

1 неделя, 1 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|----------------------------------|---|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------|
| | | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 180 | 200 | 3.6 | 4.5 | 3.5 | 4.4 | 25.4 | 31.7 | 148.8 | 216.0 | 7/4 |
| | Батон обогащ (валитек-8) с сыром | 30 | 40 | 3.6 | 4.9 | 2.1 | 2.9 | 10.5 | 14 | 78.0 | 104.0 | 3/13 |
| | Какао с молоком | 150 | 200 | 2.9 | 3.9 | 2.6 | 3.5 | 17.2 | 22.9 | 101.2 | 135.0 | 14/10 |
| | Итого за завтрак | 360 | 440 | 10.1 | 13.3 | 8.2 | 10.8 | 53.1 | 68.6 | 328.0 | 455.0 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Сок фруктовый (индивидуальная упаковка) | 200 | 200 | 1 | 1 | 0 | 0 | 23 | 23 | 92 | 92 | 8/12 |
| | Итого за II завтрак | | | 1 | 1 | 0 | 0 | 23 | 23 | 92 | 92 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Огурец свежий порционно | 30 | 60 | 0.4 | 0.45 | 0.05 | 0.06 | 1.25 | 1.5 | 7.05 | 8.46 | 1/12 |
| | Суп крестьянский с крупой и сметаной | 150 | 180 | 1.35 | 1.62 | 3.27 | 3.93 | 7.57 | 9.09 | 66 | 79.2 | 2/9 |
| | Макаронные изделия отварные | 100 | 130 | 3.5 | 4.6 | 2.5 | 3.2 | 21.6 | 28 | 125.3 | 162.9 | 43/3 |
| | Фрикадельки из мяса говядины припущенные | 60 | 80 | 9.00 | 12.1 | 9.59 | 12.8 | 4.5 | 6 | 141 | 188 | 22/8 |
| | Компот из сухофруктов (сад) | | 180 | | 0.44 | | 0.02 | | 16.4 | | 64.8 | 6/10 |
| | Компот лимонный (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.2 | | 8/10 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| Хлеб дарницкий обогащ(валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 | |
| | Итого за обед | 535 | 687 | 17.1 | 22.5 | 15.8 | 20.6 | 65.5 | 83.7 | 480.9 | 614.3 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Омлет запеченый | 100 | 100 | 9.8 | 9.8 | 13.2 | 13.2 | 1.7 | 1.7 | 104.8 | 104.8 | 2/6 |
| | Горошек зеленый | 50 | 50 | 1.5 | 1.5 | 1.9 | 1.9 | 3.2 | 3,2 | 36.0 | 36.0 | 1/1 |
| | Чай | 150 | 200 | 0.03 | 0.04 | 0.01 | 0.01 | 6.82 | 9 | 26.2 | 35 | 10/10 |
| | Итого за полдник | 300 | 350 | 11.3 | 11.3 | 15.1 | 15.1 | 11.7 | 13.9 | 167.0 | 175.8 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| | Итого за весь день | | | 39.5 | 48.2 | 39.1 | 46.4 | 153.3 | 189.2 | 1067.9 | 1337.1 | |

