



ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 211

« 17 » ноября 2020 г.

**Об утверждении примерного цикличного 20-дневного меню в пищевой ценности
приготавливаемых блюд для муниципальных образовательных учреждений
МР «Амгинский улус (район)»**

В целях обеспечения обучающихся муниципальных образовательных учреждений Амгинского улуса высококачественным, безопасным и сбалансированным питанием по рационам питания, соответствующим установленным требованиям к безопасности и пищевой ценности, научно обоснованным рекомендациям к качественному и количественному составу в соответствии с "СанПиН 2.4.5.2409-08. Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы" утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года, постановляю:

1. Утвердить примерное цикличное 20-дневное меню горячих школьных завтраков и обедов для обучающихся муниципальных общеобразовательных учреждений МР «Амгинский улус (район)» возрастной категории 7-10 лет согласно приложению № 1 к настоящему постановлению.
2. Утвердить примерное цикличное 20-дневное меню горячих школьных завтраков и обедов для обучающихся муниципальных общеобразовательных учреждений МР «Амгинский улус (район)» возрастной категории 11-18 лет согласно приложению № 2 к настоящему постановлению.
3. Утвердить примерное цикличное 20-дневное меню для организации питания в возрастной категории от 1 до 3 лет дошкольных образовательных учреждений МР «Амгинский улус (район)» с 10,5 часовым пребыванием согласно приложению № 3 к настоящему постановлению.

126
17 " 2020

4. Утвердить примерное цикличное 20-дневное меню для организации питания в возрастной категории от 4 до 7 лет дошкольных образовательных учреждений МР «Амгинский улус (район)» с 10,5 часовым пребыванием согласно приложению № 4 к настоящему постановлению.
5. Признать утратившим в силу постановление МР «Амгинский улус (район)» от 19 августа 2020 года № 160 «Об утверждении примерного единого 20-дневного меню в пищевой ценности приготавливаемых блюд для обучающихся муниципальных общеобразовательных учреждений МР «Амгинского улуса (района)».
6. Настоящее постановление вступает в силу с момента его официального опубликования.
7. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя Главы МР «Амгинский улус (район)».

Глава МР «Амгинский улус (район)»



Архипов
Н.А.Архипов

Приложение № 3 к настоящему постановлению МР "Амгинский улус (район)"
 МР «Амгинский улус (район)» с 10,5 часовым пребыванием
 Примерное недельное меню для организации питания в возрастной категории от 1 до 3 лет дошкольных образовательных учреждений
 № 17 14.05.2020г. № 211

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
НЕДЕЛЯ 1, день: понедельник от 1 до 3 лет										
Завтрак 1 08:30										
1	Каша овсяная молочная жидкая	150	Геркулес Молоко Вода питьевая Сахар Масло сливочное	15,50 54,40 35,50 2,50 2,50	15,50 54,50 35,50 2,50 2,50	3	8	17	162	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	2	3	15	98	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00	11	7	23	66	
Итого за Завтрак 1										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10	47	
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
6	Салат из помидоров и огурцов	40	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное	22,56 17,52 6,00 2,40	1,92 14,00 4,80 2,40	3	1	29		
7	Суп картофельный на курином бульоне	150	Картофель Морковь Петрушка Бульон куриный прозрачный №163 Соль пищевая йодированная Мука пшеничная Яйцо категории д1 Вода питьевая	30,00 12,00 1,50 - 0,35 15,00 7,50 24,00	21,00 9,60 1,11 180,00 0,35 15,00 7,50 24,00	5	2	12	86	
8	Фрикадельки мясные	60	Говядина (1 категория) Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная	62,40 8,40 11,40 0,12	46,20 8,40 11,40 0,12	9	7	4	113	
9	Макароны отварные	120	Макароны отварные	42,00	42,00	4	3	21	132	
10	Компот из смеси сухофруктов	150	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая	15,00 15,00 0,15	37,50 15,00 0,15	2		23	96	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	6	7	8	9		
1		2	3	4	5	6	7	8						9
11	Хлеб пшеничный	30	Вода питьевая	150,00	150,00									
Итого за Обед			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13						65
Итого за Полдник						22	16	74						521
12	Кисломолочный продукт(кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир)	155,40	150,00	5	5	6						89
13	Печенье, витаминизированное с черной смородиной	50	Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45									
			Сахар песок	10,70	10,68									
			Масло сливочное	6,42	5,39									
			Меланж	1,77	0,48									
			Молоко	4,28	0,49	1	1	7						40
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08									
			Ягодный порошок	1,33	1,14									
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21									
Итого за Полдник						6	6	13						129
Итого за день						39	45	139						1131

НЕДЕЛЯ 1, день: вторник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30ч														
19	Омлет натуральный	60	Яйцо категории Д1	40,00	40,00									
20	Икра овощная	40	Молоко или Вода	15,50	15,50	5	5	2						75
			Масло сливочное	2,00	2,00									
			Масло сливочное	5,00	5,00									
			Кабачки	22,32	14,92									
			Баклажаны	15,88	14,28									
			Калуста белочанная	11,52	9,20									
			Морковь	8,00	6,24	1	2	2						25
			Лук репка	5,24	4,40									
Итого за Завтрак 1			Томатное пюре	4,40	4,40									
11	Хлеб пшеничный	40	Масло растительное	2,00	2,00									
22	Сыр порционный	10	Соль пищевая йодированная	0,10	0,10	2	1	17						86
21	Какао с молоком	200	Сыр Голландский 8%	40,00	40,00	2	3	36						
			Какао-порошок	10,90	10,00	4	4	25						145
			Сахар	6,00	6,00									
			Молоко	20,00	20,00									
Итого за Завтрак 1			Молоко	200,00	200,00	14	15	46						367
Завтрак 2 10:30														
23	Фрукты (груша)	75	Фрукты (груша)	13,32	12,00									
Итого за Завтрак 2						0	0	8						35
Обед 12:00														
24	Салат из моркови с растительным маслом	45	Морковь	52,00	42,00	1	3	4						48
			Сахар	1,30	1,30									
			Масло растительное	3,15	3,15									
			Капуста белокочанная	22,50	18,00									
			Картофель молодой	56,25	45,00									

