37         | 15,8          | 71,3                       |
|                      |                                       |                        | <b>22,50</b>     | <b>14,75</b> | <b>96,11</b>  | <b>578,57</b>              |
| <i>Полдник</i>       | Пирожок печеный с капустой и яйцом    | <b>60 80</b>           | 61,20            | 8,36         | 27,70         | 213,00                     |
|                      | Сок фруктовый в ассортименте          | <b>150 180</b>         | 1                | 0,2          | 19,6          | 89,2                       |
|                      |                                       |                        | <b>62,20</b>     | <b>8,56</b>  | <b>47,30</b>  | <b>302,20</b>              |
| <i>Итого за день</i> |                                       |                        | <b>98,42</b>     | <b>41,38</b> | <b>210,25</b> | <b>1395,00</b>             |

**Четверг 04.05**

| Прием пищи           | Наименование блюда                                       | Вес блюда<br>ясли/ сад  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------|--|-------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|                      |  |                         | Б                | Ж            | У             |                            |
| <i>Завтрак</i>       | Каша вязкая «Дружба»                                     | <b>150/3 180/5</b>      | 4,62             | 6,21         | 24,75         | 174,33                     |
|                      | Бутерброд с маслом, повидлом                             | <b>30/3/8 37,5/3/13</b> | 2,1              | 3,3          | 23,4          | 131,8                      |
|                      | Чай с молоком  | <b>160 180</b>          | 3,18             | 2,79         | 13,57         | 92,4                       |
|                      |  |                         | <b>9,9</b>       | <b>12,30</b> | <b>61,72</b>  | <b>398,53</b>              |
| <i>2 завтрак</i>     | Бифидок  | <b>135 150</b>          | 4,35             | 4,8          | 6             | 88,5                       |
|                      |  |                         | <b>4,35</b>      | <b>4,80</b>  | <b>6,0</b>    | <b>88,50</b>               |
| <i>Обед</i>          | Икра морковная   | <b>50 60</b>            | 1,34             | 4,8          | 6,68          | 77,34                      |
|                      | Рассольник «Ленинградский» на м/к<br>бульоне со сметаной | <b>180/5 200/8</b>      | 4,32             | 4,67         | 15,06         | 119,6                      |
|                      | Рыба отварная  | <b>60 80</b>            | 14,13            | 0,55         | 0,62          | 64,0                       |
|                      | Пюре картофельное  | <b>110 130</b>          | 2,6              | 4,42         | 15,63         | 122,98                     |
|                      | Компот из апельсинов                                     | <b>150 180</b>          | 0,41             | 0,09         | 30,6          | 124,7                      |
|                      | Хлебржано-пшеничный                                      | <b>30 37,5</b>          | 2,5              | 0,37         | 15,8          | 71,3                       |
|                      |  |                         | <b>25,30</b>     | <b>14,90</b> | <b>84,39</b>  | <b>579,92</b>              |
| <i>Полдник</i>       | Сырники из творога с соусом                              | <b>50/20 85/20</b>      | 15,89            | 10,77        | 9,69          | 198,90                     |
|                      | Напиток из шиповника                                     | <b>150 180</b>          | 0,61             | 0,25         | 19,67         | 95                         |
|                      | Плоды свежие   | <b>100 100</b>          | 0,5              | 0,5          | 13,5          | 60,7                       |
|                      |  |                         | <b>17,00</b>     | <b>11,52</b> | <b>42,86</b>  | <b>354,60</b>              |
| <i>Итого за день</i> |  |                         | <b>56,55</b>     | <b>43,52</b> | <b>194,97</b> | <b>1421,55</b>             |

**Пятница 06.05**

| Прием пищи           | Наименование блюда                                      | Вес блюда<br>ясли/ сад | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------|---|------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|                      |   |                        | Б                | Ж            | У             |                            |
| <i>Завтрак</i>       | Каша жидкая пшеничная                                   | 150/3 180/5            | 3,78             | 3,47         | 27,36         | 156                        |
|                      | Бутерброд с сыром                                       | 30/3/10 40/5/15        | 6,68             | 8,45         | 19,39         | 180                        |
|                      | Кофейный напиток с молоком                              | 160 180                | 2,84             | 2,41         | 14,36         | 91                         |
|                      |   |                        | <b>13,30</b>     | <b>14,33</b> | <b>61,11</b>  | <b>427,00</b>              |
| <i>2 завтрак</i>     | Йогурт питьевой   | 135 150                | 4,35             | 4,8          | 6,0           | 88,5                       |
|                      |   |                        | <b>4,35</b>      | <b>4,80</b>  | <b>6,00</b>   | <b>88,50</b>               |
| <i>Обед</i>          | Икра свекольная   | 50 60                  | 1,15             | 2,9          | 6,15          | 56,8                       |
|                      | Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне | 150/5 180/8            | 3,68             | 4,05         | 10,78         | 94,5                       |
|                      | Котлета мясная  | 60 70                  | 11,1             | 10,42        | 4,28          | 155,4                      |
|                      | Овощи тушеные   | 100 130                | 3                | 4,1          | 11,7          | 109,2                      |
|                      | Компот из сушеных фруктов (курага)                      | 150 180                | 0,03             | 0,01         | 25,02         | 101,7                      |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30 37,5                | 2,5              | 0,37         | 15,08         | 71,3                       |
|                      |   |                        | <b>21,46</b>     | <b>21,85</b> | <b>73,01</b>  | <b>588,90</b>              |
| <i>Полдник</i>       | Омлет натуральный с маслом                              | 100 100                | 8,97             | 8,5          | 7,5           | 157,0                      |
|                      | Чай с лимоном   | 150/4 180/7            | 0,08             | 0,01         | 8,52          | 34,8                       |
|                      | Хлеб пшеничный  | 30 35                  | 0,7              | 0,18         | 19,03         | 82,95                      |
|                      |   |                        | <b>9,75</b>      | <b>8,69</b>  | <b>35,05</b>  | <b>274,75</b>              |
| <i>Итого за день</i> |   |                        | <b>48,86</b>     | <b>49,67</b> | <b>175,17</b> | <b>1379,15</b>             |