1 неделя, 2 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|---|---|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------|
| | | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 150 | 200 | 4.4 | 5.9 | 3.9 | 5.2 | 23.0 | 30.7 | 146.2 | 195 | 14/4 |
| | Батон обогащ (валитек-8) с маслом сливочным | 30 | 40 | 1.7 | 2.5 | 7.8 | 8 | 11.5 | 17.1 | 124.7 | 154 | 1/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 2.7 | 3 | 2.59 | 3 | 12 | 13.4 | 80.1 | 89 | 13/10 |
| | Итого за завтрак | 360 | 440 | 8.8 | 11.4 | 14.3 | 16.2 | 23.5 | 61.2 | 351.0 | 438.0 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Фрукты свежие порционно (банан) | 100 | 100 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | 11/1 |
| Итого за II завтрак | | | | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из белокочанной капусты с растительным маслом | 30 | 60 | 0.49 | 1.00 | 1.98 | 4 | 3.22 | 6.5 | 32.5 | 65 | 1/1 |
| | Свекольник со сметаной (на мясном бульоне) | 150 | 180 | 1.3 | 1.5 | 3.2 | 3.9 | 8.7 | 10.51 | 69.7 | 83.7 | 5/2 |
| | Картофельное пюре | 100 | 130 | 2 | 2.6 | 2.8 | 3.6 | 13.7 | 17.8 | 90 | 117 | 3/3 |
| | Биточки из мяса кур | 60 | 80 | 11 | 14.67 | 9.1 | 12.1 | 6 | 8 | 121.92 | 162.56 | 5/9 |
| | Кисель (сад) | | 180 | | 1.36 | | 0 | | 29 | | 116.1 | 8/6 |
| | Компот из шиповника (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.35 | | 15/10 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Итого за обед | 520 | 667 | 17 | 23.64 | 17.35 | 23.93 | 58.13 | 89.01 | 435.27 | 627.96 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Пудинг из творога с морковью | 120 | 150 | 14.45 | 18.06 | 11.1 | 13.87 | 18.76 | 23.45 | 234 | 292.5 | 18/5 |
| | Соус шоколадный | 30 | 45 | 0.7 | 1.2 | 1.41 | 4.45 | 7.4 | 7.4 | 43.88 | 54.85 | 2/11 |
| | Молоко кипяченое | 150 | 200 | 5.2 | 5.8 | 5.3 | 5.9 | 8.1 | 9 | 100 | 111 | 8-Jul |
| | Итого за полдник | 300 | 395 | 20.9 | 24.5 | 18.8 | 22.1 | 34.3 | 39.9 | 388.9 | 458.4 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| Итого за весь день | | | | 47.1 | 59.9 | 50.8 | 62.7 | 125.7 | 199.9 | 1222.1 | 1571.3 | |

1 неделя, 3 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|------------|--------------|-------------|-----|-------|---|------|---|----------|---|-------|---|----------|
| я/с | | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |

| я/с | Наименование | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
|---|--|-------------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------|
| | | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Суп молочный с крупой | 150 | 200 | 2.6 | 3.1 | 3.1 | 3.7 | 10.6 | 12.7 | 81 | 97.2 | 22/2 |
| | Батон обогащ(валитек-8) с маслом сливочным и яйцом | 45 | 55 | 4 | 4.9 | 5 | 6.2 | 11.6 | 14.2 | 108.8 | 133 | 2/13 |
| | Чай с молоком | 150 | 200 | 1 | 1.4 | 1 | 1.42 | 8.4 | 11.2 | 45.7 | 61 | 12/10 |
| | Итого за завтрак | 345 | 455 | 7.6 | 9.4 | 9.1 | 11.3 | 30.6 | 38.1 | 235.5 | 291.2 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| | | II завтрак | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Напиток вит Витошка(сад), сок фруктовый (ясли) | 200 | 200 | 1 | 0.36 | 0 | 0 | 23 | 19 | 92 | 80 | 15/3,8/12 |
| Итого за II завтрак | | | | 1 | 0.36 | 0 | 0 | 23 | 19 | 92 | 80 | |
| | | Обед | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из отварной свеклы с растит./маслом | 30 | 60 | 0.41 | 0.8 | 2.48 | 5 | 2.04 | 4.1 | 32 | 64 | 20/1 |
| | Суп из овощей со сметаной | 150 | 180 | 1.1 | 1.3 | 3.9 | 4.7 | 6.2 | 7.4 | 65.2 | 78 | 14/2 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 100 | 130 | 5.74 | 7.46 | 4.55 | 5.92 | 25.21 | 32.77 | 166.6 | 216.6 | 1/7 |
| | Суфле из печени | 60 | 80 | 12.04 | 16.1 | 4.13 | 5.5 | 1.65 | 2.2 | 92.2 | 123 | 11/2 |
| | Соус сметанный | 20 | 30 | 0.24 | 0.35 | 1.46 | 2.19 | 0.83 | 1.25 | 17.5 | 26.3 | 5/3 |
| | Компот из яблок и изюма | 150 | 180 | 0.21 | 0.25 | 0.01 | 0.01 | 13.8 | 16.6 | 53.2 | 63.9 | 2/10 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Итого за обед | 555 | 717 | 22.4 | 29.6 | 17.0 | 23.9 | 67.8 | 87.0 | 515.0 | 682.7 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| | | Полдник | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Растегай печенный из дрожжевого теста с минтаем | 70 | 80 | 8.5 | 9.2 | 8.1 | 8.7 | 26.2 | 28.2 | 212 | 229 | 22/2 |
| | Чай с лимоном | 150 | 200 | 0.06 | 0.08 | 0.01 | 0.01 | 6.8 | 9.23 | 27 | 36 | 8/8 |
| | Итого за полдник | 220 | 280 | 8.56 | 9.28 | 8.11 | 8.71 | 33 | 37.43 | 239 | 265 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| Итого за весь день | | | | 39.5 | 48.6 | 34.2 | 43.9 | 154.4 | 181.6 | 1081.5 | 1318.9 | |

