

**Новикова
Лилия
Владими
ровна**

Имеет цифровую подпись отНовикова Лилия Владимировна
DN:ИИН=234101850574, СНИЛС=01224138588,
E=ya.detskjsad9@yandex.ru, C=RU,
S=Краснодарский край, L=Кущевская,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 9, G=Лилия
Владимировна, SN=Новикова, CN=Новикова
Лилия Владимировна
Причина:I am the author of this document
Размещение:
Дата:2022-03-24 09:38:37

Утверждаю:
заведующий МБДОУ д/с ОВ № 9
_____ Л.В. Новикова

Приказ № 17 от 11.01.2021 г.

**Меню приготавливаемых блюд
для организации питания детей
в возрасте от 3 до 7 лет
в холодное время года
на период 2 недели**

**МБДОУ д/с ОВ № 9
поселка Первомайского Кущевского района**

Категория: Дети 3-7 лет. ЛЕТО.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Понедельник (1ая неделя) | | | | | | | |
| Завтрак | <u>Макароны, запеченные с сыром</u> | 150 | 5,71 | 6,9 | 26,2 | 184,05 | 124 |
| Завтрак | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 380 | 13,51 | 17,99 | 104,45 | 621,18 | |
| 2ой завтрак | <u>Витаминизированный напиток</u> | 190 | 0,85 | 0 | 21,59 | 93,5 | 537 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 190 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Борщ с капустой и картофелем</u> | 200 | 2,7 | 4 | 13,62 | 100,76 | 133 |
| Обед | <u>Жаркое по-домашнему</u> | 180 | 10,55 | 23,47 | 25,65 | 347,99 | 294 |
| Обед | <u>Салат из свежих овощей с растительным маслом</u> | 70 | 0,45 | 1,77 | 1,4 | 23,18 | 24 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Компот из сока и сухофруктов</u> | 200 | 0,52 | 0 | 23 | 96,12 | 283 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 713 | 18,63 | 29,92 | 88,35 | 684,3 | |
| Полдник | <u>Булочка домашняя</u> | 70 | 1,18 | 4,83 | 10,36 | 88,63 | 583 |
| Полдник | <u>Кофейный напиток с молоком</u> | 200 | 6,1 | 6,72 | 17,72 | 157,38 | 286 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 270 | 7,28 | 11,55 | 28,08 | 246,01 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1488 | 39,9 | 59,94 | 232,64 | 1607,89 | |
| Вторник (1 неделя) | | | | | | | |
| Завтрак | <u>Котлеты рыбные с капустой и морковью запеченные</u> | 110 | 12,14 | 7,12 | 5,73 | 136,88 | 248 |
| Завтрак | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| Завтрак | <u>Чай сладкий с молоком</u> | 200 | 4,94 | 5,44 | 17,96 | 141,9 | 505 |
| Завтрак | <u>Печенье (вафли)</u> | 75 | 5,62 | 7,35 | 55,8 | 312,75 | 151 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 398 | 14,32 | 10,86 | 28,18 | 261,26 | |

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|------|-------|-------|--------|---------|-----|
| 2ой завтрак | <u>Фрукты</u> | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 199 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Суп картофельный</u> | 200 | 1,58 | 3,18 | 11,72 | 78,18 | 768 |
| Обед | <u>Плов из мяса</u> | 200 | 11,72 | 22,92 | 24,48 | 351,8 | 4/8 |
| Обед | <u>Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами</u> | 70 | 0,73 | 1,8 | 2 | 27,5 | 5 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Кисель из сока плодового или ягодного натурального</u> | 170 | 0,31 | 0 | 15,18 | 91,03 | 524 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 703 | 18,75 | 28,58 | 78,06 | 664,76 | |
| Полдник | <u>Печень по-строгановски</u> | 70 | 9,8 | 7,5 | 2,3 | 116,2 | 405 |
| Полдник | <u>Каша пшеничная (или перловая)</u> | 150 | 3,51 | 4,24 | 20,03 | 128,07 | 222 |
| Полдник | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| Полдник | <u>Молоко кипяченое</u> | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | 534 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 433 | 12,5 | 15,59 | 48,77 | 390,42 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1659 | 47,17 | 64,2 | 195,04 | 1566,86 | |

