

Первая неделя

Второй день (1)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				17,55	14,31	56,57	387,20
215	Омлет натуральный	130		12,05	12,61	5,46	170,30
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
2	Бутерброд с джемом	40		1,8	0,20	24,40	107,00
	джем (без искусственных красителей, ароматизаторов и консервантов)	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	Чай с молоком	180		1,50	1,30	12,11	61,00
	чай	0,30	0,30				
	сахар	9,00	9,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	Хлеб пшеничный	30		2,20	0,20	14,60	48,90
2 завтрак				0,50	0,20	21,80	91,00
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
Обед				28,57	18,16	53,75	576,38
44	Салат из белокочанной капусты	60		0,50	2,10	3,40	41,00
	капуста белокочанная	59,00	47,00				
	морковь	8,00	6,00				
	сахар	0,50	0,50				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
26	Свекольник	200		1,60	3,32	9,64	138,00
	говядина	22,20	20,00				
	свекла	64,00	51,00				
	картофель	37,00	28,00				
	морковь	10,00	8,00				
	лук репчатый	5,00	4,00				
	томатное пюре	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	бульон	160,00	160,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
62	Рыба припущенная	80		19,23	6,30	0,50	136,42
	горбуша неразделанная с головой	153,00	101,00				
	или горбуша потрошенная с головой	142,00	101,00				
	или минтай потрошенный без головы	130,00	101,00				
	лук репчатый	4,00	3,00				
	морковь	4,00	3,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
321	Пюре картофельное	130		3,12	6,06	2	113,36
	картофель	132,00	111,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	21,00	20,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
179	Компот из свежих яблок	180		0,18	0	18,6	72,60
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	9,00	9,00				
	вода	162,00	162,00				
	Хлеб пшеничный	30		2,2	0,20	14,6	48,9
	Хлеб ржаной	15		1,74	0,18	5,01	26,10
Полдник				10,91	14,56	56,12	322,57
193	Булочка Домашняя	75		5,4	8,8	47,48	225,37
	мука пшеничная высшего сорта	38,50	38,50				
	сахар	6,60	6,60				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	8,90	8,90				
	масло подсолнечное	0,60	0,60				
	яйцо	1,14	1,14				
	дрожжи хлебопекарные сухие	1,00	1,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	21,00	21,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%	180		5,51	5,76	8,64	97,2
Итого за день				57,53	47,23	188,24	1377,15

Итого	2 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
99,00	Хлеб	54,00		45,00	
38,50	Мука				38,50
0,00	Крупы, бобовые				
0,00	Макаронные изделия				
139,00	Картофель			139,00	
124,00	Овощи, зелень (нетто)			124,00	
46,00	Фрукты свежие (брутто)			46,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
101,00	Рыба -филе (нетто)			101,00	
0,00	Субпродукты				
348,70	Молоко, кисломолочные проз	127,70		20,00	201,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
23,90	Масло сливочное	10,00		5,00	8,90
4,60	Масло растительное			4,00	0,60
100,14	Яйца	99,00			1,14
25,10	Сахар	9,00		9,50	6,60
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,80	Дрожжи				0,80
0,00	кофейный напиток				
3,40	Соль йодированная	0,60		2,40	0,40

4-7 лет

Первая неделя

Третий день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				16,70	13,40	75,56	423,90
275	Каша Янтарная (из пшена с яблоками)	200		6,50	7,40	35,46	188,00

Итого	3 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
94,00	Хлеб	54,00		40,00	
6,00	Мука			4,00	2,00
70,00	Круны, бобовые	40,00		24,00	6,00
0,00	Макаронные изделия				
0,00	Картофель				
202,00	Овощи, зелень (нетто)			164,00	38,00
122,00	Фрукты свежие (брутто)	15,00	100,00		7,00
11,00	Фрукты сушие			11,00	
0,00	Соки				
100,00	Мясо 1 категории (нетто)			100,00	
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
328,00	Молоко, кисломолочные изд.	270,00			58,00
54,00	Творог				54,00
12,00	Сыр	12,00			
0,00	Сметана				
15,00	Масло сливочное	9,00			6,00
10,00	Масло растительное			10,00	
4,00	Яйца				4,00
28,00	Сахар	8,00		9,00	11,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
2,40	Какао	2,40			
0,00	кофейный напиток				
0,00	Дрожжи				
3,00	Соль йодированная	0,30		2,70	

Первая неделя

Четвертый день (1)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				11,12	10,44	55,51	347,60
93	Суп молочный с макаронами	200		5,70	5,90	25,82	152,00
	молоко 2,5%-3,2%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
	макаронные изделия высшего сорта	16,00	16,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
2	Бутерброд с повидлом	40		1,6	3,00	10,90	99,80
	повидло фруктовое (без искусственных красителей, ароматизаторов и консервантов)	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	Чай с молоком	180		1,50	1,30	12,11	61,00
	чай	0,30	0,30				
	сахар	9,00	9,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
2	завтрак			0,50	0,20	21,80	91,00
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
Обед				22,77	22,11	111,95	654,54
56	Салат Витаминный	60		0,78	3,60	3,81	51,60
	капуста белокачанная свежая	46,00	38,00				
	яблоки свежие	15,00	13,00				
	морковь	10,00	7,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
99	Суп-пюре картофельный с гренками	200		4,86	6,04	23,54	168,00
	картофель	107,00	80,00				
	морковь	5,00	4,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	70,00	70,00				
	мука пшеничная высшего сорта	4,00	4,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
	Гренки хлебные пшеничные	20		2,77	0,24	13,62	61,94
	хлеб пшеничный	38	32				
391	Шницель рыбный натуральный	80		8,50	5,30	8,10	114,00
	горбуша потрошенная с головой	126,00	69,00				
	горбуша неразделанная	126,00	69,00				
	минтай потрошенный	93,00	69,00				
	лук репчатый	20,00	17,00				
	яйцо	5,00	5,00				
	сухари панировочные	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,70	0,70				
150	Каша гречневая рассыпчатая	130		4,4	6,8	24,3	119,3
	крупа гречневая	44,00	44,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
169	Кисель из концентрата	180		0,00	0,00	28,85	107,10
	кисель сухой	22,00	22,00				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
Полдник				4,88	8,01	41,54	268,28
139	Пирожок с яблоками	75		4,88	8,01	28,06	217,11
	мука пшеничная высшего сорта	37,5	37,5				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	18,7	18,7				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,5	1,5				
	масло подсолнечное	1,7	1,7				
	сахар	2,00	2,00				
	яйцо	3,7	3,7				
	дрожжи	0,7	0,7				
	яблоки свежие	27	19,5				
392	Чай с сахаром	180		0,00	0,00	13,48	51,17
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	9,00	9,00				
Итого за день				39,27	40,76	230,80	1361,42