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
25	Суп крестьянский с крупой	150	Морковь	7,50	6,00	2	4	7	7	98
			Лук	7,50	6,00					
			Масло растительное	1,80	1,80					
			Крупа пшеничная	4,00	4,80					
			Вода питьевая	114,00	-					
Сметана	3,75	3,75								
26	Тефтели мясные	70	Говядина	61,25	44,63	4	4,30	14,00	5	148
			Пшеничный хлеб	4,30	4,30					
			Молоко	14,00	14,00					
			Лук	16,63	14,00					
27	Рис отварной	100	Масло сливочное	5,25	5,25	2	3,50	4	140	
			Мука пшеничная	3,50	3,50					
			Масло сливочное	3,00	3,00					
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Рис	35,70	35,70	2	15,75	6,75	52	
			Фрукты ягоды быстрозамороженные	15,75	15,75					
11	Хлеб пшеничный	30	Сахар	6,75	6,75	2	127,50	1	13	65
			Вода питьевая	127,50	127,50					
Итого за Обед			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	11	17	67	551	
Подлник 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00	1	30,00	12,50	2,00	20
			Мука пшеничная	30,00	30,00					
			Молоко	12,50	12,50					
			Масло сливочное	2,00	2,00					
			Масло растительное	3,00	3,00					
30	Пирожок печёный с яблоком	50	Сахар	3,50	3,50	1	0,50	2,50	2	98
			Дрожжи хлебопекарные	0,50	0,50					
			Яйцо категории Д1	2,50	2,50					
			Яблоки	17,50	12,25					
			Итого за Подлник							
Итого за день				27	34	159	1143			

НЕДЕЛЯ 1, день: среда от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
35	Запеканка манная с изюмом	150	Молоко пастеризованное 2,5%	75,00	75,00	7	7,65	6,00	5,25	217
			Вода	51,00	51,00					
			Крупа манная	34,50	34,50					
			Виноград сушеный (изюм)	7,65	7,65					
			Яйцо категории Д1	6,00	5,25					
11	Хлеб пшеничный	30	Сахар	6,00	6,00	2	3,00	3,00	1	13
			Сметана 15%	3,00	3,00					
			Сушари	3,00	3,00					
			Масло растительное для смазки	2,25	2,25					
4	Масло сливочное	10	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	10,00	7	66	
			Масло сливочное	10,00	10,00					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
36	Чаш с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	5,00	6	7	8	14	56
Итого за Завтрак I										
Завтрак 2 10:30										
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода	66,67 26,67 11,11	66,67 26,67 33,32				5	28
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	46,52 - 0,20	37,20 2,60 0,20		3	1		27
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	150	Картофель Морковь Лук Пшено Укроп Петрушка Вода питьевая Соль пищевая йодированная	42,20 45,00 12,00 7,50 3,00 1,50 3,00 180,00 0,53	28,20 31,50 9,60 6,30 3,00 1,11 2,22 180,00 0,53	6	2	10		79
40	Суфле куриное	60	Куры Яйцо категория Д1 Масло для смазки формы Соус молочный густой №371 Масло сливочное	37,33 3,33 0,67 - -	12,67 3,33 0,67 5,00 1,67		10	10	2	140
41	Каша гречневая рассыпчатая	120	Гречневая крупа Вода питьевая Масло сливочное Соль пищевая йодированная	55,20 84,00 4,80 0,30	55,20 84,00 4,80 0,30	6	7	40		158
42	Компот из груши	150	Яблоки или айва Вода питьевая Черешня или вишня Вода Сахар песок Кислота лимонная Хлеб пшеничный	34,05 129,00 31,65 121,50 18,00 0,15 30,00	30,00 129,00 30,00 121,50 18,00 0,15 30,00			21		86
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	87	65
Итого за Обед										
Полдник 15:30										
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	Йогурт 1,5% жирности Яблоки Хлеб пшеничный Молоко Яйца категория Д1	279,00 50,00 32,50 15,00 5,00	270,00 35,00 32,50 15,00 5,00	3	3	5		81
44	Шашлык с яблоками	50				1	2	17		82

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая плотность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
52	Почечень по-строгановскл	60	3	4	5	6	7	8	9	105
			Морковь	12,60	10,08					
			Мука пшеничная	1,80	1,80	8	6	4		
			Сметана	6,30	6,30					
			Вода питьевая	21,00	21,00					
			Соль пищевая йодированная	0,15	0,15					
53	Картофельное пюре	120		126,00	88,20					99
			Молоко	33,60	33,60	3	4	6		
			масло сливочное	3,00	3,00					
			Соль пищевая йодированная	1,20	1,20					
			Брусника	15,15	15,00					
			Вода	139,50	139,50					
34	Кисель детский витаминизированный	150		15,00	15,00			17		68
			Сахар	6,75	6,75					
			Крахмал картофельный	18,75	18,75					
			Кисель с витаминами и пребиотиком	30,00	30,00	2	1	13		65
Итого за Обед		30				17	18	53		473
Подлпнк 15:30										
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	150		154,17	150,00	3	3	4		51
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
			Меланж	1,77	0,48	1	1	7		40
			Молоко	4,28	0,49					
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
			Шиповник сухая	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					
Итого за Подлпнк						4	4	11		91
Итого за день						35	39	138		1058

