\

День: понедельник
Неделя: первая
Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	**Ж**	**У**		
	Завтрак:						
1	Рожки с сыром	130,0/150,0 10,0/15,0	5,2/8,3	4,9/6,5	13,7/22,6	117,9/190,6	21
2	Чай	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
3	Хлеб белый с маслом	40,0/40,0 5,0/5,0	2,4/2,4	4,8/4,8	14,6/14,6	96,5/96,5	53
	Итого за завтрак:		**7,9/11,1**	**9,8/11,4**	**41,8/52,2**	**268,9/347,7**	
	2 Завтрак:						
5	Сок	180,0/200,0	2,0/2,7	2,3/3,0	10,1/13,2	72,2/93,5	78
	Итого за 2 завтрак:		**2,0/2,7**	**2,3/3,0**	**10,1/13,2**	**72,2/93,5**	
	Обед:						
6	Борщ на курином бульоне со сметаной	150,0/200,0	1,1/1,4 0,7/1,2	3,4/4,2 0,1/0,1	7,8/9,6 0,9/1,2	67,5/82,5 11,2/12,0	1 100
7	Суфле куриное. Гороховым пюре. Огурец соленый.	80,0/100,0 130,0/150,0 40,0/50,0	5,9/6,3 3,4/6,6 0,3/0,4	6,2/8,1 6,0/9,3 -	2,8/3,4 25,5/31,5 0,7/0,8	148,5/201,9 114,4/138,9 5,2/6,2	310 27 209
8	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
9	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**14,1/19,3**	**16,1/22,2**	**71,2/91,0**	**507,1/649,0**	
	Полдник:						
10	Ватрушка с повидлом	90,0/110,0	1,8/2,1	3,1/3,8	15,1/21,2	145,3/188,5	145
11	Чай с молоком	180/200,0	4,2/5,8	4,2/5,3	16,8/19,8	64,4/73,8	888
	Итого за полдник:		**6,0/7,9**	**7,3/9,1**	**31,9/41,0**	**209,7/262,3**	
	Итого за день:		**30/41**	**36/46**	**155/197**	**1058/1353**	

День: четверг
Неделя: первая
Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Завтрак:						
1	Каша пшенная	150,0/200,0	2,5/4,1	4,8/6,4	11,1/19,2	97,1/138,4	13
2	Какао	180,0/200,0	3,8/4,2	0,2/0,3	15,6/17,3	95,6/116,2	129
3	Хлеб белый с маслом	40,0/40,0 5,0/5,0	2,4/2,4	4,8/4,8	14,6/14,6	96,5/96,5	53
	Итого за завтрак:		**8,7/10,7**	**9,8/11,5**	**41,3/51,1**	**289,2/351,1**	
	2 Завтрак:						
4	Фрукты	95,0/100,0	2,2/2,4	2,4/2,9	10,2/12,6	70,5/91,4	76
	Итого за 2 завтрак:		**2,2/2,4**	**2,4/2,9**	**10,2/12,6**	**70,5/91,4**	
	Обед:						
5	Суп вермишелевый на курином бульоне	150,0/200,0	3,4/4,3 0,72/1,2	0,5/0,6 0,06/0,1	14,5/18,1 0,86/1,2	85,6/107,0 61,2/102,0	8 100
6	Картофельная запеканка.	160,0/200,0	5,7/7,6	12,0/14,6	18,3/22,7	139,0/179,7	79
7	Сельдь с луком	40,0/50,0	2,4/3,0	3,6/4,5	0,6/0,8	49,5/61,5	91
8	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
9	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,0	58
	Итого за обед:		**14,9/19,5**	**16,6/20,3**	**67,8/87,3**	**495,6/657,2**	
	Полдник:						
9	Ленивые вареники	100,0/120,0	5,1/6,1	6,7/8,5	9,5/14,0	113,1/170,1	230
10	Чай сладкий	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
11	Батон	40,0/40,0	1,2/1,2	0,4/0,4	8,2/8,2	41,9/41,9	59
	Итого за полдник:		**6,6/7,7**	**7,2/9,0**	**31,2/37,2**	**209,5/272,6**	
	Итого за день:		**32/40**	**34/44**	**150/188**	**1064/1372**	