Итого	4 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
102,00	Хлеб	44,00		58,00	
41,50	Мука			4,00	37,50
44,00	Крупы, бобовые			44,00	
16,00	Макаронные изделия	16,00			
80,00	Картофель			80,00	
66,00	Овощи, зелень (нетто)			66,00	
19,50	Фрукты свежие (брутто)				19,50
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
0,00	Мясо 1 категории (нетто)				
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
69,00	Рыба -филе (нетто)			69,00	
0,00	Субпродукты				
248,70	Молоко, кисломолочные изд.	230,00			18,70
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
0,00	Сметана				
16,50	Масло сливочное	7,00		8,00	1,50
6,70	Масло растительное			5,00	1,70
8,70	Яйца			5,00	3,70
21,00	Сахар	10,00			11,00
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,60	Чай	0,30			0,30
0,00	Какао				
0,70	Дрожжи				0,70
0,00	кофейный напиток				
3,00	Соль йодированная	0,50		2,50	

Первая неделя

Пятый день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				15,00	15,50	61,20	430,95
189	Каша овсяная Геркулес жидкая	200		7,50	7,70	26,00	203,00
	крупа Геркулес	29,00	29,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,5	0,5				
3	Бутерброд с сыром	40		2,6	4,50	12,30	96,50
	сыр твердых сортов	12,40	12,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
397	Какао с молоком	180		3,80	3,20	15,60	107,00
	какао-порошок	2,40	2,40				
	сахар	6,00	6,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	110,00	110,00				
	Хлеб пшеничный	15		1,10	0,10	7,30	24,45
2 завтрак				0,60	0,26	9,40	42,66
	Фрукт свежий	100		0,60	0,26	9,40	42,66
Обед				22,91	17,84	91,63	578,24
33	Салат из свеклы	60		0,86	3,65	5,02	56,34
	свёкла	73,00	57,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
85	Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью	200		5,00	7,70	11,00	179,00
	говядина б/к	22,80	19,30				
	картофель	48,00	31,20				
	морковь	8,40	6,30				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	Клецки	10					
	мука пшеничная высшего сорта	3,10	3,10				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,40	0,40				
	яйцо	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	зелень	1,10	1,00				
	сметана 10% - 15%	2,00	5,00				
72	Рулет (запеканка) картофельный с печенью	200		14,94	9,60	21,70	215,60
	печень говяжья	107,00	90,00				
	картофель	160,00	140,00				
	лук репчатый	12,00	10,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	44,00	44,00				
	масло подсолнечное	1,5	1,5				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
350	Соус молочный	50		1,7	3,8	4,4	58,8
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	50,00	50,00				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180		0,90	0,36	39,24	163,80
	Хлеб пшеничный	30		2,19	0,19	14,59	48,90
	Хлеб ражаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
Полдник				11,62	13,32	25,10	208,80
	Печенье	40		3,00	3,92	15,10	66,80
119	Яйцо вареное	40		2,50	3,00	0,30	34,00
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%	200		6,12	6,4	9,7	108
Итого за день				50,13	46,92	187,33	1260,66

Итого	5 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
89,00	Хлеб	39,00		50,00	
6,10	Мука			6,10	
29,00	Крупы, бобовые	29,00			
0,00	Макаронные изделия				
171,20	Картофель			171,20	
74,30	Овощи, зелень (нетто)			74,30	
100,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00		
0,00	Фрукты сухие				
180,00	Соки			180,00	
19,30	Мясо I категории (нетто)			19,30	
0,00	Цыплята I категории (нетто)				
0,00	Рыба -филе (нетто)				
90,00	Субпродукты			90,00	
554,00	Молоко, кисломолочные prod	260,00		94,00	200,00
0,00	Творог				
12,00	Сыр	12,00			
5,00	Сметана			5,00	
16,40	Масло сливочное	9,00		7,40	
12,80	Масло растительное		5,80	7,00	
40,10	Яйца			0,10	40,00
7,00	Сахар	7,00			
40,00	Кондитерские изделия				40,00
0,00	Чай				
2,40	Какао	2,40			
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
3,00	Соль йодированная	0,50		2,50	

[illegible]

Вторая неделя

Шестой день (2)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				7,86	6,03	68,44	328,60
94	Суп молочный с рисом	200		3,10	4,40	22,20	128,00
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	160,00	160,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	сахар	1,60	1,60				
	рис	12,00	12,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
2	Бутерброд с джемом	40		1,8	0,20	24,40	107,00
	джем (без искусственных красителей, ароматизаторов)	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	Чай с молоком	180		1,50	1,30	12,11	61,00
	чай	0,30	0,30				
	сахар	9,00	9,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
2	Завтрак сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
обед				25,08	17,36	102,17	544,85
41	Салат из моркови	60		0,75	0,06	6,97	31,38
	морковь свежая	72,00	60,00				
	сахар	0,50	0,50				
62	Борщ с мясом	200		4,10	6,40	15,20	133,40
	говядина	61,00	52,00				
	свёкла	50,00	42,00				
	капуста белокачанная	45,00	40,00				
	лук репчатый	7,60	6,40				
	морковь	16,00	13,00				
	картофель	80,00	60,00				
	томатная паста	3,00	3,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
64	Биточки рыбные	80		11,19	2,40	5,20	83,36
	горбуша неразделанная с головой	106,00	63,00				
	горбуша потрошенная с головой	99,00	63,00				
	минтай без головы	80,00	63,00				
	хлеб пшеничный	15,00	15,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	21,00	21,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
322	Картофельное пюре с морковью	130		3,9	7,8	28,6	106,00
	картофель	138,00	90,00				
	морковь	36,90	29,70				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	16,00	16,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,8	0,8				
	Компот из апельсинов с яблоками	180		0,63	0,27	24,93	107,01
	апельсины	20,00	20,00				
	яблоки свежие	26,00	20,00				
	сахар	9,00	9,00				
	Хлеб пшеничный	30		2,19	0,19	14,59	48,90
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
Полдник				9,92	10,50	31,00	212,90
406	Пирожок с капустой	75		3,8	4,1	21,3	104,90
	мука пшеничная высшего сорта	31,00	31,00				
	сахар	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,20	0,20				
	соль йодированная	0,10	0,10				
	дрожжи	0,70	0,70				
	фарш капустный						
	капуста белокачанная	61,00	58,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,70	0,70				
	яйцо	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%	200		6,12	6,4	9,7	108
Итого за день				43,36	34,09	223,41	1177,35