НЕДЕЛЯ 1, день: пятница от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая плотность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
58	Омлет с овощами	100		46,15	46,15					159
			Яйца категории Д1	24,62	24,62					
			Молоко	21,54	16,92	7	6	3		
			Лук зеленый	7,69	6,15					
			Капуста белокочанная	16,92	#####					
			Масло сливочное	7,69	7,69					
134	Салат из горошка зеленого (консервированного)	50		73,10	47,50	2	3	3		42
			Масло растительное	-	2,00					
			Петрушка	0,68	0,50					
			Какао-порошок	6,00	6,00					
21	Какао с молоком	200		20,00	20,00	4	4	25		145
			Сахар	200,00	200,00					
			Молоко	30,00	30,00	2				
18	Хлеб ржано-пшеничный	30		10,00	10,00					56
4	Масло сливочное	10					7			66
Итого за Завтрак 1						15	20	44		468

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1	3	2		4	5	6	7	8	9	
Завтрак 2 10:30				100,00	100,00	0	0	10	10	47
5	Фрукты (блоки)	100	Блоки	100,00	100,00	0	0	10	10	47
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
31	Салат из белокочанной капусты	50	Капуста белокочанная Лук зеленый или Морковь Кислота лимонная пищевая Вода питьевая Сахар Масло растительное	49,30 6,25 6,25 0,15 4,85 2,50 2,50	39,45 5,00 5,00 0,15 4,85 2,50 2,50	1	3	4	43	
59	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	Свекла Картофель Капуста белокочанная Морковь Лук Кислота лимонная пищевая Соль пищевая йодированная Петрушка Сахар Сметана	21,00 21,00 30,00 9,00 6,00 0,08 1,50 3,00 0,60 0,60	16,80 14,70 24,00 7,20 4,80 0,08 1,50 2,25 0,60 0,60	2	1	4	49	
60	Тефтели рыбные	60	Ожуха Пшеничный хлеб Молоко Мука пшеничная Масло растительное	44,25 9,75 16,50 3,75 2,25	40,50 9,75 16,50 3,75 2,25	5	4	5	76	
27	Рис отварной	120	Масло сливочное Рис	3,60 42,84	3,60 42,84	2	5	29	168	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Фрукты/ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	15,75 6,75 127,50	15,75 6,75 127,50			13	52	
61	Гренки из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой	37,50	37,50	3	13	17	82	
Итого за Обед						13	13	72	470	
Полдник 15:30										
29	Сок летний овощной, фруктовый, ягодный	150	Сок летний овощной, фруктовый, ягодный Мука пшеничная Сахар Масло сливочное Меланж Соль пищевая йодированная Изюм Пудра рафинированная Эссенция Сода пищевая	150,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	150,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	1		15	69	
62	Кефир "Столичный"	50				1	2	28	98	
Итого за Полдник						2	2	43	167	
Итого за день						30	35	169	1152	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	

НЕДЕЛЯ 2, день: понедельник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30											
66	Каша молочная "Дружба"	150	Рис Крупа пшеничная Молоко Вода питьевая Сахар Масло сливочное	12,00 15,00 77,25 51,75 3,75 3,75	12,00 15,00 77,25 51,75 3,75 3,75						
3	Лепешка якутская	30	В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45		2	3	15	98	
49	Сметана 15%	5		5,00	5,00				1		8
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200		211,00	200,00		6		5	10	108
Итого за Завтрак 1							13	15	71		388
Завтрак 2 10:30											
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	75	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода питьевая	50,00 20,00 8,33	50,00 20,00 24,99				4	4	21
Итого за Завтрак 2							0	0	4		21

Обед 12:00											
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	46,52 - 0,20	37,20 2,60 0,20			3		1	27
68	Суп фасолевый	150	Фасоль Картофель Вода или бульон Лук репчатый Морковь Укроп Говядина Пшеничный хлеб Молоко	18,00 55,95 180,00 7,50 12,00 0,23 37,50 6,75 8,25	18,00 42,00 180,00 6,30 9,60 0,15 27,75 6,75 8,25		4	1	14	79	
69	Биточки ларовые мясные	60	Масло сливочное	1,50	1,50		4	5		5	83
41	Каша гречневая рассыпчатая	100	Гречневая крупа Вода питьевая Масло сливочное	46,00 70,00 4,00	46,00 70,00 4,00		5	6	33		132
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Соль пищевая йодированная Фрукты/ягоды быстрозамороженные Сахар	0,25 15,75 6,75	0,25 15,75 6,75					13	52
11	Хлеб пшеничный	30	Вода питьевая	127,50	127,50		2	1	1,3		65
Итого за Обед							15	16	79		438

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порция	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
Полдник 15:30										
12	Кисломолочный продукт (кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир)	155,40	150,00	5	5	6	89	
			Мука пшеничная в/с +на подпыля	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
			Меданж	1,77	0,48					
			Молоко	4,28	0,49	1	2	13	100	
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
			Шпловник сухая	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					
Итого за Полдник						6	7	19	189	
Итого за день						34	38	173	1036	

НЕДЕЛЯ 2, день: вторник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
			Вода питьевая	124,50	124,50					
			Крупа пшено шлифованная	43,50	43,05					
			Молоко пастеризованное 2,5%	37,50	37,50					
			Яйцо категория Д1	17,25	15,08					
72	Пудинг пшеничный	150	Сахар песок	12,00	12,00	8	7	42	262	
			Сметана 15%	3,00	3,00					
			Сухари	3,00	3,00					
			Масло сливочное	3,00	3,00					
			Масло сливочное для смазывания форм	1,50	1,50					
11	Хлеб пшеничный	30	Масло сливочное	30,00	30,00	2	1	13	65	
4	Масло сливочное	10	Хлеб пшеничный	10,00	10,00		7		66	
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375	50,00	50,00			14	56	
			Варенье или мед	30,00	30,00					
			Вода питьевая	150,00	150,00					
Итого за Завтрак 1						10	15	69	449	
Завтрак 2 10:30										
23	Фрукты (груша)	100	Груши	17,76	16,00			10	46	
Итого за Завтрак 2						0	0	10	46	
Обед 12:00										
73	Салат из морской капусты с растительным маслом	45	Морская капуста	31,50	31,50					
			Морковь	13,50	13,50					
			Клюква	4,50	4,28					
			Масло растительное	3,15	3,15		3	2	39	
			Сахар песок	2,25	2,25					
			Соль пищевая йодированная	0,11	0,11					
			Вода или бульон	112,50	112,50					
			Морковь	23,25	18,14					
			Молоко пастеризованное 2,5%	22,50	22,50					
			Капуста белокочанная	18,75	15,00					
			Картофель	18,00	13,50	2	3	6	55	
74	Суп-пюре из разных овощей	150								