1 неделя, 4 день

| Приём пищи | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | К/кал | № рецепт |
|------------|-------------|-------|------|----------|-------|----------|
|------------|-------------|-------|------|----------|-------|----------|

| я/с | Наименование | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
|---|--|------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Запеканка из творога с яблоками | 120 | 150 | 15.97 | 19.96 | 13.69 | 17.12 | 21.14 | 26.42 | 272.4 | 340.5 | 16/5 |
| | Соус молочный сладкий | 50 | 50 | 1.2 | 1.2 | 2.35 | 2.35 | 7.4 | 7.4 | 54.8 | 54.8 | 2/11 |
| | Какао с молоком | 150 | 200 | 2.9 | 3.9 | 2.6 | 3.5 | 17.2 | 22.9 | 101.2 | 135.0 | 14/10 |
| | Батон обогащ(валитек-8) с маслом сливочным | 30 | 40 | 1.7 | 2.5 | 7.8 | 8 | 11.5 | 17.1 | 124.7 | 154 | 1/13 |
| | Итого за завтрак | 350 | 440 | 21.8 | 27.6 | 26.5 | 31.0 | 57.2 | 73.8 | 553.1 | 684.3 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Компот из шиповника | 180 | 180 | 0.17 | 0.02 | 0.07 | 0.08 | 12.51 | 15.01 | 66.75 | 80.1 | 15/10 |
| Итого за II завтрак | | | | 0.17 | 0.02 | 0.07 | 0.08 | 12.51 | 15.01 | 66.75 | 80.1 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из свежих огурцов с раст маслом | 30 | 60 | 0.22 | 0.44 | 2.96 | 5.93 | 0.68 | 1.37 | 30 | 60 | 1/10 |
| | Борщ из свежей капусты со сметаной | 150 | 180 | 1.3 | 1.5 | 3.2 | 3.9 | 7.71 | 9.25 | 60.75 | 72.9 | 2/1 |
| | Гуляш из мяса говядины | 60 | 80 | 8.9 | 11.9 | 9.4 | 12.5 | 2.8 | 3.7 | 132 | 176 | 12/8 |
| | Макаронные изделия отварные | 100 | 130 | 3.5 | 4.6 | 2.5 | 3.2 | 21.6 | 28 | 125.3 | 162.9 | 43/3 |
| | Компот из свежих фруктов (сад) | | 180 | 5.8 | 6.9 | 5.8 | 6.9 | 13.3 | 16 | 51.9 | 62.4 | 27 |
| | Компот лимонный (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.2 | | 8/10 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Итого за обед | 535 | 687 | 22.5 | 28.7 | 24.3 | 33.0 | 76.7 | 81.0 | 541.5 | 645.1 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Рагу из овощей | 100 | 130 | 1.56 | 2 | 2.46 | 3.2 | 8.9 | 11.6 | 64.6 | 84 | 7/6 |
| | Чай с молоком | 150 | 200 | 1 | 1.4 | 1 | 1.42 | 8.4 | 11.2 | 45.7 | 61 | 12/10 |
| | Итого за полдник | 250 | 330 | 2.6 | 3.4 | 3.5 | 4.6 | 17.3 | 22.8 | 110.3 | 145.0 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| Итого за весь день | | | | 47.0 | 59.6 | 54.3 | 68.7 | 163.7 | 192.7 | 1271.6 | 1554.5 | |