Итого	6 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
109,00	Хлеб	44,00		65,00	
31,00	Мука				31,00
12,00	Крупы, бобовые	12,00			
0,00	Макаронные изделия				
150,00	Картофель			150,00	
252,10	Овощи, зелень (нетто)			194,10	58,00
40,00	Фрукты свежие (брутто)			40,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
52,00	Мясо 1 категории (нетто)			52,00	
0,00	Цыпленка 1 категории (нетто)				
63,00	Рыба -филе (нетто)			63,00	
0,00	Субпродукты				
487,00	Молоко, кисломолочные	250,00		37,00	200,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
13,90	Масло сливочное	8,00		5,00	0,90
6,50	Масло растительное			6,50	
3,00	Яйца				3,00
20,60	Сахар	10,60		9,50	0,50
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,70	Дрожжи				0,70
0,00	кофейный напиток				
3,00	Соль йодированная	0,50		2,40	0,10

4-7 лет

Вторая неделя

Седьмой день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				5,61	14,73	60,69	392,67
189	Каша пшеничная молочная жидкая	200		1,29	8,20	35,20	205,67
	крупа пшеничная	30,00	30,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
1	Бутерброд с маслом	35		1,52	4,13	12,79	103,00
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
395	Кофейный напиток с молоком	180		2,8	2,40	12,70	84,00
	кофейный напиток	2,60	2,60				
	сахар	6,00	6,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	90,0	90,0				
2 завтрак				0,60	0,26	9,40	42,66
Фрукт свежий		100		0,60	0,26	9,40	42,66
Обед				16,27	22,11	73,07	572,07
40	Салат из моркови и яблок	60		0,50	2,10	4,50	40,50
	морковь	39,70	33,80				
	яблоки свежие	29,3	25,8				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
103	Суп куриный с вермишелью	200		4,80	7,20	17,50	180,00
	кура потрошенная I кат	39,10	27,30				
	картофель	100,00	80,00				
	морковь	11,30	9,10				
	лук репчатый	11,30	9,10				
	макаронные изделия высшего сорта (вермишель)	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
386	Котлета мясная	80		4,80	8,10	8,20	111,10
	говядина б/к	81,6	68,8				
	хлеб пшеничный	15,20	15,20				
	сухари панировочные	8,00	8,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	18,40	18,40				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
336	Капуста тушеная	130		2,25	4,34	9,06	86,77
	капуста белокочанная	148,00	118,00				
	морковь	17,00	15,00				
	лук репчатый	6,00	5,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,30	1,30				
	томатная паста	4,00	4,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
375	Компот из сухофруктов	180		0,14	0,00	17,4	86,3
	смесь сухофруктов	11,00	11,00				
	сахар	9,00	9,00				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
Полдник				20,59	5,46	31,94	269,57
237	Запеканка из творога	130		20,59	5,46	18,46	218,40
	творог 9%	122,00	120,00				
	крупа манная	8,00	8,00				
	яйцо	5,00	5,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	сметана 15%	5,00	5,00				
	сухари панировочные	5,00	5,00				
	Повидло фруктовое	20					
	Повидло фруктовое	21,00	20,00				
392	Чай с сахаром	180		0,00	0,00	13,48	51,17
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	9,00	9,00				
Итого за день				43,07	42,56	175,10	1276,9

Итого	7 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
98,20	Хлеб	30,00		63,20	5,00
1,30	Мука			1,30	
38,00	Крупы, бобовые	30,00			8,00
10,00	Макаронные изделия			10,00	
80,00	Картофель			80,00	
194,00	Овощи, зелень (нетто)			194,00	
125,80	Фрукты свежие (брутто)		100,00	25,80	
11,00	Фрукты сухие			11,00	
0,00	Соки				
68,80	Мясо I категории (нетто)			68,80	
27,30	Цыплята I категории (нетто)			27,30	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
258,40	Молоко, кисломолочные prod	240,00		18,40	
120,00	Творог				120,00
0,00	Сыр				
5,00	Сметана				5,00
17,00	Масло сливочное	10,00		2,00	5,00
8,00	Масло растительное			8,00	
5,00	Яйца				5,00
25,00	Сахар	7,00		9,00	9,00
20,00	Кондитерские изделия				20,00
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,60	кофейный напиток	2,60			
2,80	Соль йодированная			2,80	