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
			Дук репка	7,20	6,05					
			Масло сливочное	3,00	3,00					
			Мука пшеничная в/с	3,00	3,00					
			Соль пищевая йодированная	1,20	1,20					
			Печень говяжья, мороженая	110,27	91,46					
			Дук репка	43,78	36,73					
			Крупа рисовая	18,65	18,41					
		150	Масло сливочное	8,11	8,11	18	9	17		217
			Яйцо категории Д1	7,46	6,49					
			Яйцо категории Д1 для смазки	2,84	2,84					
			Масло растительное для смазки	2,43	2,43					
			Соль пищевая йодированная	0,60	0,60					
			Сухофрукты (ассорти)	15,00	37,50					
		150	Сахар	15,00	15,00					
			Кислота лимонная пищевая	0,15	0,15	2		23		96
			Вода питьевая	150,00	150,00					
		30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65
			Итого за Обед			24	16	61		472
			Подпики 15:30							

17	Фиточай	150	Сахар	5,25	5,25					
			Смесь растительного сырья	1,50	1,50			15		52
			Вода питьевая	141,00	141,00					
			Мука пшеничная в/с	30,00	30,00					
			Молоко	12,50	12,50					
			Масло сливочное	2,00	2,00					
		50	Масло растительное	3,00	3,00	1	2	18		98
			Сахар	3,50	3,50					
			Дрожжи хлебопекарные	0,40	0,50					
			Яйцо категории Д1	2,50	2,50					
			Яблоки	17,50	12,25					
			Итого за Подпики			1	2	33		150
			Итого за день			35	33	173		1117

НЕДЕЛЯ 2, день: среда от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
78	Омлет натуральный с сыром	60	Яйцо категории Д1	40,00	40,00					
			Молоко или вода питьевая	15,00	15,00					
			Сыр	8,50	8,00	7	12	1		139
			Масло сливочное	2,00	2,00					
			Масло сливочное	5,00	5,00					
			Картофель	21,92	16,00					
			Морковь	7,32	6,00					
			Горошек зеленый консервированный	9,24	6,00	1	2	4		38
		40	Дук зеленый	5,00	4,00					
			Сгурец свежий	8,00	6,40					
			Масло растительное	2,00	2,00					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	8	9	
21	Какао с молоком	200	Какао-порошок	6,00	6,00	4	4	25	145		
			Сахар	20,00	20,00						
			Молоко	200,00	200,00						
11	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40,00	250,00	2	1	17	86		
Итого за Завтрак 1						14	19	47	408		
Завтрак 2 10:30											
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96		
Итого за Завтрак 2						1	2	21	96		
Обед 12:00											
80	Салат из моркови с сухофруктами	40	Морковь	40,00	31,20		2	7	51		
			Виноград сушеный (изюм)	4,40	4,40						
			Сахар песок	2,40	4,00						
			Масло растительное	2,40	2,40						
			Чир	42,20	28,20						
			Картофель	45,00	31,50						
			Морковь	12,00	9,60						
			Лук	7,50	6,50						
			Пшено	3,00	3,00	6	2	10	79		
			Укроп	1,50	1,11						
			Петрушка	3,00	2,22						
			Вода питьевая	180,00	180,00						
			Соль пищевая йодированная	0,53	0,53						
			Говядина (мясо котлетное)	32,93	30,49						
			Вода питьевая	12,20	12,20						
			Хлеб пшеничный формовой	8,54	8,54						
			Масло растительное для смазки	2,44	2,44	6	4	5	78		
			Сухари	2,44	2,44						
			Лук репка	0,20	0,20						
			Соль пищевая йодированная	0,49	0,49						
9	Макаронные отварные	120	Макаронные отварные	42,00	42,00	4	3	21	132		
			Брусника	15,15	15,00						
			Вода	139,50	139,50						
34	Кисель детский витаминизированный	150	Сахар	15,00	15,00			17	68		
			Крахмал картофельный	6,75	6,75						
			Кисель с витаминами и пребиотиком	18,75	18,75						
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Обед						18	12	73	473		
Полдник 15:30											
43	Кисломолочный продукт(йогурт)	150	Йогурт 1,5% жирности	279,00	270,00	3	3	5	81		
			Тесто для простых жареных пирожков №437.1	-	36,23						
			Мука пшеничная	1,08	1,08						
			Повидло	18,72	18,72	2	2	13	81		
			Меланж	18,72	18,72						
			Кулинарный жир	0,95	0,95						
Итого за Полдник						5	5	18	162		
Итого за день						38	38	159	1139		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Ж	Б	У	Ж	
1		2		3	4	5	6	7	8	9

НЕДЕЛЯ 2, день: четверг от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
85	Каша манная молочная	150	Крупа манная	33,00	33,00		6	5	26	177
			Молоко	34,50	34,50					
			Вода питьевая	90,00	90,00					
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00		6	5	10	108
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00		2	1	13	65
22	Сыр порционный	10	Сыр Голландский 8%	10,90	10,00		2	3	36	36
Итого за завтрак 1										
Завтрак 2 10:30										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00		0	0	10	47
Итого за завтрак 2										
Обед 12:00										