Среда (1 неделя)

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| Завтрак | <u>Каша манная вязкая или другая молочная каша</u> | 200 | 7,92 | 9,5 | 27,58 | 225,2 | 256 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| Завтрак | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| Завтрак | <u>Яйцо вареное</u> | 41 | 5,8 | 4,6 | 0 | 62,8 | 139 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 471 | 15,44 | 19,55 | 56,45 | 455,28 | |
| 2ой завтрак | <u>Кисломолочный напиток</u> | 200 | 5,6 | 8 | 8,4 | 134 | 535 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 200 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Борщ с капустой и картофелем</u> | 200 | 2,7 | 4 | 13,62 | 100,76 | 133 |
| Обед | <u>Мясо тушеное</u> | 80 | 7,68 | 17,18 | 4,28 | 201,65 | 292 |
| Обед | <u>Каша гречневая рассыпчатая</u> | 180 | 4,59 | 3,8 | 20,61 | 131,26 | 243 |
| Обед | <u>Салат из свежих помидоров с перцем</u> | 70 | 0,29 | 1,78 | 1,32 | 22,53 | 21 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Компот из сока и сухофруктов</u> | 200 | 0,52 | 0 | 23 | 96,12 | 283 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 793 | 19,61 | 26,38 | 87,15 | 656,03 | |
| Полдник | <u>Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом</u> | 70 | 1 | 5,95 | 27,77 | 147,43 | 561 |
| Полдник | <u>Какао с молоком</u> | 200 | 5,8 | 6,4 | 19,38 | 159,9 | 508 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 270 | 6,8 | 12,35 | 47,15 | 307,33 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1734 | 41,21 | 50,07 | 174,24 | 1281,02 | |

Четверг (1 неделя)

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------|
| Завтрак | <u>Омлет с сыром</u> | 100 | 11,67 | 12,64 | 1,2 | 165,91 | 138 |
| Завтрак | <u>Овощи натуральные или овощной салат</u> | 70 | 0,22 | 0,03 | 0,7 | 3,92 | 246 |
| Завтрак | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| Завтрак | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 413 | 14,96 | 16,57 | 30,14 | 328,35 | |
| 2ой завтрак | <u>Фрукты</u> | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 199 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u> | 70 | 0,31 | 1,79 | 1,3 | 22,61 | 18 |
| Обед | <u>Суп картофельный с бобовыми</u> | 200 | 5,94 | 8,64 | 19,42 | 179,82 | 149 |
| Обед | <u>Куриная котлета (биточки, шницель)</u> | 80 | 14,19 | 7,22 | 9,24 | 150,97 | 209 |
| Обед | <u>Картофельное пюре</u> | 150 | 3,19 | 3,91 | 20,75 | 127,67 | 241 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Компот из сухофруктов</u> | 200 | 0,28 | 0,02 | 17,64 | 72,78 | 527 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 763 | 25,22 | 40,86 | 85,91 | 803,18 | |
| Полдник | <u>Рагу из овощей с кабачками или баклажанами</u> | 180 | 2,25 | 4,36 | 15,44 | 105,62 | 93 |
| Полдник | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|------|-------|-------|--------|---------|-----|
| Полдник | <u>Кисель из сока плодового или ягодного натурального</u> | 170 | 0,31 | 0 | 15,18 | 91,03 | 524 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 375 | 11,72 | 14,07 | 73,52 | 470,13 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1676 | 52,38 | 71,98 | 201,33 | 1658,06 | |

Пятница (1 неделя)

