ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	4,81	4,94	26,20	168,29	184	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	13	2008
ПЕЧЕНЬЕ (В АССОРТИМЕНТЕ)	15	1,13	1,47	11,16	62,55		
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,14	32,94	430	2008
Итого за прием пищи:	**380**	**6,07**	**10,54**	**45,54**	**301,18**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МОРКОВЬЮ	30	0,42	0,32	2,41	14,28	36	2023
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,85	6,93	17,43	63,06	81	2023
ЗРАЗЫ ИЗ МЯСА РУБЛЕННОГО С ЯЙЦОМ	60	6,26	12,68	6,95	139,25	278	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,90	2,70	24,91	139,66	331	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,58	26,32	402	2008
Итого за прием пищи:	**570**	**21,28**	**22,93**	**76,80**	**470,72**		
Полдник							
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	8,20	2,63	6,38	84,87	264	2023
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,44	3,29	16,58	106,03	321	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,12	3,66	28,78	164,33	467	2023
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,46	2,04	10,13	69,42	433	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**18,75**	**11,74**	**71,91**	**472,01**		
Всего за день:		**46,50**	**45,61**	**204,05**	**1 290,91**		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	9,31	14,00	17,85	115,45	113	2008
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/20	2,43	0,92	29,61	134,50	2	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,18	0,00	8,88	36,21	432	2008
Итого за прием пищи:	**410**	**11,92**	**14,92**	**56,34**	**286,16**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	49,49	399	2023
Итого за прием пищи:	**100**	**0,49**	**0,10**	**9,80**	**49,49**		
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,44	0,32	1,81	12,23	41	2008
СВЕКОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180	4,85	8,11	11,21	73,23	58	2023
ЖАРКОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МЯСОМ	150	8,73	18,95	16,87	273,34	276	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,69	36,44	ТК№048	2023
Итого за прием пищи:	**550**	**16,96**	**27,77**	**57,10**	**483,39**		
Полдник							
СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ (ИЛИ ЗАПЕКАНКА)	150	18,78	10,32	25,66	274,10	220	2008
СОУС СМЕТАННЫЙ (сладкий)	50	1,02	1,58	6,45	47,76	354	2023
ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	15,00	73,20		
КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	435	2008
Итого за прием пищи:	**370**	**25,33**	**16,59**	**53,11**	**474,56**		
Всего за день:		**54,70**	**59,38**	**176,35**	**1 293,60**		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	7,58	12,76	25,72	138,62	190	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20/8/6	3,36	7,36	10,08	120,49	1	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,45	1,09	10,97	59,78	395	2023
Итого за прием пищи:	**394**	**12,39**	**21,21**	**46,77**	**318,89**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	49,49	399	2023
Итого за прием пищи:	**100**	**0,49**	**0,10**	**9,80**	**49,49**		
Обед							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,42	1,19	2,37	21,99	56	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	180	2,35	4,61	12,94	101,74	57	2023
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	14,57	13,45	10,34	161,04	256	2023
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,24	2,98	15,19	96,87	321	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СУХОФРУКТОВ	150	0,03	0,03	7,22	29,37	396	2008
Итого за прием пищи:	**570**	**22,46**	**22,56**	**66,58**	**499,16**		
Полдник							
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	6,60	14,37	8,65	192,58	306	2023
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,90	2,70	24,91	139,66	331	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
СДОБА САХАРНАЯ	50	4,12	3,66	30,72	172,07	467	2023
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,75	27,28	430	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**16,23**	**20,85**	**81,07**	**578,95**		
Всего за день:		**51,57**	**64,72**	**204,22**	**1 446,49**		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	5,03	5,80	27,20	201,91	189	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	3,85	3,07	10,04	83,76	3	2023
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	8,24	34,09	393	2023
Итого за прием пищи:	**390**	**9,01**	**8,87**	**45,48**	**319,76**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**		
Обед							
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	30	0,51	0,32	1,84	12,60	39	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,70	2,33	11,63	62,15	98	2008
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ	150	11,15	10,45	25,48	263,35	304	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	10,38	41,50	379	2023
Итого за прием пищи:	**550**	**16,21**	**13,40**	**67,85**	**467,75**		
Полдник							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130	9,50	7,85	29,06	147,81	212	2023
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,95	2,08	6,61	49,09	351	2023
СДОБА ПОСЫПНАЯ	50	4,12	3,66	30,72	172,07	467	2023
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,13	0,91	8,49	46,92	304	2023
Итого за прием пищи:	**380**	**15,70**	**14,50**	**74,88**	**415,89**		
Всего за день:		**41,32**	**37,17**	**198,01**	**1 250,40**		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	6,88	11,50	25,53	123,18	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	13	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70		
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,04	32,55	430	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**9,34**	**20,65**	**48,68**	**308,23**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**		
Обед							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	0,44	0,03	2,56	12,22	135	2023
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	3,43	6,32	9,14	88,98	66	2023
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ЁЖИКИ)	60	5,56	13,67	7,38	174,87	285	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	110	6,66	5,65	20,35	105,33	184	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,58	26,32	402	2008
Итого за прием пищи:	**570**	**18,94**	**25,97**	**64,53**	**495,87**		
Полдник							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	213	2008
РАГУ ОВОЩНОЕ	140	2,26	3,45	14,13	142,00	350	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,12	3,66	28,78	164,33	467	2023
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,46	2,04	10,13	69,42	433	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**15,30**	**13,73**	**63,35**	**484,03**		
Всего за день:		**43,98**	**60,75**	**186,36**	**1 335,13**		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	6,94	10,85	22,04	153,28	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	13	2008
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,18	0,00	8,78	35,82	432	2008