Вторая неделя

Восьмой день (2)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				19,91	20,44	43,09	406,40
215	Омлет натуральный	130		12,05	12,61	5,46	170,30
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
3	Бутерброд с сыром	40		2,6	4,50	12,30	96,50
	сыр твердых сортов	12,40	12,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
397	Какао с молоком	180		3,80	3,20	15,60	107,00
	какао-порошок	2,40	2,40				
	сахар	6,00	6,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	110,00	110,00				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
2 завтрак				0,50	0,20	21,80	91,00
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
Обед				22,30	12,14	98,28	572,30
44	Салат из белокочанной капусты	60		0,50	2,10	3,40	41,00
	капуста белокочанная	59,00	47,00				
	морковь	8,00	6,00				
	сахар	0,50	0,50				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
29	Уха рыбацкая	200		5,80	1,80	16,20	105,00
	горбуша потрошенная с головой	62,00	38,00				
	или горбуша неразделанная	60,00	38,00				
	или минтай без головы непотрошенный	54,00	38,00				
	картофель	80,00	60,00				
	лук репчатый	15,00	12,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
375	Плов из отварной говядины	200		11,30	7,80	38,80	270,00
	говядина б/к	76,80	64,80				
	морковь	31,00	25,00				
	лук репчатый	21,40	18,00				
	рис	45,00	45,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
179	Компот из свежих яблок	180		0,18	0,00	18,6	72,60
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	9,00	9,00				
	вода	162,00	162,00				
	Хлеб пшеничный	30		2,20	0,20	14,60	48,90
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
Полдник				9,19	10,75	46,45	276,75
296	Шанежка с картофелем	70		3,07	4,35	36,75	168,75
	мука пшеничная высшего сорта	31,00	31,00				
	сахар	1,20	1,20				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,10	1,10				
	яйцо	1,20	1,20				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	дрожжи	0,80	0,80				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	10,00	10,00				
	масса теста	37					
	картофель	53,00	40,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	7,00	7,00				
	яйцо	2,30	2,30				
	масса картофельного фарша	51					
	яйцо для смазки	0,80	0,80				
	сметана для смазки	4,00	4,00				
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%	200		6,12	6,4	9,7	108
Итого за день				51,90	43,53	209,62	1346,45

Итого	8 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
94,00	Хлеб	44,00		50,00	
31,00	Мука				31,00
45,00	Крупы, бобовые			45,00	
0,00	Макаронные изделия				
100,00	Картофель			60,00	40,00
108,50	Овощи, зелень (нетто)			108,50	
0,00	Фрукты свежие (брутто)				
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
64,80	Мясо 1 категории (нетто)			64,80	
0,00	Цыпленка 1 категории (нетто)				
38,00	Рыба -филе (нетто)			38,00	
0,00	Субпродукты				
364,70	Молоко, кисломолочные про-дукты	147,70			217,00
0,00	Творог				
12,00	Сыр	12,00			
9,00	Сметана			5,00	4,00
13,10	Масло сливочное	9,00		3,00	1,10
6,00	Масло растительное			6,00	
103,30	Яйца	99,00			4,30
16,70	Сахар	6,00		9,50	1,20
0,00	Кондитерские изделия				
0,00	Чай				
2,40	Какао	2,40			
0,80	Дрожжи				0,80
0,00	кофейный напиток				
2,80	Соль йодированная			2,30	0,50

Вторая неделя

Десятый день (2)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				13,06	9,53	65,26	393,40
190	Каша из пшена и риса молочная жидкая Дружба	200		4,60	4,40	32,93	196,80
	рис	10,00	10,00				
	пшено	10,00	10,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,5	0,5				
3	Бутерброд с сыром	40		4,2	2,60	9,90	80,00
	сыр твердых сортов	12,40	12,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
395	Кофейный напиток с молоком	180		2,8	2,40	12,70	84,00
	кофейный напиток	2,60	2,60				
	сахар	6,00	6,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	90,0	90,0				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
2	завтрак			0,50	0,20	21,80	91,00
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
Обед				17,11	16,44	69,19	569,28
41	Салат из моркови	60		0,75	0,06	6,97	31,38
	морковь свежая	72,00	60,00				
	сахар	0,50	0,50				
26	Свекольник	200		1,60	3,32	9,64	138,00
	говядина 1 кат.	22,20	20,00				
	свекла	84,00	71,00				
	картофель	37,00	28,00				
	морковь	10,00	8,00				
	лук репчатый	5,00	4,00				
	томатное пюре	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	бульон	160,00	160,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
290	Птица тушеная в соусе	80		6,32	6,56	2,40	131,20
	кура потрошенная 1 кат.	85,70	60,00				
	сметана 10-15%	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	1,60	1,60				
	мука пшеничная	2,00	2,00				
	вода	30,00	30,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
321	Пюре картофельное	130		3,12	6,06	2	113,36
	картофель	132,00	111,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	21,00	20,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,70	0,70				
179	Компот из кураги	180		0,80	0,00	26,9	71,64
	курага	11,00	11,00				
	сахар	9,00	9,00				
	Хлеб пшеничный	30		2,20	0,20	14,60	48,90
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,8
Полдник				5,70	6,75	18,88	234,87
440	Булочка творожная	75		5,70	6,75	5,40	183,70
	мука пшеничная высшего сорта	43,9	43,9				
	мука пшеничная высшего сорта	2,4	2,4				
	сахар	5,00	5,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,5	1,5				
	яйцо	6,6	6,6				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	12,9	12,9				
	творог 9%	20,1	20				
	дрожжи	0,8	0,8				
	яйцо	1,8	1,8				
	соль йодированная	0,6	0,6				
392	Чай с сахаром	180		0,00	0,00	13,48	51,17
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	9,00	9,00				
Итого за день				36,37	32,92	175,13	1288,55

Итого	10 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
94,00	Хлеб	44,00		50,00	
48,30	Мука			2,00	46,30
20,00	Крупы, бобовые	20,00			
0,00	Макаронные изделия				
139,00	Картофель			139,00	
145,00	Овощи, зелень (нетто)			145,00	
0,00	Фрукты свежие (брутто)				
11,00	Фрукты сухие			11,00	
100,00	Соки		100,00		
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
60,00	Цыпленок 1 категории (нетто)			60,00	
0,00	Рыба-филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
272,90	Молоко, кисломолочные продукты	240,00		20,00	12,90
20,00	Творог				20,00
12,00	Сыр	12,00			
15,00	Сметана			15,00	
15,50	Масло сливочное	9,00		5,00	1,50
3,60	Масло растительное			3,60	
8,40	Яйца				8,40
30,50	Сахар	7,00		9,50	14,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,80	Дрожжи				0,80
2,60	кофейный напиток	2,60			
3,00	Соль йодированная	0,50		2,50	