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|------|-------|-------|--------|---------|-------|
| Завтрак | <u>Рыба, тушенная в томате с овощами</u> | 175 | 18,11 | 5,32 | 8,82 | 153,35 | 349 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| Завтрак | <u>Кофейный напиток с молоком</u> | 200 | 6,1 | 6,72 | 17,72 | 157,38 | 286 |
| Завтрак | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 418 | 20,29 | 9,06 | 31,27 | 277,73 | |
| 2ой завтрак | <u>Фрукты</u> | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 199 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Суп крестьянский с крупой</u> | 200 | 1,28 | 3,32 | 8,8 | 70,64 | 51 |
| Обед | <u>Бефстроганов</u> | 80 | 11,01 | 8,25 | 0,66 | 120,86 | 176 |
| Обед | <u>Каша пшеничная</u> | 180 | 4,21 | 5,09 | 24,03 | 153,68 | 222 |
| Обед | <u>Салат из свежих огурцов</u> | 70 | 0,51 | 1,81 | 1,6 | 24,65 | 16 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Компот из сока и сухофруктов</u> | 200 | 0,52 | 0 | 23 | 96,12 | 283 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 793 | 23,36 | 19,83 | 87,59 | 612,32 | |
| Полдник | <u>Вареники ленивые</u> | 160 | 24,69 | 15,37 | 36,78 | 387,09 | 327 |
| Полдник | <u>Соус сметанный сладкий</u> | 20 | 0,5 | 2,21 | 2,26 | 31,09 | 117 |
| Полдник | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 380 | 24,94 | 15,37 | 82,62 | 565,19 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1716 | 74,19 | 52,26 | 209,88 | 1589,24 | |

Понедельник (2 неделя)

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|------|------|-------|-------|------|
| Завтрак | <u>Каша манная вязкая или другая молочная каша</u> | 200 | 7,92 | 9,5 | 27,58 | 225,2 | 256 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|------|-------|-------|--------|---------|-------|
| Завтрак | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| Завтрак | <u>Яйцо вареное</u> | 41 | 5,8 | 4,6 | 0 | 62,8 | 139 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 471 | 15,98 | 19,93 | 57,01 | 462,94 | |
| 2ой завтрак | <u>Фрукты</u> | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 199 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Суп картофельный</u> | 200 | 1,58 | 3,18 | 11,72 | 78,18 | 768 |
| Обед | <u>Мясо тушеное</u> | 80 | 7,68 | 17,18 | 4,28 | 201,65 | 292 |
| Обед | <u>Овощи натуральные или овощной салат</u> | 70 | 0,22 | 0,03 | 0,7 | 3,92 | 246 |
| Обед | <u>Макароны отварные</u> | 160 | 6,38 | 4,66 | 39,06 | 218,69 | 19 |
| Обед | <u>Компот из сухофруктов</u> | 200 | 0,28 | 0,02 | 17,64 | 72,78 | 527 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 773 | 20,25 | 25,89 | 95,16 | 683,93 | |
| Полдник | <u>Печень по-строгановски</u> | 70 | 9,8 | 7,5 | 2,3 | 116,2 | 405 |
| Полдник | <u>Икра овощная (свекольная, кабачковая, морковная)</u> | 60 | 1,19 | 3,18 | 6,19 | 59,09 | |
| Полдник | <u>Печенье (вафли)</u> | 75 | 5,62 | 7,35 | 55,8 | 312,75 | 151 |
| Полдник | <u>Кофейный напиток с молоком</u> | 200 | 6,06 | 6,66 | 17,66 | 156,38 | 286 |
| Полдник | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 418 | 4,46 | 4,58 | 42,3 | 250,05 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1787 | 41,17 | 50,88 | 206,23 | 1453,32 | |

Вторник (2 неделя)

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|-----|-------|------|-------|--------|------|
| Завтрак | <u>Котлеты или биточки рыбные</u> | 80 | 11,52 | 3,18 | 8,32 | 105,44 | 161 |
| Завтрак | <u>Овощи натуральные или овощной салат</u> | 70 | 0,22 | 0,03 | 0,7 | 3,92 | 246 |
| Завтрак | <u>Чай сладкий с молоком</u> | 200 | 4,94 | 5,44 | 17,96 | 141,9 | 505 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| Завтрак | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 393 | | | | | |
| 2ой завтрак | <u>Кисломолочный напиток</u> | 200 | 5,6 | 8 | 8,4 | 134 | 535 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 200 | 5,6 | 8 | 8,4 | 134 | |