1 неделя, 5 день

| Прием пищи | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | К/кал | № рецепт |
|------------|-------------|-------|------|----------|-------|----------|
|------------|-------------|-------|------|----------|-------|----------|

| я/с | Наименование | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
|-------------------|--|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Каша геркулесовая мол. с маслом сливочным | 150 | 200 | 4.7 | 6.3 | 5.5 | 7.4 | 20.4 | 27.2 | 151.5 | 202 | 8/4 |
| | Батон обогащ(валитек-8) с маслом сливочным и сыром | 35 | 45 | 3.8 | 5 | 5.1 | 6.6 | 10.9 | 14.1 | 106.5 | 137 | 4/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 2.7 | 3 | 5.9 | 2.9 | 12 | 13.4 | 80.1 | 89 | 13/10 |
| | Итого за завтрак | 365 | 445 | 11.2 | 14.3 | 16.5 | 16.9 | 43.3 | 54.7 | 338.1 | 428.0 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Фрукты свежие порционно(яблоко) | 100 | 100 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | 11/1 |
| | Итого за II завтрак | | | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из белокочанной капусты с р/маслом | 30 | 60 | 0.5 | 1 | 3.9 | 2.9 | 5.9 | 4.3 | 31.5 | 63 | 1/1 |
| | Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной | 150 | 180 | 3.8 | 5.1 | 9.2 | 12.3 | 10.3 | 13.7 | 141 | 188 | 15/2 |
| | Рис отварной с овощами | 130 | 150 | 3.19 | 3.68 | 2.93 | 3.38 | 32.14 | 37.8 | 170.69 | 196.95 | 45/3 |
| | Тефтели рыбные в соусе | 70/30 | 80/50 | 9.97 | 11.61 | 2.3 | 4.7 | 8.52 | 11.28 | 94.86 | 119.6 | 12/7 |
| | Компот из сухофруктов (сад) | | 180 | | 0.44 | | 0.02 | | 16.4 | | 64.8 | 6/10 |
| | Компот из шиповника (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.35 | | 15/10 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Итого за обед | 605 | 7.57 | 20.3 | 25.1 | 18.8 | 23.9 | 87.5 | 106.2 | 579.7 | 743.3 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Сдоба обыкновенная | 60 | 70 | 5.6 | 6.1 | 4.2 | 4.55 | 35.13 | 37.8 | 155 | 216 | 9/12 |
| | Чай | 150 | 200 | 0.03 | 0.04 | 1.9 | 2.3 | 28.1 | 34.3 | 145.3 | 148.0 | 8/10 |
| | Итого за полдник | 210 | 270 | 5.6 | 6.1 | 6.1 | 6.9 | 63.2 | 72.1 | 300.3 | 364.0 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| | Итого за весь день | | | 37.5 | 46.0 | 41.8 | 48.0 | 203.8 | 242.8 | 1265.1 | 1582.3 | |