Вторая неделя

Одиннадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				11,16	16,45	62,94	356,87
189	Каша овсяная Геркулес жидкая	200		5,00	8,00	21,50	164,30
	крупа Геркулес	29,00	29,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,5	0,5				
2	Бутерброд с джемом	40		1,8	4,00	19,60	120,80
	джем	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	Чай с молоком	180		2,90	4,32	12,11	39,17
	чай	0,30	0,30				
	сахар	9,00	9,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
2	завтрак			0,60	0,26	9,40	42,66
	Фрукты свежие	100		0,60	0,26	9,40	42,66
Обед				15,56	14,60	94,43	599,54
56	Салат Витаминный	60		0,78	3,60	3,81	51,60
	капуста белокачанная свежая	46,00	38,00				
	яблоки свежие	15,00	13,00				
	морковь	10,00	7,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
10	Суп из овощей	200		1,51	3,06	9,60	73,20
	говядина	22,20	20,00				
	картофель	54,00	40,00				
	морковь	16,00	12,00				
	лук репчатый	14,00	12,00				
	капуста белокачанная	24,00	19,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	сметана 15%	5,00	5,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
403	Печень по-Строгановски	80		5,30	3,70	2,80	93,60
	печень говяжья	90,00	75,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	Соус сметанный	30					
	сметана 10% - 15%	13,00	13,00				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	вода	21,00	21,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
204	Макаронные изделия отварные	130		4,75	3,64	32,30	182,54
	макаронные изделия высшего сорта	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180		0,90	0,36	39,24	163,80
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,8
Полдник				20,65	6,88	43,72	339,27
231	Сырники из творога	100		18,69	3,60	18,20	183,00
	творог 9%	102,00	100,00				
	мука пшеничная высшего сорта	13,00	13,00				
	яйцо	4,00	4,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
351	Соус молочный сладкий	40		1,36	3,04	3,52	63,27
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	40,00	40,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	2,00	2,00				
398	Напиток из плодов шиповника	180		0,6	0,24	22,00	93,00
	плоды шиповника сухие	18,00	18,00				
	сахар	6,00	6,00				
Итого за день				47,97	38,19	210,49	1338,34

Итого	11 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
84,00	Хлеб	44,00		40,00	
18,00	Мука			3,00	15,00
119,00	Крупы, бобовые	119,00			
45,00	Макаронные изделия			45,00	
40,00	Картофель			40,00	
88,00	Овощи, зелень (нетто)			88,00	
113,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	13,00	
18,00	Фрукты сухие				18,00
180,00	Соки			180,00	
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
0,00	Рыба-филе (нетто)				
75,00	Субпродукты			75,00	
150,00	Молоко, кисломолочные продукты	150,00			
100,00	Творог				100,00
0,00	Сыр				
13,00	Сметана			13,00	
15,00	Масло сливочное	10,00		3,00	2,00
14,00	Масло растительное			10,00	4,00
4,00	Яйца				4,00
18,00	Сахар	10,00			8,00
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
2,90	Соль йодированная	0,50		2,40	

Третья неделя

Двенадцатый день (2)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				17,83	19,27	40,68	389,90
215	Омлет натуральный	130		12,05	12,61	5,46	170,30
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
1	Бутерброд с маслом	35		1,52	4,13	12,79	103,00
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
395	Кофейный напиток с молоком	180		2,8	2,40	12,70	84,00
	кофейный напиток	2,60	2,60				
	сахар	6,00	6,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	90,0	90,0				
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
2	завтрак			0,50	0,20	21,80	91,00
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
	Обед			21,02	15,02	99,46	606,53
33	Салат из свеклы	60		0,86	3,65	5,02	56,34
	свёкла	73,00	57,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
106	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200		3,50	2,70	12,80	130,30
	Фрикадельки рыбные	40					
	минтай потрошенный без головы	53,30	38,70				
	яйцо	2,00	2,00				
	лук репчатый	9,50	8,00				
	картофель	98,00	90,00				
	морковь	10,00	8,00				
	лук репчатый	9,50	8,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
279	Зразы рубленые из говядины	80		7,50	4,10	9,70	64,90
	говядина б/к	60,00	50,70				
	батон нарезной из муки высшего сорта	10,70	10,70				
	яйцо	16,00	16,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	6,70	6,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,30	1,30				
	соль йодированная	0,50	0,50				
150	Каша рисовая рассыпчатая	130		5,04	3,93	30,26	176,84
	рис	44,00	44,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
163	Подлив	50		0,41	1,80	2,50	27,50
	бульон или вода	50,00	50,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,50	2,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,50	2,50				
	морковь	4,00	4,00				
	лук репчатый	1,70	1,70				
	томатная паста	1,70	1,70				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	Компот из апельсинов с яблоками	180		0,70	0,30	27,70	118,90
	апельсины	20,00	20,00				
	яблоки свежие	26,00	20,00				
	сахар	9,00	9,00				
	Хлеб пшеничный	15		1,10	0,10	7,30	24,45
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
	Полдник			9,38	11,64	33,74	272,20
591	Слойка с повидлом	75		3,87	5,88	25,10	175,00
	мука пшеничная высшего сорта	42,00	42,00				
	сахар	7,00	7,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	8,00	8,00				
	яйцо	3,70	3,70				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	дрожжи	1,00	1,00				
	повидло	10,00	10,00				
	яйцо	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	0,20	0,20				
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%	180		5,51	5,76	8,64	97,2
Итого за день				48,73	46,13	195,68	1359,63

Итого	12 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
95,70	Хлеб	50,00		45,70	
44,50	Мука			2,50	42,00
44,00	Крупы, бобовые			44,00	
0,00	Макаронные изделия				
0,00	Картофель				
88,40	Овощи, зелень (нетто)			88,40	
40,00	Фрукты свежие (брутто)			40,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
50,70	Мясо 1 категории (нетто)			50,70	
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
38,70	Рыба -филе (нетто)			38,70	
0,00	Субпродукты				
314,40	Молоко, кисломолочные	127,70		6,70	180,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
0,00	Сметана				
23,30	Масло сливочное	10,00		5,30	8,00
6,20	Масло растительное			6,00	0,20
120,70	Яйца	99,00		18,00	3,70
22,00	Сахар	6,00		9,00	7,00
10,00	Кондитерские изделия				10,00
0,00	Чай				
0,00	Какао				
1,00	Дрожжи				1,00
2,60	кофейный напиток	2,60			
3,70	Соль йодированная	0,60		2,80	0,30