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|
| Обед | <u>Суп картофельный с клецками</u> | 200 | 2,12 | 2,94 | 13,26 | 88,22 | 151 |
| Обед | <u>Тефтели мясо-крупяные</u> | 70 | 8,88 | 20,19 | 3,19 | 228,82 | 108 |
| Обед | <u>Гарнир сложный (картофельное пюре, капуста тушеная)</u> | 150 | 3,42 | 5,93 | 19,84 | 141,9 | 553 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Компот из сока и сухофруктов</u> | 200 | 0,52 | 0 | 23 | 96,12 | 283 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 683 | 18,81 | 29,98 | 82,43 | 661,27 | |
| Полдник | <u>Булочка домашняя</u> | 70 | 1,18 | 4,83 | 10,36 | 88,63 | 583 |
| Полдник | <u>Какао с молоком</u> | 200 | 5,8 | 6,4 | 19,38 | 159,9 | 508 |
| Полдник | <u>Фрукты</u> | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 199 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 395 | 6,98 | 11,23 | 29,74 | 248,53 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1671 | 44,39 | 66,91 | 167,84 | 1435,55 | |

Среда (2 неделя)

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------|
| Завтрак | <u>Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая или другая молочная каша</u> | 180 | 6,1 | 8,55 | 17,6 | 169,49 | 272 |
| Завтрак | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| Завтрак | <u>Яйцо вареное</u> | 41 | 5,8 | 4,6 | 0 | 62,8 | 139 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 451 | 13 | 17,7 | 47,27 | 391,75 | |
| 2ой завтрак | <u>Витаминизированный напиток</u> | 190 | 0,85 | 0 | 21,59 | 93,5 | 537 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 190 | 0,85 | 0 | 21,59 | 93,5 | |
| Обед | <u>Борщ с капустой и картофелем</u> | 200 | 2,7 | 4 | 13,62 | 100,76 | 133 |
| Обед | <u>Гуляш</u> | 80 | 11,09 | 25,82 | 2,12 | 284,05 | 180 |
| Обед | <u>Картофельное пюре</u> | 150 | 3,19 | 3,91 | 20,75 | 127,67 | 241 |
| Обед | <u>Салат из свеклы и моркови</u> | 70 | 0,92 | 1,46 | 5,21 | 37,87 | 52 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Кисель из сока плодового или ягодного натурального</u> | 170 | 0,31 | 0 | 15,18 | 91,03 | 524 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 733 | 22,34 | 25,9 | 83,6 | 679,54 | |

| | | | | | | | |
|------------------------------|-----------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-----|
| Полдник | <u>Запеканка из творога</u> | 130 | 18,95 | 13,9 | 19,1 | 274,53 | 319 |
| Полдник | <u>Молоко кипяченое</u> | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | 534 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 330 | 25,23 | 20,78 | 40,26 | 450,93 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1704 | 62,37 | 55,08 | 177,41 | 1471,07 | |

Четверг (2 неделя)