86	Салат из вареной свеклы	45	Свекла	54,72	42,75		1	3	4	42
			Масло растительное	2,25	2,25					
			Картофель	56,25	45,00					
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Макаронные изделия	6,00	6,00		2	2	10	63
			Морковь	7,50	6,00					
			Лук репчатый	7,20	6,00					
			Масло растительное	1,50	1,50					
			Вода питьевая	112,50	112,50					
			Куринца	46,20	22,20					
			Хлеб пшеничный	5,40	5,40					
88	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	60	Молоко или вода	7,80	7,80		6	8	6	115
			Внутренний жир	1,20	1,20					
			Масло сливочное	3,00	3,00					
			Сыр	1,98	1,80					
			Гречневая крупа	55,20	55,20					
41	Каша гречневая рассыпчатая	120	Вода питьевая	84,00	84,00		6	7	40	158
			Масло сливочное	4,80	4,80					
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30					
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Плоды ягоды быстрозамороженные	15,75	15,75				13	52
			Сахар	6,75	6,75					
			Вода питьевая	127,50	127,50					
61	Гренки из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой	37,50	37,50		3	20	17	82
Итого за Обед										
Полдник 15:30										
54	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	Кисломолочный продукт (ряженка)	154,17	150,00		3	3	4	51
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
			Меланж	1,77	0,48					
			Молоко	4,28	0,49		1	1	7	40
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
			Ягодный порошок	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	7	8		9
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	91
Итого за Подлинк						4	4	4	11			
Итого за день						38	38	160	1036			

НЕДЕЛЯ 2, день: пятница от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30												
90	Каша кукурузная молочная жидкая	150	Крупа кукурузная Вода Молоко пастеризованная Сахар Масло сливочное Соль пищевая йодированная	30,00 51,00 75,00 3,75 3,75 0,75	29,85 51,00 75,00 3,75 3,75							
67	Ябло вареное	40	Ябло категория Д1	40,00	40,00	5						63
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14				56
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75		2	3	15			98
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00		13	15	56			8
Итого за Завтрак 1												
Завтрак 2 10:30												
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00		0		10			46
Итого за Завтрак 2												

Обед 12:00												
91	Салат из помидоров с репчатым луком и с растительным маслом	50	Соль пищевая йодированная Томат Лук Масло растительное Геркулес	0,13 47,00 10,00 3,50 3,00	0,13 40,00 8,40 3,50		1	4	3			45
92	Щи по-уральски (с крупой)	150	Томат-паста Капшная капуста Морковь Лук Масло растительное Вода питьевая	7,50 42,90 7,50 7,20 3,00 127,50	7,50 30,00 6,00 6,00 3,00 127,50		1	3	4			50
93	Плов из мяса	150	Говядина (1 категория) Рис Масло растительное Лук Морковь Томат-паста	75,00 39,00 6,00 8,25 11,25 3,75	55,50 39,00 6,00 6,75 9,00		10	12	26			263
10	Каша из овсян сдобренная	150	Сухофрукты (ассортн) Сахар	15,00 15,00	37,50 15,00		2		73			64

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9		
1		2	3	4	5	6	7	8	9		
88	Котлеты, рубленные из кур, запеченные с молочным соусом	60	Молоко или вода Внутренний жир Масло сливочное Сыр	7,80 1,20 3,00 1,98	7,80 1,20 3,00 1,80	6	8	6	115		
98	Макаронны отварные с овощами	120	Макаронные изделия из муки в/с Морковь Горошек зеленый Томатное пюре Масло сливочное Соль пищевая йодированная Укроп	31,50 21,00 9,48 7,20 3,60 1,80 0,90	31,50 16,38 6,12 7,20 3,60 1,80 0,66	4	3	21	124		
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Ягоды быстрогозамороженные Сахар Вода питьевая	15,75 6,75 127,50	15,75 6,75 127,50			13	52		
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Обед											
Шеллинг 15:30											
99	Ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	50	Мука пшеничная Молоко Яйцо категории Д1 Сахар Дрожжи хлебопекарные Масло сливочное Масло растительное Мука пшеничная на подпыл Фарш творог Соль пищевая йодированная	24,58 10,00 1,25 1,25 0,73 1,08 0,42 0,42 25,00 0,38	24,58 10,00 1,08 1,25 0,73 1,08 0,42 0,42 25,00 0,38			3	1	15	84
54	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	Кисломолочный продукт(ряженка)	154,17	150,00	3	3	4	51		
Итого за Полдник											
Итого за день											
Итого за Обед											
Шеллинг 15:30											

НЕДЕЛЯ 3, день: вторник от 1 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
102	Макаронны, запеченные с сыром	150	Макаронные изделия из муки в/с Масло сливочное Сыр голландский Соль пищевая йодированная Масло растительное для смазки	46,83 7,32 4,39 1,39 2,20	46,83 7,32 4,17 1,39 2,20	6	7	27	196	
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категории Д1	40,00	40,00	5	5		63	
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14	56	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66	
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	
Итого за Завтрак I										
Итого за день										