День: среда
Неделя: первая
Возрастная категория: 1-3, 3-7лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Завтрак:						
1	Каша гречневая	150,0/200,0	1,6/1,9	2,6/4,2	12,8/18,6	75,7/110,9	26
2	Кофейный напиток на молоке	180,0/200,0	2,8/3,1	0,4/0,6	12,7/14,1	76,8/85,3	128
3	Хлеб белый с маслом. Яйцо отварное	40,0/40,0 5,0/5,0 40,0/60,0	2,4/2,4 3,0/4,9	4,8/4,8 1,9/2,4	14,6/14,6 2,4/4,2	96,5/96,5 42,0/63,0	53 90
	Итого за завтрак:		**9,8/12,3**	**9,7/12,1**	**42,5/51,5**	**291,0/355,7**	
	2 завтрак:						
5	Сок	180,0/200,0	2,0/2,7	2,3/2,7	10,1/13,2	72,2/93,5	78
	Итого за 2 завтрак:		**2,0/2,7**	**2,3/2,7**	**10,1/13,2**	**72,2/93,5**	
	Обед:						
6	Щи на курином бульоне со сметаной	150,0/200,0	1,6/2,1 0,7/1,2	1,3/1,6 0,1/0,1	7,3/9,2 0,9/1,2	49,3/61,6 61,2/102,0	5 100
7	Рыбная котлета. Картофельное пюре. Морковь отварная	60,0/80,0 130,0/150,0 40,0/50,0	6,0/7,6 2,6/3,6 0,3/0,4	7,8/9,2 6,2/8,3 1,0/1,1	12,9/15,7 10,9/14,5 1,9/2,1	81,0/108,0 100,7/129,7 18,4/20,7	30 24 72А
8	Компот из сухофруктов	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
9	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**13,9/18,3**	**16,8/20,8**	**67,4/87,2**	**470,9/629,5**	
	Полдник:						
10	Манные биточки с повидлом	100,0/120,0 10,0/15,0	4,8/6,0 0	6,5/8,0 0	4,7/7,1 5,5/8,3	90,7/129,8 30,0/45,0	65 80
11	Чай сладкий	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
12	Батон	40,0/40,0	1,2/1,2	0,4/0,4	8,2/8,2	41,9/41,9	59
	Итого за полдник:		**6,3/7,6**	**6,9/8,5**	**31,9/38,6**	**217,1/277,3**	
	Итого за день:		**32/41**	**36/45**	**152/191**	**1051/1356**	