Третья неделя

Тринадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				12,60	12,10	43,80	377,00
189	Каша пшениная жидкая с маслом сливочным	200	4,60	6,30	18,30	190,00	

Итого	13 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
123,00	Хлеб	24,00		59,00	40,00
0,90	Мука			0,90	
38,80	Крупы, бобовые	38,80			
0,00	Макаронные изделия				
100,00	Картофель			100,00	
296,50	Овощи, зелень (нетто)			239,50	57,00
140,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	40,00	
0,00	Фрукты сухие				
0,00	Соки				
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
56,00	Цыплята 1 категории (нетто)			56,00	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
312,00	Молоко, кисломолочные продукты	260,00		52,00	
0,00	Творог				
12,00	Сыр	12,00			
5,00	Сметана			5,00	
12,00	Масло сливочное	9,00		3,00	
12,50	Масло растительное			8,50	4,00
44,00	Яйна			4,00	40,00
16,50	Сахар	7,00		9,50	
0,00	Кондитерские изделия				
0,00	Чай				
2,40	Какао	2,40			
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
3,40	Соль йодированная	0,80		2,30	0,30

4-7 лет

Третья неделя

Пятнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				16,46	11,13	60,33	394,60
189	Каша гречневая молочная	200		8,00	6,00	28,00	198,00

Итого	15 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
99,00	Хлеб	44,00		50,00	5,00
4,00	Мука			2,00	2,00
48,00	Крупы, бобовые	40,00			8,00
10,00	Макаронные изделия			10,00	
105,00	Картофель			105,00	
208,60	Овощи, зелень (нетто)			208,60	
140,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	40,00	
0,00	Фрукты сухие				
0,00	Соки				
73,90	Мясо 1 категории (нетто)			73,90	
27,30	Цыпленок 1 категории (нетто)			27,30	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
280,00	Молоко, кисломолочные продукты	240,00			40,00
120,00	Творог				120,00
12,00	Сыр	12,00			
7,00	Сметана				7,00
16,00	Масло сливочное	9,00			7,00
13,00	Масло растительное			13,00	
5,00	Яйца				5,00
27,00	Сахар	7,00		9,00	11,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,60	кофейный напиток	2,60			
3,40	Соль йодированная	0,50		2,90	

4-7 лет

Четвертая неделя

Шестнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				11,82	10,70	62,60	397,40
189	Каша молочная кукурузная жидкая	200		5,04	3,24	24,48	154,80

Итого	16 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
85,00	Хлеб	50,00		35,00	
18,50	Мука			5,50	13,00
29,00	Крупы, бобовые	25,00		4,00	
0,00	Макаронные изделия				
171,00	Картофель			171,00	
84,90	Овощи, зелень (нетто)			84,90	
0,00	Фрукты свежие (брутто)				
11,00	Фрукты сухие			11,00	
100,00	Соки		100,00		
0,00	Мясо 1 категории (нетто)				
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
38,00	Рыба-филе (нетто)			38,00	
88,00	Субпродукты			88,00	
460,00	Молоко, кисломолочные продукты	260,00		20,00	180,00
100,00	Творог				100,00
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
22,50	Масло сливочное	10,00		12,50	
4,20	Масло растительное			0,20	4,00
4,00	Яйца				4,00
16,50	Сахар	7,00		9,50	
20,00	Кондитерские изделия				20,00
0,00	Чай				
2,40	Какао	2,40			
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
2,80	Соль йодированная			2,80	

[illegible]

4-7 лет

Четвертая неделя

Восемнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда		Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак					13,40	12,50	63,63	388,25
418	Каша ячневая молочная жидкая		200		5,30	7,40	33,73	199,80

Итого	18 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
97,30	Хлеб	39,00		53,30	5,00
2,00	Мука				2,00
28,00	Крупы, бобовые	20,00			8,00
0,00	Макаронные изделия				
146,00	Картофель			146,00	
142,90	Овощи, зелень (нетто)			142,90	
7,00	Фрукты свежие (брутто)				7,00
11,00	Фрукты сушеные			11,00	
100,00	Соки		100,00		
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
49,20	Рыба-филе (нетто)			49,20	
0,00	Субпродукты				
330,80	Молоко, кисломолочные продукты	240,00		50,80	40,00
120,00	Творог				120,00
12,00	Сыр	12,00			
10,00	Сметана			5,00	5,00
22,30	Масло сливочное	9,00		6,30	7,00
4,00	Масло растительное			4,00	
7,77	Яйца			2,77	5,00
27,50	Сахар	7,00		9,50	11,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,60	Кофейный напиток	2,60			
2,20	Соль йодированная			2,20	

Четвертая неделя

Девятнадцатый день (4)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				7,92	12,98	62,83	312,77
7	Суп молочный овсяный с Геркулесом	200		2,04	4,40	28,20	138,00
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	сахар	1,60	1,60				
	хлопья овсяные Геркулес	10,00	10,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
1	Бутерброд с маслом	35		1,52	4,13	12,79	103,00
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
394	Чай с молоком	180		2,90	4,32	12,11	39,17
	чай	0,30	0,30				
	сахар	9,00	9,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
Хлеб пшеничный		20		1,46	0,13	9,73	32,60
2	завтрак			0,50	0,20	21,80	91,00
Сок фруктовый обогащенный для детского питания		100		0,50	0,20	21,80	91,00
Обед				31,48	24,61	77,91	722,70
51	Винегрет овощной	60		1,10	2,50	4,60	56,80
	свёкла	24,00	20,00				
	картофель	35,00	25,00				
	морковь	16,00	12,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
77	Суп картофельный с курой и сметаной с зеленью	200		6,00	4,40	16,00	185,10
	филе птицы	14,30	14,00				
	картофель	93,60	70,20				
	морковь свежая	7,75	6,20				
	лук репчатый	7,4	6,2				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	зелень свежая	1,10	1,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
34	Пудинг из печени с морковью	80		17,92	7,84	7,20	173,00
	печень говяжья	108,80	89,60				
	масса припущенной печени	60,80					
	лук репчатый	9,60	8,00				
	морковь свежая	17,60	10,70				
	картофель	10,72	8,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,80	4,80				
	яйцо	8,00	8,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5% (для смазки листа)	1,6	1,6				
	соль йодированная	0,50	0,50				
440	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	130		2,5	9,5	15,1	167,8
	картофель	105,00	84,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	42,00	42,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	капуста белокочанная	103,00	95,00				
	морковь свежая	4,00	3,00				
	лук репчатый	5,30	4,50				
	томатная паста	5,00	5,00				
	мука пшеничная высшего сорта	0,90	0,90				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
179	Компот из свежих яблок	180		0,18	0	18,6	72,60
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	9,00	9,00				
	вода	162,00	162,00				
Хлеб пшеничный		20		1,46	0,13	9,73	32,6
Хлеб ржаной		20		2,32	0,24	6,68	34,8
Подник				9,03	14,38	36,84	294,07
201	Ватрушка с повидлом	75		3,52	8,62	28,20	196,87
	мука пшеничная высшего сорта	31,00	31,00				
	сахар	0,50	0,50				
	масло сливочное 82,5%	2,00	2,00				
	яйцо	3,50	3,50				
	дрожжи	1,00	1,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	15,00	15,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	повидло фруктовое	30,00	30,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%		180		5,51	5,76	8,64	97,2
Итого за день				48,93	52,17	199,38	1420,54