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
Завтрак 2				3	5	6	7	8	9	
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00	0	0	10	10	46
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
103	Салат из свежих овощей «Витаминный» с растительным маслом	40	Томат Огурцы Салат кочаный Лук зеленый Масло растительное Соль пищевая йодированная Горошек зеленый консервированный Морковь Крупа рисовая Масло сливочное Молоко Сахар Бульон или Вода	16,00 12,00 12,00 7,20 2,80 0,10 30,00 3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50	13,60 11,40 8,00 5,80 2,80 0,10 30,00 3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50		3	3		34
104	Суп-пюре из зеленого горошка	150	Морковь Крупа рисовая Масло сливочное Молоко Сахар Бульон или Вода Говядина Морковь Картофель Горошек зеленый консервированный Томат-паста Мука пшеничная Лук Масло сливочное Овощной отвар или вода Картофель	3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50 48,00 4,80 24,27 2,45 1,80 1,09 1,20 1,20 1,36 15,55 126,00	3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50 48,00 4,80 24,27 2,45 1,80 1,09 1,20 1,20 1,36 15,55 126,00		3	3	10	82
105	Мисо тушеное с овощами в соусе	60	Горошек зеленый консервированный Томат-паста Мука пшеничная Лук Масло сливочное Овощной отвар или вода Картофель	2,45 1,80 1,09 1,20 1,20 1,36 15,55 88,20	2,45 1,80 1,09 1,20 1,20 1,36 15,55 88,20		4	4	4	80
53	Картофельное пюре	120	Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная	126,00 33,60 3,00 1,20	88,20 33,60 3,00 1,20		3	4	6	99
10	Компот из смеси сухофруктов	150	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	15,00 15,00 0,15 150,00	37,50 15,00 0,15 150,00		2	23		96
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00		2	1	13	65
Итого за Обед							15	15	59	456
Полдник 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	150	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный Яблоки Хлеб пшеничный Молоко	150,00 50,00 32,50 15,00	150,00 35,00 32,50 15,00		1		15	69
44	Шарлотка с яблоками	50	Яйца категории Д1 Сахарный песок Корица Масло сливочное Соус абрикосовый	5,00 10,00 0,10 5,00 -	5,00 10,00 0,10 5,00 15,00		1	2	17	82

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9		
Итого за Подлин											
Итого за день											
Итого за день											
Итого за день											

НЕДЕЛЯ 3, день: среда от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30

48	Каша ячневая молочная вязкая	150	Крупа ячневая Молоко с м.ж. 2,5-3,2% Вода Сахар Масло коровье сливочное Какао-порошок Сахар Молоко	19,00 113,00 26,00 4,00 2,00 6,00 20,00 200,00	19,00 113,00 26,00 4,00 2,00 6,00 20,00 200,00	5	6	28	184
21	Какао с молоком	200	Какао-порошок Сахар Молоко	6,00 20,00 200,00	6,00 20,00 200,00	4	4	25	145
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	2	3	15	98
Итого за Завтрак 1				11	11	13	68	427	

Завтрак 2 10:30

37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода	66,67 26,67 11,11	66,67 26,67 33,32	0	0	5	28
Итого за Завтрак 2				0	0	5	28		

Обед 12:00

38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	50	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	58,16 - 0,25	46,50 3,25 0,25	3	1	33	
106	Суп картофельный с клецками	150	Картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное Бульон или вода Мука пшеничная масло сливочное Яйцо категории Д1 Вода или молоко Соль пищевая йодированная	40,00 7,50 7,20 1,50 112,50 12,01 1,40 3,40 18,80 0,35	40,00 6,00 6,00 1,50 112,50 12,01 1,40 3,40 18,80 0,35	1	2	8	52
15	Быточки,рубленые из курицы	50	Курица или филе курицы (полуфабрикат) Молоко или Вода питьевая Масло сливочное Гречневая крупа Вода питьевая	61,25 37,50 13,13 13,13 1,88 46,00 70,00	61,25 36,88 13,13 13,13 1,88 46,00 70,00	8	8	5	119
41	Каша манная вареная	100	Мука манная вареная	70,00	70,00	5	6	33	122

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1	Каша с ягодами	200	3	4	5	6	7	8	9	
			Масло сливочное	4,00	4,00					
			Соль пищевая йодированная	0,25	0,25					
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Плоды ягоды быстрозамороженные	15,75	15,75			13	52	
			Сахар	6,75	6,75					
			Вода питьевая	127,50	127,50					
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед				30,00	30,00	16	20	73	453	
Полдник 15:30										
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности	372,00	360,00	4	4	7	108	
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
			Меланж	1,77	0,48					
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50	Молоко	4,28	0,49	1	1	7	40	
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
			Шиповник сухой	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					
Итого за Полдник						5	5	14	148	
Итого за день						32	38	160	1056	

НЕДЕЛЯ 3. день: четверг от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
108	Каша с ягодами	150	Крупа (манная или рисовая)	17,00	17,00					
			Ягоды (манна, клубника, черная или красная)	114,00	69,00					
			Вода питьевая	63,00	63,00	2	4	26	148	
			Сахар	8,00	8,00					
			Масло сливочное	5,00	5,00					
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66	
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	
Итого за Завтрак 1						10	16	49	378	
Завтрак 2 10:30										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00			10	47	
Итого за Завтрак 2						0	0	10	47	
Обед 12:00										
109	Салат из капусты белокочанной и морской	40	Капуста белокочанная	41,60	33,28					
			Морская капуста (консервированная)	8,00	8,00					
			Масло растительное	3,20	3,20					
			Лимонная кислота 2%	2,00	2,00	1	3	2	41	
			Сахар песок	1,20	1,20					
			Соль пищевая йодированная	0,10	0,10					
			Свекла	28,98	23,19					
			Капуста свежая	14,49	11,60					
			Картофель	7,68	5,79					
			Фасоль	5,79	5,79					
			Морковь	7,25	5,79					
			Лук репчатый	6,96	5,79					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
110	Борщ сибирский	2 150	3 Томатное пюре Кулинарный жир Чеснок Сахар песок Уксус 3% Вода питьевая Фрикадельки мясные №141(2010) Печень говяжья, охлажденная Вода питьевая Сметана 15% Масло сливочное Мука пшеничная в/с Соль пищевая йодированная Масло сливочное Рис Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	4 4,35 2,33 0,72 1,46 0,87 115,94 - 46,20 16,50 15,00 3,78 2,58 0,47 3,60 42,84 15,15 139,50 15,00 6,75 18,75 30,00	5 4,35 2,33 0,59 1,46 0,87 115,94 10,50 42,60 16,50 15,00 3,78 2,58 0,47 3,60 42,84 15,00 139,50 15,00 6,75 18,75 30,00	6 5	7 5	8 11	9 112	101
27	Рис отварной	120				2	5	29	168	
34	Кисель детский витаминизированный	150				8	6	4	68	
11	Хлеб пшеничный	30				2	1	13	65	
Итого за обед						18	20	76	555	
Полдник 15:30										
17	Финчай	150	Сахар Смесь растительного сырья Вода питьевая Мука пшеничная Сахар Масло сливочное Меланж Соль пищевая йодированная Изюм Пудра рафинированная Эссенция Сода пищевая	5,25 1,50 141,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	5,25 1,50 141,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05			15	52	
62	Кекс "Столичный"	50				1	2	28	98	
Итого за Полдник						1	2	43	150	
Итого за день						29	38	178	1130	