День: вторник
Неделя: первая
Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	**Ж**	**У**		
	Завтрак:						
1	Каша геркулесовая	150,0/200,0	2,8/4,8	4,6/6,0	15,3/21,0	117,8/177,2	11
2	Кофейный напиток на молоке	180,0/200,0	2,8/3,1	0,4/0,6	12,7/14,1	76,8/85,3	128
3	Хлеб белый с маслом	40,0/40,0 5,0/5,0	2,4/2,4	4,8/4,8	14,6/14,6	96,5/96,5	54
	Итого за завтрак:		**8,0/10,3**	**9,2/11,4**	**42,6/49,7**	**291,1/359,0**	
	2 завтрак:						
	Фрукты	95,0/100,0	2,2/2,8	2,3/2,8	10,2/12,9	70,5/91,4	61
	Итого за 2 завтрак:		**2,2/2,8**	**2,3/2,8**	**10,2/12,9**	**70,5/91,4**	
	Обед:						
4	Суп на курином бульоне с клецками	150,0/200,0	3,1/3,9 0,72/1,2	3,7/4,6 0,06/0,1	10,9/14,5 0,86/1,2	94,2/117,8 61,2/102,0	6 100
5	Биточки отварные. Рис отварной. Свекла отварная.	60,0/80,0 110,0/130,0 40,0/50,0	4,3/5,3 3,2/4,3 0,3/0,4	5,8/7,2 4,7/6,4 1,0/1,3	6,9/7,9 14,2/16,8 1,9/2,4	81,0/108,0 94,4/101,5 18,4/23,0	30 25 72
6	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,8/113,0	42
7	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**14,3/18,5**	**15,7/20,1**	**68,3/87,3**	**509,6/659,8**	
	Полдник:						
8	Запеканка из творога и моркови со сгущенкой	100/120,0 15,0/15,0	3,6/5,2 1,2/1,2	4,8/6,3 1,8/1,8	9,4/15,3 5,8/5,8	85,5/121,1 27,2/27,2	60а 82
9	Чай сладкий с лимоном	180,0/200,0	0,1/0,1	0,1/0,1	7,1/7,9	55,5/71,1	124
10	Батон	40,0/40,0	1,2/1,2	0,4/0,4	8,2/8,2	41,9/41,9	59
	Итого за полдник:		**6,1/7,7**	**7,1/8,6**	**30,5/37,2**	**210,1/261,3**	
	Итого за день:		**31/39**	**34/43**	**152/187**	**1081/1371**	

День: пятница
Неделя: первая
Возрастная категория: 1-3,3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Завтрак:						
1	Каша пшеничная	150,0/200,0	2,3/4,0	2,3/4,4	10,1/18,9	78,7/133,2	18
2	Кофейный напиток на молоке	180,0/200,0	2,8/3,1	0,4/0,6	12,7/14,1	76,8/85,3	128
3	Хлеб белый с маслом. Яйцо отварное.	40,0/40,0 5,0/5,0 40,0/60,0	2,4/2,4 3,0/4,9	4,8/4,8 1,9/2,4	14,6/14,6 2,4/4,2	96,5/96,5 42,0/63,0	53 90
	Итого за завтрак:		**10,5/14,4**	**9,4/12,2**	**39,8/51,8**	**294,0/378,0**	
	2 завтрак:						
4	Фрукты	95,0/100,0	2,2/2,4	2,4/2,9	10,2/12,6	70,5/91,4	76
	Итого за 2 завтрак:		**2,2/2,4**	**2,4/2,9**	**10,2/12,6**	**70,5/91,4**	
	Обед:						
6	Суп рыбный из консервов	150,0/200,0	1,1/1,7	3,7/4,6	14,9/19,4	94,2/117,8	9
7	Оладьи из печени. Вермишель отварная. Капуста тушенная	70,0/80,0 110,0/130,0 40,0/50,0	6,2/7,8 4,2/5,0 0,4/0,4	10,3/14,5 0,7/0,8 1,0/1,1	5,8/7,8 10,7/12,6 2,9/3,4	122,3/136,6 98,7/134,3 32,4/36,5	405 19 148а
8	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8//21,7	84,7/113,0	42
9	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**14,6/18,3**	**13,1/21,5**	**67,8/87,7**	**507,9/632,7**	
	Полдник:						
10	Сдоба	90,0/110,0	5,7/7,3	6,6/8,5	18,0/22,5	160,3/211,7	68
11	Чай	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
	Итого за полдник:		**6,0/7,7**	**6,8/8,6**	**31,5/37,5**	**214,8/272,3**	
	Итого за день:		**33/42**	**33/47**	**149/189**	**10871374**	
	Среднее значение за первую неделю:		**32/41**	**35/45**	**152/190**	**1068/1365**	