2 неделя, 6 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|---|--|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------|
| | | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180 | 200 | 4.4 | 5.9 | 3.9 | 5.2 | 23.0 | 30.7 | 146.2 | 195 | 14/4 |
| | Батон обогащ (валитек-8) с сыром | 30 | 40 | 3.6 | 4.9 | 2.1 | 2.9 | 10.5 | 14 | 78 | 104 | 3/13 |
| | Какао с молоком | 150 | 200 | 2.09 | 3.87 | 2.61 | 3.48 | 17.18 | 22.9 | 101.2 | 135 | 14/10 |
| | Итого за завтрак | 360 | 440 | 10.1 | 14.7 | 8.6 | 11.6 | 27.7 | 67.6 | 325.4 | 434.0 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Напиток вит Витошка(сад), сок фруктовый (ясли) | 200 | 200 | 1 | 0.36 | 0 | 0 | 23 | 19 | 92 | 80 | 15/3,8/12 |
| Итого за II завтрак | | | | 1 | 0.36 | 0 | 0 | 23 | 19 | 92 | 80 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Горошек зеленый | 50 | 50 | 1.5 | 1.5 | 1.9 | 1.9 | 3.2 | 3.2 | 36.0 | 36.0 | 1/1 |
| | Суп картофельный с рыбой | 150 | 180 | 5.4 | 6.5 | 3 | 3.7 | 9.7 | 11.6 | 89.2 | 107.1 | 19/2 |
| | Макаронные изделия отварные | 100 | 130 | 3.5 | 4.6 | 2.5 | 3.2 | 21.6 | 28 | 125.3 | 162.9 | 43/3 |
| | Котлета из мяса говядины | 60 | 80 | 8.53 | 11.38 | 8.32 | 11.1 | 3.86 | 5.15 | 124.5 | 166 | 14/8 |
| | Компот из сухофруктов (сад) | | 180 | | 0.4 | | 0.02 | | 16.4 | | 64.8 | 6/10 |
| | Компот лимонный (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.2 | | 8/10 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| Итого за обед | | 555 | 677 | 21.8 | 27.7 | 16.1 | 20.4 | 69.0 | 83.9 | 516.5 | 647.7 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Пирожки печеные др теста с капустой и яйцом | 60 | 70 | 3.7 | 4.3 | 4.22 | 4.9 | 20 | 23.4 | 133 | 155 | 1/12+19/12 |
| | Чай с молоком | 150 | 200 | 1 | 1.4 | 1 | 1.42 | 8.4 | 11.2 | 45.7 | 61 | 12/10 |
| | Итого за полдник | 210 | 270 | 4.7 | 5.7 | 5.22 | 6.32 | 28.4 | 34.6 | 178.7 | 216 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| Итого за весь день | | | | 37.6 | 48.5 | 30.0 | 38.3 | 148.1 | 205.1 | 1112.6 | 1377.7 | |

2 неделя, 7 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|------------|--------------|-------------|--|-------|--|------|--|----------|--|-------|--|----------|
|------------|--------------|-------------|--|-------|--|------|--|----------|--|-------|--|----------|