Итого	19 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
90,00	Хлеб	50,00		40,00	
31,90	Мука			0,90	31,00
10,00	Крупы, бобовые	10,00			
0,00	Макаронные изделия				
187,20	Картофель			187,20	
171,60	Овощи, зелень (нетто)			171,60	
40,00	Фрукты свежие (брутто)			40,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
0,00	Масо I категории (нетто)				
14,00	Цыпленка I категории (нетто)			14,00	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
89,60	Субпродукты			89,60	
467,00	Молоко, кисломолочные произ.	230,00		42,00	195,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
19,40	Масло сливочное	8,00		9,40	2,00
5,50	Масло растительное			4,50	1,00
3,50	Яйца				3,50
20,10	Сахар	10,60		9,00	0,50
30,00	Кондитерские изделия				30,00
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
1,00	Дрожжи				1,00
0,00	Кофейный напиток				
3,00	Соль йодированная	0,50		2,30	0,20

Четвертая неделя

Двадцатый день (4)							
№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак				13,20	11,90	57,80	386,45
189	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	200		5,10	6,80	27,90	198,00
	рис	29,00	29,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	102,00	102,00				
	сахар	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное 82,5%	5,00	5,00				
3	Бутерброд с сыром	40		4,2	2,60	9,90	80,00
	сыр твердых сортов	12,40	12,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
395	Кофейный напиток с молоком	180		2,8	2,40	12,70	84,00
	кофейный напиток	2,60	2,60				
	сахар	6,00	6,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	90,0	90,0				
	Хлеб пшеничный	15		1,10	0,10	7,30	24,45
2 завтрак				0,60	0,26	9,40	42,66
	Фрукты свежие	100		0,60	0,26	9,40	42,66
Обед				15,54	16,13	106,45	623,44
40	Салат из моркови и яблок	60		0,50	2,10	4,50	40,50
	морковь	39,70	32,80				
	яблоки свежие	29,3	25,8				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
10	Суп из овощей	200		1,51	3,06	9,60	73,20
	говядина	22,20	20,00				
	картофель	54,00	40,00				
	морковь	16,00	12,00				
	лук репчатый	14,00	12,00				
	капуста белокочанная	24,00	19,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
	соль йодированная	1,00	1,00				
38	Котлета Здоровье	80		4,10	6,60	4,40	96,00
	говядина	70,20	59,20				
	лук репчатый	6,00	5,00				
	морковь	12,00	10,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	11,20	11,20				
	яйцо	6,00	6,00				
	сухари панировочные	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
204	Макаронные изделия отварные	130		4,75	3,64	32,30	182,54
	макаронные изделия высшего сорта	45,00	45,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180		0,90	0,36	39,24	163,80
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,6
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,8
Подлинк				9,16	7,48	43,62	298,97
238	Запеканка морковная с творогом	100		7,20	4,20	18,10	142,70
	морковь	24,00	18,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	18,00	18,00				
	крупа манная	6,00	6,00				
	яйцо	4,00	4,00				
	творог 9%	55,00	54,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
351	Соус молочный сладкий	40		1,36	3,04	3,52	63,27
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	40,00	40,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	2,00	2,00				
398	Напиток из плодов шиповника	180		0,6	0,24	22,00	93,00
	плоды шиповника сухие	18,00	18,00				
	сахар	6,00	6,00				
Итого за день				38,50	35,77	217,27	1351,52

Итого	20 день	завтрак	2 завтрак	обед	подлинк
89,00	Хлеб	39,00		46,00	4,00
2,00	Мука				2,00
35,00	Крупы, бобовые	29,00			6,00
45,00	Макаронные изделия			45,00	
40,00	Картофель			40,00	
108,80	Овощи, зелень (нетто)			90,80	18,00
100,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00		
18,00	Фрукты сухие				18,00
180,00	Сок			180,00	
79,20	Мясо 1 категории (нетто)			79,20	
0,00	Цыпленка 1 категории (нетто)				
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
250,00	Молоко, кисломолочные	192,00			58,00
54,00	Творог				54,00
12,00	Сыр	12,00			
5,00	Сметана			5,00	
18,00	Масло сливочное	9,00		3,00	6,00
8,00	Масло растительное			8,00	
10,00	Яйца			6,00	4,00
15,00	Сахар	7,00			8,00
12,00	Кондитерские изделия	12,00			
0,00	Чай				
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,60	Кофейный напиток	2,60			
2,80	Соль йодированная	0,50		2,30	