НЕДЕЛЯ 3, день: пятница от 1 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
Завтрак 1 08:30										
114	Омлет с зеленым горошком	80	Яйцо категории Д1 Молоко Мука пшеничная Горошек зеленый консервированный Масло сливочное	0,92 28,31 3,69 12,31 3,69	0,92 28,31 3,69 12,31 3,69	6	13	5	159	
56	Икра кабачковая для детского питания	40	Икра кабачковая для детского питания	42,00	40,00	2	2	3	31	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14		56
49	Сметана 15%	10	Сметана 15%	100,00	100,00		2			16
3	Лепешка якутская	40	Мука пшеничная В том числе на подпыль Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир Масло сливочное	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	3	4	20		130
Итого за Завтрак 1 Завтрак 2 10:30				9	9	21	42			392
45	Салат фруктовый	100	Бананы Груши Яблоки Виноград Сок яблочный	33,00 33,00 29,00 21,00 35,00	20,00 20,00 20,00 20,00 35,00			11		48
Итого за Завтрак 2 Обед 12:00				0	0	0	11			48
6	Салат из помидоров и огурцов	40	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Лук репчатый Масло растительное	22,56 17,52 6,00 2,40 2,40	1,92 14,00 4,80 2,40 18,00		3	1		29
25	Суп крестьянский с крупой	150	Капуста белокачанная Картофель молодой Морковь Лук Масло растительное Крупа пшеничная Вода питьевая Сметана Мукуш Мука пшеничная Помидоры свежие Масло растительное Сыр Маргарин	22,50 56,25 7,50 7,50 1,80 4,00 114,00 3,75 35,10 10,00 46,15 1,85 5,00 1,15	18,00 45,00 6,00 6,00 1,80 4,80 - 3,75 20,23 10,00 39,23 1,85 5,00 1,15	2	4	7		98
32	Рыба белая, запеченная с помидорами	60	Капуста белокачанная Морковь Лук Масло сливочное Мука пшеничная Томат-паста Масло растительное Петрушка Вода питьевая	120,00 15,00 16,00 2,50 2,00 2,00 2,00 3,50 25,00	96,00 12,00 13,40 2,50 2,00 2,00 2,00 2,60 25,00	11	1			64
16	Капуста тушеная	120	Капуста белокачанная Морковь Лук Масло сливочное Мука пшеничная Томат-паста Масло растительное Петрушка Вода питьевая	120,00 15,00 16,00 2,50 2,00 2,00 2,00 3,50 25,00	96,00 12,00 13,40 2,50 2,00 2,00 2,00 2,60 25,00	2	4	5		80

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)			
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9				
1		2	3	4	5	6	7	8	9				
42	Компот из груши	150	Яблоки или айва Вода питьевая Яершня или вишня Вода Сахар песок Кислота лимонная Хлеб пшеничный	1,00 34,05 129,00 31,65 121,50 18,00 0,15 30,00	1,00 30,00 129,00 30,00 121,50 18,00 0,15 30,00			21	86				
11	Хлеб пшеничный	30				2	1	13	65				
Итого за Обед													
Поддник 15,30													
12	Кисломолочный продукт (кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир)	155,40	150,00	5	5	6	89				
70	Печенье, витаминизированное с брусничкой	50	Мука пшеничная в/с т/на подпыл	32,10	27,45								
			Сахар песок	10,70	10,68								
			Масло сливочное	6,42	5,39								
			Меланж	1,77	0,48	1	2	13	100				
			Молоко	4,28	0,49								
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08								
			Шиповник сухая	1,33	1,14								
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21								
			Итого за Поддник										
			Итого за день										
						6	7	19	189				
						32	41	120	1051				

НЕДЕЛЯ 4, день: повеленьник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
116	Запеканка пшеничная	150	Вода питьевая	126,00	126,00					
			Крупа пшеничная	39,00	39,00					
			Сахар	6,00	6,00					
			Яйце категории Д1	5,85	5,10	5	2	33	167	
			Сметана 15%	3,00	3,00					
36	Чан с вареньем или медом	200	Сухари	3,00	3,00					
			Масло растительное	2,25	2,25					
			Чай заварка №375	50,00	50,00					
			Варенье или мед	30,00	30,00			14	56	
			Вода питьевая	150,00	150,00					
11	Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2	1	13	65	
4	Масло сливочное	10		10,00	10,00		7		66	
Итого за Завтрак 1										
Завтрак 2 10:30										
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96	
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
117	Салат из картофеля с морской капустой и свеклой	50	Картофель	3,00	22,50					
			Капуста морская консервированная	10,10	10,00					
			Свекла	8,30	6,50					
			Морковь	5,00	4,00	1	3	6	51	
			Итого за Обед							