День: понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	**Ж**	**У**		
	Завтрак:						
1	Рожки отварные с сыром	130,0/150,0 10,0/15,0	5,2/8,3	4,9/6,5	13,7/22,6	117,9/190,6	21
2	Чай сладкий	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
3	Хлеб белый с маслом	40,0/40,0 5,0/5,0	2,4/2,4	4,8/4,8	14,6/14,6	96,5/96,5	53
	Итого за завтрак:		**7,9/11,1**	**9,8/11,4**	**41,8/52,2**	**268,9/347,7**	
	2 завтрак:						
5	Сок	180,0/200,0	2,0/2,7	2,3/3,0	10,1/13,2	72,2/93,5	78
	Итого за 2 завтрак:		**2,0/2,7**	**2,3/3,0**	**10,1/13,2**	**72,2/93,5**	
	Обед:						
6	Рассольник по Ленинградский со сметаной на курином бульоне	150,0/200,0	4,1/5,1 0,72/1,2	3,4/4,3 0,06/0,1	5,2/6,5 0,86/1,2	127,4/159,4 61,2/102,0	176 100
7	Капуста, тушенная с курицей Свекла отварная	180,0/220,0 40,0/50,0	6,1/8,1 0,3/0,4	10,8/15,3 1,0/1,3	26,7/33,8 1,9/2,4	135,8/165,6 18,4/23,0	148 72
8	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
9	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед		**13,9/18,2**	**15,7/21,5**	**68,2/88,4**	**503,1/657,5**	
	Полдник:						
10	Рулет с повидлом	90,0/110,0	2,3/2,7	3,2/3,8	14,9/19,7	151,1/185,5	141
11	Чай с молоком	180,0/200,0	4,2/5,8	4,2/5,3	16,8/19,8	66,4/73,8	888
	Итого за полдник:		**6,5/8,5**	**7,4/9,1**	**31,7/39,5**	**217,5/259,3**	
	Итого за день:		**30/41**	**35/45**	**152/193**	**1061/1358**	

День: вторник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 1-3,3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	**Ж**	**У**		
	Завтрак:						
1	Каша «Дружба»	150,0/200,0	3,6/5,2	4,6/6,1	14,3/20,8	114,7/172,8	17
2	Кофейный напиток на молоке	180,0/200,0	2,8/3,1	0,4/0,6	12,7/14,1	76,8/85,3	128
3	Хлеб белый с маслом	40,0/40,0 5,0/5,0	2,4/2,4	4,8/4,8	14,6/14,6	96,5/96,5	53
	Итого за завтрак:		**8,8/10,7**	**9,8/11,5**	**41,6/49,5**	**288,0/354,6**	
	2 завтрак:						
4	**Фрукты**	95,0/100,0	2,2/2,4	2,4/2,9	10,2/12,6	70,5/91,4	76
	Итого за 2 завтрак:		**2,2/2,4**	**2,4/2,9**	**10,2/12,6**	**70,5/91,4**	
	Обед:						
5	Суп гороховый со сметаной	150,0/200,0	5,7/7,6	0,4/0,6	8,1/12,1	81,8/102,3 61,2/102,0	10
6	Голубцы ленивые. Картофельным пюре. Морковь отварная	70,0/80,0 130,0/150,0 40,0/50,0	4,1/4,8 2,6/3,6 0,3/0,4	7,7/9,4 6,2/8,3 1,0/1,1	16,5/19,4 10,9/14,5 1,9/2,1	83,2/95,1 100,7/129,7 18,4/20,7	34 24 72А
7	Компот из сухофруктов	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
8	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**15,1/19,8**	**15,7/19,9**	**70,9/92,7**	**505,6/657,3**	
	Полдник:						
9	Сырники с повидлом	100,0/120,0 10,0/15,0	4,8/6,4 0	6,3/8,2 0	3,9/5,9 5,5/8,3	92,0/121,4 30,0/45,0	97 80
10	Чай сладкий	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
11	Батон	40,0/40,0	1,2/1,2	0,4/0,4	8,2/8,2	41,9/41,9	59
	Итого за полдник:		**6,3/8,0**	**6,8/8,7**	**31,1/37,4**	**218,4/253,9**	
	Итого за день:		**32/41**	**35/43**	**154/192**	**1083/1357**	