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню дошкольники 4-7 лет

№	Продукты	Норма продуктов в день г, 1обучающ	Фактически получено, г**																				за 20 дней	Факт в день, г	% выполн ения
			Дни																						
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	Хлеб	98	98	99	94	102	89	109	98	94	100	94	84	96	123	79	99	85	84	97	90	89	1903	95,2	97
2	Мука	22	5	39	6	42	6	31	1	31	5	48	18	45	1	38	4	19	45	2	32	2	418	20,9	95
3	Крупы, бобовые	32	20	0	70	44	29	12	38	45	37	20	119	44	39	3	48	29	0	28	10	35	670	33,5	105
4	Макаронные изделия	9	45	0	0	16	0	0	10	0	0	0	45	0	0	16	10	0	0	0	0	45	187	9,4	104
5	Картофель	105	24	139	0	80	171	150	80	100	117	139	40	0	100	151	105	171	66	146	187	40	2006	100,3	96
6	Овощи, зелень (нетто)	165	166	124	202	66	74	252	194	109	248	145	88	88	297	116	209	85	272	143	172	109	3157	157,8	96
7	Фрукты свежие (брутто)	75	124	46	122	20	100	40	126	0	107	0	113	40	140	0	140	0	140	7	40	100	1404	70,2	94
8	Фрукты сухие	8	11	0	11	0	0	0	11	0	11	11	18	0	0	11	0	11	0	11	0	18	124	6,2	78
9	Соки	75	0	100	0	100	180	100	0	100	0	100	180	100	0	100	0	100	0	100	100	180	1540	77,0	103
10	Мясо 1 категории (нетто)	41	20	20	100	0	19	52	69	65	20	20	20	51	20	95	74	0	21	20	0	79	765	38,3	93
11	Цыплята 1 категории (нетто)	18	59	0	0	0	0	0	27	0	0	60	0	0	56	0	27	0	103	0	14	0	347	17,3	96
12	Рыба -филе (нетто)	28	0	101	0	69	0	63	0	38	101	0	0	39	0	40	0	38	0	49	0	0	538	26,9	96
13	Субпродукты	18	0	0	0	0	90	0	0	0	0	0	75	0	0	0	0	88	0	0	90	0	343	17,1	95
14	Молоко, кисломолочные прод.	338	240	349	328	249	554	487	258	365	297	273	150	314	312	429	280	460	153	331	467	250	6545	327,3	97
15	Творог	38	78	0	54	0	0	0	120	0	0	20	100	0	0	0	120	100	0	120	0	54	766	38,3	101
16	Сыр	5	0	0	12	0	12	0	0	12	0	12	0	0	12	0	12	0	0	12	0	12	96	4,8	96
17	Сметана	7	9	5	0	0	5	5	5	9	20	15	13	0	5	5	7	5	12	10	5	5	140	7,0	100
18	Масло сливочное	16	20	24	15	17	16	14	17	13	15	16	15	23	12	7	16	23	12	22	19	18	333	16,7	104
19	Масло растительное	8	7	5	10	7	13	7	8	6	8	4	14	6	13	11	13	4	11	4	6	8	162	8,1	101
20	Яйца	30	10	100	4	9	40	3	5	103	0	8	4	121	44	0	5	4	104	8	4	10	585	29,3	98
21	Сахар	23	25	25	28	21	7	21	25	17	30	31	18	22	17	20	27	17	31	28	20	15	442	22,1	96
22	Кондитерские изделия	15	0	11	0	11	40	11	20	0	0	0	11	10	0	11	0	20	11	0	30	12	198	9,9	66
23	Чай	0,4	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	0,2	60
24	Какао	0,6	0	0	2	0	2	0	0	2	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0	0	12	0,6	100
25	дрожжи	0,4	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	8	0,4	95
26	Кофейный напиток	0,9	3	0	0	0	0	0	3	0	0	3	0	3	0	0	3	0	0	3	0	3	19	0,9	103
27	Соль йодированная	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	61	3,1	102

Усредненные нормы питания в соответствии с Приложением N 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарноэпидемиологические требования к организации общественного питания населения

**Распределение энергетической ценности (калорийности)
безглютеновая диета**

Суточная потребность в пищевых веществах (СанПиН 2.4.1.5.2409-08)		
	ккал	%
дни		100%
1	1249	96
2	1377	106
3	1364	105
4	1361	105
5	1261	97
6	1177	91
7	1277	98
8	1346	104
9	1167	90
10	1289	99
11	1338	103
12	1360	105
13	1252	96
14	1316	101
15	1335	103
16	1369	105
17	1303	100
18	1335	103
19	1421	109
20	1352	104
Итого	1312	101

2350

1300

Сетка примерного циклического 20-ти дневного меню для питания детей в возрасте с 4 до 7 лет безглютеновая диета.

Разработчик АО "КШП "Центральный

[illegible]

Бутерброд с джемом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с повидлом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с джемом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром
Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак
Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукт свежий	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие
обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед
Салат Витаминный	Салат из свеклы	Салат из моркови	Салат из белокачанной капусты	Винегрет овощной	Салат из моркови	Салат из свеклы	Салат из белокачанной капусты	Винегрет овощной	Салат из моркови и яблок
Суп из овощей	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Борщ с капустой и картофелем	Рассольник Ленинградский	Суп куриный с вермишелью	Уха рыбацкая	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Свекольник	Суп картофельный с курой и сметаной с зеленью	Суп из овощей
Печень по-Строгановски	Зразы рубленые из говядины	Шницель из птицы	Жаркое по-домашнему	Гуляш из говядины	Суфле из печени	Бигус с курой	Зразы рыбные рубленые с маслом	Пудинг из печени с морковью	Котлета Здоровье
	Подлив				Подлив				
Макаронные изделия отварные	Каша рисовая рассыпчатая	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)		Капуста тушеная	Пюре картофельное		Картофель в молоке	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	Макаронные изделия отварные
Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Компот из апельсинов с яблоками	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Компот из яблок с лимоном	Компот из кураги	Компот из апельсинов с яблоками	Компот из сухофруктов	Компот из свежих яблок	Сок фруктовый обогащенный для детского питания
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Сырники из творога	Слойка с повидлом	Салат из свеклы	Расстегай Московский	Запеканка из творога	Сырники из творога	Ватрушка со сметаной	Запеканка из творога	Ватрушка с повидлом	Запеканка морковная с творогом
Соус молочный сладкий		Яйцо вареное		Соус молочный сладкий	Молоко сгущенное		Соус молочный сладкий		Соус молочный сладкий
Напиток из плодов шиповника	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Кисель из концентрата	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с сахаром	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Напиток из плодов шиповника