| я/с | Наименование | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
|---|---|-------------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------|
| | | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Пудинг из творога с морковью | 120 | 150 | 14.45 | 18.06 | 11.1 | 13.87 | 18.76 | 23.45 | 234 | 292.5 | 18/5 |
| | Соус молочный сладкий | 50 | 50 | 1.2 | 1.2 | 2.3 | 2.3 | 7.4 | 7.4 | 54.8 | 54.8 | 2/11 |
| | Батон обогащ (валитек-8) с маслом сливочным | 30 | 40 | 1.76 | 2.59 | 7.81 | 8.09 | 11.5 | 17.1 | 124.7 | 154.04 | 1/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 2.7 | 3 | 2.59 | 3 | 12 | 13.4 | 80.1 | 89 | 13/10 |
| | Итого за завтрак | 380 | 440 | 20.1 | 24.9 | 23.8 | 27.3 | 49.7 | 61.4 | 493.6 | 590.3 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| | | II завтрак | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Фрукты свежие порционно (банан) | 100 | 100 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | 11/1 |
| Итого за II завтрак | | | | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | |
| | | Обед | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из отварной свеклы с растит./маслом | 30 | 60 | 0.41 | 0.8 | 2.48 | 5 | 2.04 | 4.1 | 32 | 64 | 20/1 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной | 150 | 180 | 1.2 | 1.4 | 1.9 | 2.3 | 4.9 | 5.9 | 42 | 50.4 | 6/2 |
| | Плов из мяса кур | 180 | 200 | 17.2 | 19.1 | 15.7 | 17.4 | 29.6 | 32.9 | 331.2 | 368 | 4/9 |
| | Кисель (сад) | | 180 | | 1.36 | | 0 | | 29 | | 116.1 | 8/6 |
| | Компот из шиповника (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.35 | | 15/10 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Итого за обед | 555 | 677 | 21.6 | 26.0 | 20.5 | 25.3 | 67.2 | 94.6 | 546.9 | 709.4 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| | | Полдник | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Шаньги печеные из дрожжевого теста с картофелем | 65 | 70 | 5.6 | 6.13 | 5.84 | 6.29 | 34.8 | 37.52 | 214.2 | 221.82 | 4/12 |
| | Чай с лимоном | 150 | 200 | 0.06 | 0.08 | 0.01 | 0.01 | 6.8 | 9.2 | 27.0 | 36.0 | 11/10 |
| | Итого за полдник | 215 | 270 | 5.7 | 6.2 | 5.9 | 6.3 | 41.6 | 46.8 | 241.2 | 257.8 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| Итого за весь день | | | | 47.8 | 57.4 | 50.6 | 59.2 | 168.2 | 212.5 | 1328.7 | 1604.6 | |

2 неделя, 8 день

| Приём пищи | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | К/кал | № рецепт |
|------------|-------------|-------|------|----------|-------|----------|
|------------|-------------|-------|------|----------|-------|----------|

| я/с | Наименование | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
|-------------------|---|------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 200 | 4.18 | 5.5 | 4.5 | 6.1 | 14.7 | 19.7 | 117 | 156 | 2/10 |
| | Чай с молоком | 150 | 200 | 1 | 1.4 | 1 | 1.42 | 8.4 | 11.2 | 45.7 | 61 | 12/10 |
| | Батон обогащ (валитек-8) с маслом сливочным и яйцом | 45 | 55 | 4 | 4.9 | 5 | 6.2 | 11.6 | 14.2 | 108.8 | 133 | 2/13 |
| | Итого за завтрак | 345 | 455 | 9.2 | 11.8 | 10.5 | 13.7 | 34.7 | 45.1 | 271.5 | 350.0 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Сок фруктовый (индивидуальная упаковка) | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23 | 23 | 92 | 92 | 8/12 |
| | Итого за II завтрак | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 23 | 23 | 92 | 92 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из свежих огурцов с растит./маслом | 30 | 60 | 0.2 | 0.4 | 2.9 | 5.9 | 0.6 | 1.4 | 30 | 60 | 14/1 |
| | Суп картофельный с крупой и сметаной на кур бульоне | 150 | 180 | 9.86 | 13.15 | 10.68 | 13.15 | 14.87 | 22.48 | 186.5 | 248.7 | 16/2 |
| | Картофельное пюре | 100 | 130 | 2 | 2.6 | 2.8 | 3.6 | 13.7 | 17.8 | 90 | 117 | 3/3 |
| | Биточки рыбные | 70 | 80 | 9.62 | 11 | 1.4 | 1.6 | 5.6 | 6.4 | 73.5 | 84 | 2,7 |
| | Компот из свежих фруктов (сад) | | 180 | | 6.9 | | 6.9 | | 16 | | 62.4 | 27 |
| | Компот лимонный (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.2 | | 8/10 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Итого за обед | 530 | 667 | 23.9 | 36.6 | 18.1 | 31.5 | 61.3 | 81.3 | 501.0 | 655.7 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Пирожки печенные из дрожжевого теста с повидлом | 60 | 70 | 3.6 | 4.2 | 2.9 | 3.4 | 23.3 | 32.3 | 183 | 213.5 | 9/6 |
| | Чай | 150 | 200 | 0.03 | 0.04 | 0.01 | 0.01 | 6.82 | 9.1 | 26.2 | 35.0 | 10/10 |
| | Итого за полдник | 210 | 270 | 3.6 | 4.2 | 2.9 | 3.4 | 30.1 | 41.4 | 209.2 | 248.5 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| | Итого за весь день | | | 36.7 | 52.6 | 31.5 | 48.6 | 149.1 | 190.8 | 1073.7 | 1346.2 | |