День: среда
Неделя: вторая
Возрастная категория: 1-3,3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	**Ж**	**У**		
	Завтрак:						
1	Каша рисовая	150,0/200,0	1,7/2,2	2,4/3,5	12,5/16,9	73,8/122,3	14
2	Кофейный напиток на молоке	180,0/200,0	2,8/3,1	0,4/0,6	12,7/14,1	76,8/85,3	128
3	Хлеб белый с маслом Яйцо отварное	40,0/40,0 5,0/5,0 40,0/60,0	2,4/2,4 3,0/4,9	4,8/4,8 1,9/2,4	14,6/14,6 2,4/4,2	96,5/96,5 42,0/63,0	53 90
	Итого за завтрак:		**9,9/12,6**	**9,5/11,3**	**42,2/49,8**	**289,1/367,1**	
	2 завтрак:						
5	Сок	180,0/200,0	2,0/2,7	2,3/3,0	10,1/13,2	72,2/93,5	78
	Итого за 2 завтрак:		**2,0/2,7**	**2,3/3,0**	**10,1/13,2**	**72,2/93,5**	
	Обед:						
5	Суп свекольный со сметаной	150,0/200,0	3,1/3,9	3,7/4,6	6,9/9,2	114,2/142,7	2
6	Суфле из рыбы Рожки отварные Огурец солёный.	80,0/100,0 110,0/130,0 40,0/50,0	4,1/5,9 4,2/,5,0 0,3/0,4	11,8/15,3 0,7/0,8 0	16,5/24,2 10,7/12,6 0,7/0,8	123,5/138,9 98,7/134,3 5,2/6,2	268 19 209
7	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
8	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед		**14,1/18,5**	**16,6/21,2**	**68,3/91,3**	**501,1/629,6**	
	Полдник:						
9	Морковная котлета со сгущенкой	90,0/110,0 15,0/15,0	3,5/5,6 1,2/1,2	4,6/6,8 1,8/1,8	10,8/15,3 5,8/5,8	87,6/119,2 27,2/27,2	62 82
10	Чай с лимоном	180,0/200,0	0,1/0,1	0,1/0,1	7,1/7,9	55,5/71,1	124
11	Батон	40,0/40,0	1,2/1,2	0,4/0,4	8,2/8,2	41,9/41,9	59
	Итого за полдник:		**6,0/8,1**	**6,9/9,1**	**31,9/37,2**	**212,2/259,4**	
	Итого за день:		**32/42**	**35/45**	**153/191**	**1075/1350**	

День: четверг
Неделя: вторая
Возрастная категория: 1-3,3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Завтрак:						
1	Вермишель отварная на молоке	200,0/250,0	3,6/4,5	2,6/4,0	15,6/20,9	117,0/166,3	15
2	Кофейный напиток на молоке	180,0/200,0	2,8/3,1	2,4/2,6	12,7/14,1	76,8/85,3	128
3	Хлеб белый с маслом	40,0/40,0 5,0/5,0	2,4/2,4	4,8/4,8	14,6/14,6	96,5/96,5	53
	Итого за завтрак:		**8,8/10,0**	**9,8/11,4**	**42,9/47,0**	**290,3/348,1**	
	2 завтрак:						
4	**Фрукты**	95,0/100,0	2,2/2,4	2,4/2,9	10,2/12,6	70,5/91,4	76
	Итого за 2 завтрак:		**2,2/2,4**	**2,4/2,9**	**10,2/12,6**	**70,5/91,4**	
	Обед:						
5	Суп крестьянский со сметаной	150,0/200,0	2,4/3,0	1,6/2,0	13,2/16,5	92,1/115,1	4
6	Гуляш из мяса (кура). Картофельное пюре Свекла отварная	80,0/90,0 130,0/150,0 40,0/50,0	6,1/7,5 2,6/3,6 0,3/0,4	7,3/8,5 6,2/8,3 1,0/1,3	10,8/12,2 10,9/14,5 1,9/2,4	109,8/135,5 100,7/129,7 18,4/23,0	37 26 72
7	Компот из с/ф	180,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
8	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**14,1/17,9**	**16,5/20,6**	**70,3/90,1**	**481,3/610,8**	
	Полдник:						
9	Творожная запеканка со сгущенкой	100,0/120,0 15,0/15,0	3,7/5,4 1,2/1,2	4,8/6,5 1,8/1,8	4,4/8,9 5,8/5,8	95,3/129,8 27,2/27,2	60 82
10	Чай сладкий	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
11	Батон	40,0/40,0	1,2/1,2	0,4/0,4	8,2/8,2	41,9/41,9	59
	Итого за полдник:		**6,4/8,2**	**7,1/8,8**	**31,9/37,9**	**218,9/259,2**	
	Итого за день :		**32/39**	**35/44**	**155/188**	**1061/1310**	