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|------|-------|-------|--------|---------|-------|
| Завтрак | <u>Каша пшеничная молочная жидкая</u> | 180 | 6,17 | 13,12 | 23,98 | 228,87 | 189 |
| Завтрак | <u>Сыр порционный</u> | 15 | 3,48 | 4,42 | 0 | 54,6 | 29 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |
| Завтрак | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 16,55 | 26,69 | 53,65 | 505,73 | |
| 2ой завтрак | <u>Кисломолочный напиток</u> | 200 | 5,6 | 8 | 8,4 | 134 | 535 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 200 | 5,6 | 8 | 8,4 | 134 | |
| Обед | <u>Суп картофельный с клецками</u> | 200 | 2,12 | 2,94 | 13,26 | 88,22 | 151 |
| Обед | <u>Рагу из птицы</u> | 200 | 17,68 | 10,58 | 19,62 | 240,84 | 412 |
| Обед | <u>Овощи натуральные или овощной салат</u> | 70 | 0,22 | 0,03 | 0,7 | 3,92 | 246 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Компот из сухофруктов</u> | 200 | 0,28 | 0,02 | 17,64 | 72,78 | 527 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 733 | 24,71 | 14,25 | 75,9 | 522,01 | |
| Полдник | <u>Вареники ленивые</u> | 160 | 24,69 | 15,37 | 36,78 | 387,09 | 327 |
| Полдник | <u>Соус сметанный сладкий</u> | 20 | 0,5 | 2,21 | 2,26 | 31,09 | 117 |
| Полдник | <u>Кофейный напиток с молоком</u> | 200 | 6,1 | 6,72 | 17,72 | 157,38 | 286 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 380 | 30,79 | 22,09 | 54,5 | 544,47 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1738 | 77,65 | 71,03 | 192,45 | 1706,21 | |

Пятница (2 неделя)

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|------|
| Завтрак | <u>Каша ячневая</u> | 150 | 3,51 | 4,24 | 20,03 | 128,07 | 222 |
| Завтрак | <u>Печень тушеная</u> | 65 | 9,8 | 7,5 | 2,3 | 116,2 | 405 |
| Завтрак | <u>Хлеб с маслом</u> | 30 | 1,96 | 3,71 | 11,71 | 80,36 | 1/13 |

| | | | | | | | |
|--|--|------|-------|-------|--------|---------|-------|
| Завтрак | <u>Чай сладкий с молоком</u> | 200 | 4,94 | 5,44 | 17,96 | 141,9 | 505 |
| Завтрак | <u>Сыр порционный</u> | 15 | 3,48 | 4,42 | 0 | 54,6 | 29 |
| Завтрак | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 473 | | | | | |
| 2ой завтрак | <u>Фрукты</u> | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 199 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 125 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | |
| Обед | <u>Суп картофельный с бобовыми</u> | 200 | 5,94 | 8,64 | 19,42 | 179,82 | 149 |
| Обед | <u>Птица тушеная</u> | 100 | 14,81 | 2,98 | 4,92 | 103,7 | 213 |
| Обед | <u>Каша гречневая рассыпчатая</u> | 180 | 4,59 | 3,8 | 20,61 | 131,26 | 243 |
| Обед | <u>Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами</u> | 70 | 0,73 | 1,8 | 2 | 27,5 | 5 |
| Обед | <u>Хлеб пшеничный</u> | 25 | 1,9 | 0,22 | 11,68 | 53,4 | 114 |
| Обед | <u>Хлеб ржаной</u> | 38 | 2,51 | 0,46 | 13 | 62,85 | 115 |
| Обед | <u>Компот из сока и сухофруктов</u> | 200 | 0,52 | 0 | 23 | 96,12 | 283 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 813 | 29,69 | 23,91 | 99,17 | 718,76 | |
| Полдник | <u>Зразы или рулет из рыбы</u> | 80 | 9,86 | 5,97 | 9,55 | 128,11 | 16/7 |
| Полдник | <u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u> | 70 | 0,31 | 1,79 | 1,3 | 22,61 | 18 |
| Полдник | <u>Чай с сахаром</u> | 200 | 0 | 0 | 10,04 | 40,1 | 136/1 |
| Полдник | <u>Хлеб пшеничный</u> | 13 | 0,85 | 0,11 | 5,84 | 26,74 | 114 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 363 | 12,07 | 7,98 | 32,57 | 244,22 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1774 | 52,87 | 50,17 | 181,39 | 1365,88 | |
| Среднее значение за период | | | 5,287 | 5,017 | 18,139 | 136,588 | |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности | | | 15,48 | 33,06 | 53,12 | | |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582764

Владелец Новикова Лилия Владимировна

Действителен с 27.03.2024 по 27.03.2025