Итого за прием пищи:	**380**	**8,28**	**16,45**	**42,02**	**289,05**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	49,49	399	2023
Итого за прием пищи:	**100**	**0,49**	**0,10**	**9,80**	**49,49**		
Обед							
САЛАТ ОВОЩНОЙ	30	0,45	0,42	2,11	14,10	37	2023
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	180	2,30	6,71	16,03	74,19	101	2008
КОТЛЕТА КУРИНАЯ РУБЛЕННАЯ	60	12,22	13,02	11,70	213,13	305	2023
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	110	2,11	2,48	12,40	80,31	184	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,69	36,44	ТК№048	2023
Итого за прием пищи:	**570**	**20,02**	**23,02**	**69,45**	**506,32**		
Полдник							
ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	150/20	8,47	7,73	66,64	369,61	449	2023
ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	44,65		
КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	435	2008
Итого за прием пищи:	**415**	**13,20**	**11,86**	**81,95**	**493,76**		
Всего за день:		**41,99**	**51,43**	**203,22**	**1 338,62**		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	8,27	9,02	68,36	124,72	189	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	1,58	8,37	10,12	122,16	1	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,36	1,09	10,24	56,51	304	2023
Итого за прием пищи:	**390**	**11,21**	**18,48**	**88,72**	**303,39**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	49,49	399	2023
Итого за прием пищи:	**100**	**0,49**	**0,10**	**9,80**	**49,49**		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МОРКОВЬЮ	30	0,42	0,32	2,41	14,28	36	2023
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/17	4,43	2,40	27,50	113,74	81	2023
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	60	5,50	11,60	4,69	145,78	306	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,90	2,70	24,91	139,66	331	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59		
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СУХОФРУКТОВ	150	0,03	0,03	7,12	28,99	396	2008
Итого за прием пищи:	**547**	**16,41**	**17,27**	**80,52**	**508,56**		
Полдник							
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	5,25	6,87	19,43	161,23	184	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
СДОБА САХАРНАЯ	50	4,12	3,66	30,72	172,07	467	2023
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,20	0,91	9,01	49,30	395	2023
Итого за прием пищи:	**400**	**12,10**	**11,56**	**69,20**	**429,96**		
Всего за день:		**40,21**	**47,41**	**248,24**	**1 291,40**		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	10,10	13,40	32,97	172,82	189	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	3,85	3,07	10,04	83,76	3	2023
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	8,24	34,09	393	2023
Итого за прием пищи:	**390**	**14,08**	**16,47**	**51,25**	**290,67**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**		
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,44	0,32	1,81	12,23	41	2008
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,88	4,14	6,52	73,34	75	2008
КОТЛЕТА ПО-ДОМАШНЕМУ	60	7,08	16,25	10,90	168,89	272	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,24	2,98	15,19	96,87	321	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	150	0,17	0,03	12,35	50,29	382	2023
Итого за прием пищи:	**570**	**14,66**	**24,02**	**65,29**	**489,77**		
Полдник							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,30	213	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,54	4,67	11,77	152,98	346	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	3,33	3,13	29,48	159,27	472	2023
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	400	2023
Итого за прием пищи:	**400**	**17,58**	**16,05**	**58,54**	**499,48**		
Всего за день:		**46,72**	**56,94**	**184,88**	**1 326,92**		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,10	8,23	26,27	116,53	112	2008
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/10	2,35	0,90	21,63	104,26	2	2023
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,95	2,44	12,11	83,15	433	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**11,40**	**11,57**	**60,01**	**303,94**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	49,49	399	2023
Итого за прием пищи:	**100**	**0,49**	**0,10**	**9,80**	**49,49**		
Обед							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	0,44	0,03	2,56	12,22	135	2023
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	180	4,11	4,97	21,74	136,20	85	2023
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	17,41	19,74	21,25	193,93	309	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,58	26,32	402	2008
Итого за прием пищи:	**550**	**24,81**	**25,04**	**70,65**	**456,82**		
Полдник							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	150	21,53	9,31	37,44	323,08	229	2023
СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ)	55	1,12	3,25	7,06	66,07	354	2023
ПЕЧЕНЬЕ (В АССОРТИМЕНТЕ)	15	1,13	1,47	11,16	62,55		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,65	26,89	430	2008
Итого за прием пищи:	**370**	**23,86**	**14,03**	**62,31**	**478,59**		
Всего за день:		**60,56**	**50,74**	**202,77**	**1 288,84**		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	6,35	6,68	32,34	135,12	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	13	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,18	0,00	8,78	35,82	432	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**8,89**	**15,83**	**56,23**	**323,44**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	49,49	399	2023
Итого за прием пищи:	**100**	**0,49**	**0,10**	**9,80**	**49,49**		
Обед							
САЛАТ "КАЛЕЙДОСКОП"	30	0,52	0,33	1,52	11,46	35	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,44	6,93	16,00	90,63	101	2008
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	60/20	8,09	4,67	8,93	112,30	245	2008
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2,51	2,60	26,44	139,18	325	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,69	36,44	ТК№048	2023
Итого за прием пищи:	**590**	**16,50**	**14,92**	**80,10**	**478,16**		
Полдник							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,85	7,84	1,82	105,40	214	2008
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,41	3,98	7,89	73,29	56	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		
СДОБА ПОСЫПНАЯ	50	4,12	3,66	30,72	172,07	467	2023
КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	435	2008
Итого за прием пищи:	**400**	**18,26**	**19,35**	**56,47**	**477,62**		
Всего за день:		**44,14**	**50,20**	**202,60**	**1 328,71**		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	471,69	524,35	2 010,70	13 191,02
Среднее значение за период	47,17	52,44	201,07	1 319,10
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.3	35.8	49.9	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли 12 часов	393	100	564	394

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402994

Владелец Карпенко Ирина Николаевна

Действителен С 29.01.2025 по 29.01.2026