День: пятница
Неделя: вторая
Возрастная категория: 1-3,3-7 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	**Ж**	**У**		
	Завтрак:						
1	Каша манная	150,0/200,0	1,1/1,3	1,6/1,8	10,0/13,5	57,1/93,4	12
2	Какао на молоке	180,0/200,0	3,8/4,2	3,2/3,6	15,6/17,3	95,6/116,2	129
3	Хлеб с маслом. Яйцо отварное	40,0/40,0 5/5 40,0/60,0	2,4/2,4 3,0/4,9	4,8/4,8 1,9/2,4	14,6/14,6 2,4/4,2	96,5/96,5 42,0/63,0	53 90
	Итого за завтрак:		**10,3/12,8**	**11,5/12,6**	**42,6/49,6**	**291,2/369,1**	
	2 завтрак:						
4	Фрукты	95,0/100,0	2,2/2,8	2,3/2,8	10,2/12,9	70,5/91,4	61
	Итого за 2 завтрак :		**2,2/2,8**	**2,3/2,8**	**10,2/12,9**	**70,5/91,4**	
	Обед:						
6	Суп картофельный со сметаной с гренками	150,0/200,0 10,0/15,0	3,7/4,6 1,6/2,4	2,0/2,5 0,3/0,5	15,5/19,4 5,0/7,5	112,5/140,6 51,3/77,0	3 63
7	Ежики мясные Гречка отварная Капуста тушенная	60,0/80,0 110,0/130,0 40,0/50,0	4,3/5,3 2,2/2,6 0,4/0,4	9,6/12,5 2,3/2,7 1,0/1,1	6,1/8,1 9,8/11,6 2,9/3,4	86,0/114,0 66,4/79,0 32,4/36,5	36 26 148А
8	Компот из с/ф	150,0/200,0	0,3/0,4	0,01/0,02	15,8/21,7	84,7/113,0	42
9	Хлеб ржаной	40,0/50,0	2,4/3,0	0,4/0,5	17,7/22,8	75,6/94,5	58
	Итого за обед:		**14,9/18,7**	**10,8/19,8**	**72,8/94,5**	**508,9/654,6**	
	Полдник:						
10	Пирожок с картошкой и луком	90,0/110,0	5,6/7,3	6,0/8,5	16,1/23,2	159,2/198,6	111 а
11	Чай сладкий	180,0/200,0	0,3/0,4	0,1/0,1	13,5/15,0	54,5/60,6	49
	Итого за полдник:		**5,9/7,7**	**6,1/8,5**	**29,6/38,2**	**213,7/259,2**	
	Итого за день:		**33/42**	**36/45**	**157/193**	**1084/1374**	
	Среднее значение за вторую неделю:		**32/41**	**35/44**	**154/191**	**1070/1344**	

Утверждаю
Заведующая МДОУ
Звениговский детский
сад «Буратино»
_____Иванова Н.Ю
01. 09. 2023

Двухнедельное меню
МДОУ Звениговского д/с «Буратино»