2 неделя, 9 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|-------------------|--|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------|
| | | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180 | 200 | 5.88 | 6.5 | 5.37 | 6 | 28.11 | 31.2 | 135.6 | 169.5 | 13/4 |
| | Батон обогащ (валитек-8) с маслом сливочным | 30 | 40 | 1.7 | 2.5 | 7.8 | 8 | 11.5 | 17.1 | 124.7 | 154 | 1/13 |
| | Какао с молоком | 150 | 200 | 2.09 | 3.87 | 2.61 | 3.48 | 17.18 | 22.9 | 101.2 | 135 | 14/10 |
| | Итого за завтрак | 360 | 440 | 9.7 | 12.9 | 15.8 | 17.5 | 56.8 | 71.2 | 361.5 | 458.5 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Фркты свежие порционно (яблоко) | 100 | 100 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | 11/1 |
| | Итого за II завтрак | | | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 9.8 | 47 | 47 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Салат из белокочанной капусты и моркови с р/маслом | 30 | 60 | 0.5 | 1.01 | 1.99 | 3.97 | 2.96 | 5.4 | 31.5 | 63 | 1/2 |
| | Рассольник со сметаной (на мясном бульоне) | 150 | 180 | 1.3 | 1.6 | 3.3 | 4 | 9.3 | 11.2 | 74.2 | 89.2 | 11/2 |
| | Печень по-строгановски | 50 | 80 | 6.2 | 10 | 6.5 | 10.5 | 1.26 | 2 | 90 | 144 | 11/1 |
| | Макаронные изделия отварные | 100 | 130 | 3.5 | 4.6 | 2.5 | 3.2 | 21.6 | 28 | 125.3 | 162.9 | 43/3 |
| | Компот лимонный (ясли) | 150 | | 0.17 | | 0 | | 12.51 | | 53.2 | | 8/10 |
| | Компот из сухофруктов (сад) | | 180 | | 0.4 | | 0.02 | | 16.4 | | 64.8 | 6/10 |
| | Хлеб дарницкий обогащ (валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| | Итого за обед | 525 | 687 | 14.3 | 20.9 | 14.7 | 22.2 | 65.7 | 85.7 | 462.5 | 634.8 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Суфле творожное | 120 | 150 | 17.6 | 22 | 14.5 | 18.1 | 16.4 | 20.5 | 268.8 | 336 | 6/3 |
| | Соус фруктовый | 20 | 30 | 1 | 1.2 | 1.41 | 2.35 | 4.45 | 7.4 | 43.88 | 54.85 | 8/11 |
| | Молоко кипяченое | 150 | 200 | 5.2 | 5.8 | 5.3 | 5.9 | 8.1 | 9 | 100 | 111 | 8/7 |
| | Итого за полдник | 290 | 380 | 23.8 | 29.0 | 21.2 | 26.4 | 29.0 | 36.9 | 412.7 | 501.9 | |
| | Суммарные объемы порций (не менее) | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| | Итого за весь день | | | 48.2 | 63.2 | 52.1 | 66.5 | 161.3 | 203.6 | 1283.7 | 1642.2 | |

2 неделя, 10 день

| Приём пищи | Наименование | Выход блюда | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | К/кал | | № рецепт |
|---|--|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------|
| | | ясли | сад | я | с | я | с | я | с | я | с | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 8.00 - 8.25 | Каша мол ассорти (рис + греча) с маслом слив. | 150 | 200 | 3.8 | 5.1 | 4.4 | 5.8 | 185 | 24.6 | 129 | 172 | 18/4 |
| | Батон обогащ(валитек-8) с сыром | 30 | 40 | 3.6 | 4.9 | 2.1 | 2.9 | 10.5 | 14 | 78 | 104 | 3/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 2.7 | 3 | 5.9 | 2.9 | 12 | 13.4 | 80.1 | 89 | 13/10 |
| | Итого за завтрак | 360 | 440 | 10.1 | 13.0 | 12.4 | 11.6 | 207.5 | 52.0 | 287.1 | 365.0 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 350 | 400 | | | | | | | | | |
| II завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 10.00 | Компот из шиповника | 180 | 180 | 0.17 | 0.2 | 0.07 | 0.08 | 12.51 | 15.01 | 66.75 | 80.1 | 15/10 |
| | Итого за II завтрак | | | 0.17 | 0.2 | 0.07 | 0.08 | 12.51 | 15.01 | 66.75 | 80.1 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 11.45 - 12.45 | Огурец свежий порционно | 30 | 60 | 0.4 | 0.45 | 0.05 | 0.06 | 1.25 | 1.5 | 7.05 | 8.46 | 1/12 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 180 | 3.19 | 3.8 | 3 | 3.6 | 11.8 | 14.2 | 88.5 | 106.2 | 17/2 |
| | Мясо говядины тушеное с овощами | 150 | 180 | 11.7 | 14.1 | 11.7 | 14 | 14.8 | 17.8 | 213.7 | 256.5 | 3/8 |
| | Компот из яблок и изюма | 150 | 180 | 0.21 | 0.25 | 0.01 | 0.01 | 13.86 | 16.6 | 53.25 | 63.9 | 2/10 |
| | Хлеб дарницкий обогащ валитек-8) | 30 | 37 | 2.04 | 2.51 | 0.27 | 0.33 | 14 | 17.2 | 67.8 | 83.6 | 1/14 |
| | Хлеб пшеничный обогащ(валитек-8) | 15 | 20 | 0.6 | 0.8 | 0.16 | 0.22 | 4.1 | 5.5 | 20.5 | 27.3 | 1/15 |
| | Итого за обед | 525 | 657 | 18.14 | 21.91 | 15.19 | 18.22 | 59.81 | 72.8 | 450.8 | 545.96 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 450 | 600 | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 15.25 - 15.35 | Ватрушки печеные из дрожжевого теста со сметаной | 65 | 65 | 5.6 | 5.6 | 8.4 | 8.4 | 30.7 | 30.7 | 223 | 223 | 6/12 |
| | Чай | 150 | 200 | 0.03 | 0.04 | 0.01 | 0.01 | 6.8 | 9.1 | 26.2 | 35.0 | 8/10 |
| | Итого за полдник | 215 | 265 | 5.6 | 5.6 | 8.4 | 8.4 | 37.5 | 39.8 | 249.2 | 258.0 | |
| Суммарные объемы порций (не менее) | | 200 | 250 | | | | | | | | | |
| Итого за весь день | | | | 34.0 | 40.8 | 36.1 | 38.3 | 317.3 | 179.6 | 1053.9 | 1249.1 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

| | | | Я | С | Я | С | Я | С | Я | С |
|-----------------------|--|--|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|
| фактически в день | | | 41.5 | 52.5 | 42.0 | 52.1 | 174.5 | 199.8 | 1176.1 | 1458.4 |
| физиологические нормы | | | 31.5 | 40.5 | 47.0 | 60.0 | 152.2 | 195.7 | 1050.0 | 1350.0 |
| % выполнения норм | | | 132 | 130 | 89 | 87 | 115 | 102 | 112 | 108 |



| | | | | | | | | | | | |
|--|----|----|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| | 90 | 90 | 0.36 | 0.36 | 0.36 | 0.36 | 8.82 | 8.82 | 42.3 | 42.3 | 15/10 |
|--|----|----|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|

| | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|---|---|---|---|----|----|----|----|-------|
| | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23 | 23 | 92 | 92 | 16/10 |
|--|-----|-----|---|---|---|---|----|----|----|----|-------|