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	150	Лук репчатый	4,15	3,50					
			Масло растительное	2,50	2,50					
			Петрушка (зелень)	2,05	1,50					
			Чир	42,20	28,20					
			Картофель	45,00	31,50					
			Морковь	12,00	9,60					
			Лук	7,50	6,30					
			Пшено	3,00	3,00	6	2	10		79
			Укроп	1,50	1,11					
			Петрушка	3,00	2,22					
			Вода питьевая	180,00	180,00					
			Соль пищевая йодированная	0,53	0,53					
			Говядина	54,69	40,31					
Морковь	5,94	4,69								
Лук	5,31	4,38								
Томат-паста	1,88	1,88	7	5	2		78			
Масло сливочное	1,56	1,56								
Мука пшеничная	1,25	1,25								
Овощной отвар	-	16,56								
Картофель	126,00	88,20								
Молоко	33,60	33,60								
масло сливочное	3,00	3,00	3	4	6		99			
Соль пищевая йодированная	1,20	1,20								
Брусника	15,15	15,00								
Вода	139,50	139,50								
Сахар	15,00	15,00								
Крахмал картофельный	6,75	6,75								
Кисель с витаминами и пребиотиком	18,75	18,75								
Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65			
Итого за Обед						19	15	54	440	
Подлинк 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	150	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	150,00	150,00	1		15	69	
82	Ватрушка с джемом	50	Тесто для простых жареных пирожков №437.1	-	36,23					
			Мука пшеничная	1,08	1,08					
			Повидло	18,72	18,72	2	2	13		81
			Мелаж	0,95	0,95					
			Кулинарный жир	0,16	0,16					
Итого за Подлинк						3	2	28	150	
Итого за день						30	29	163	1040	

НЕДЕЛЯ 4, день: вторник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
85	Каша манная молочная	150	Крупа манная	33,00	33,00	6	5	26	177	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	34,50	34,50					
			Вода питьевая	90,00	90,00	6	5	10	108	
			Молоко	211,00	200,00					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45 5,00	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45 5,00	3	4	20	130	
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	0,45 5,00	0,45 5,00	1	15	56	8	423
Итого за Завтрак I				100,00	100,00	0	0	10	10	47
Завтрак 2				100,00	100,00	0	0	10	10	47
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки							
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	46,52 - 0,20	37,20 2,60 0,20	3	3	1	27	
120	Суп-лапша домашняя	150	Вода или бульон Яйцо категории Д1 Лапша домашняя Мука пшеничная Морковь Лук репка масло сливочное Петрушка корень Соль пищевая йодированная Говядина (1 категория)	142,50 13,80 12,00 10,50 7,50 7,20 3,00 1,95 1,20 62,40	142,50 12,08 12,00 10,50 4,50 6,05 3,00 1,46 1,20 46,20	4	4	14	106	
8	Фрикадельки мясные	60	Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная	8,40 11,40 0,12	8,40 11,40 0,12	9	7	4	113	
133	Овощи в молочном соусе	120	Морковь Картофель Горошек зеленый консервированный Капуста брокочная Соус №295	32,52 33,00 18,48 33,36 -	26,04 24,72 12,00 26,64 40,80	2	2	11	73	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Фрукты Сахар	15,75 6,75	15,75 6,75			13	52	
11	Хлеб пшеничный	30	Вода питьевая Хлеб пшеничный	127,50 30,00	127,50 30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед				17	17	17	17	56	436	
Поддник										
12	Кисломолочный продукт (кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир) Мука пшеничная в/с +на подпыл Сахар песок	155,40 32,10 10,70	150,00 27,45 10,68	5	5	6	89	
13	Печенье, витаминизированное с черной смородиной	50	Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый	6,42 1,77 4,28 0,16	5,39 0,48 0,49 0,08	1	1	7	40	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
	Ягодный порошок			1,33	1,14					
	Соль пищевая йодированная			0,21	0,21					
Итого за Подзаголовок						6	6	13		129
Итого за день						38	38	135		1035

НЕДЕЛЯ 4, день: среда от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
121	Омлет натуральный с морковью	80	Яйцо категории Д1 Молоко или вода Морковь	49,23 14,77 29,54	49,23 14,77 22,15	7	13	2		138
134	Салат из горшка зеленого (консервированного)	60	Масло сливочное Горошек зеленый консервированный Масло растительное	9,85 87,72 -	9,85 57,00 2,40	2	4	4		50
11	Хлеб пшеничный	30	Петрушка Хлеб пшеничный	0,81 30,00	0,60 30,00	2	1	13		65
21	Какао с молоком	200	Какао-порошок Сахар Молоко	6,00 20,00 200,00	6,00 20,00 200,00	4	4	25		145
Итого за Завтрак 1						15	22	44		398
Завтрак 2										
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00	0	0	10		46
Итого за Завтрак 2						0	0	10		46
Обед										
83	Салат из свежих овощей с яблоками	50	Морковь Огурцы Томат Яблоки Салат	11,95 10,00 14,10 17,15 4,00	9,50 10,00 12,00 12,00 4,00		3	3		36
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Масло растительное Картофель Макаронные изделия Морковь Лук репчатый Масло растительное	2,50 56,25 6,00 7,50 7,20 1,50	2,50 45,00 6,00 6,00 6,00 1,50	2	2	10		63
123	Тефтели из печени с рисом	60	Вода Печень говяжья мороженая Молоко пастеризованное 2,5% Лук репчатый Крупа рисовая Яйцо категории Д1 Мука пшеничная высшего сорта Масло сливочное	112,50 36,00 30,00 12,60 9,00 5,76 2,40 2,40	112,50 29,88 30,00 10,56 8,88 5,04 2,40 2,40	8	4	9		101
27	Рис отварной	100	Масло сливочное для смазывания форм Соль пищевая йодированная Масло сливочное Рис	0,41 3,00 35,70	0,41 3,00 35,70	2	4	24		140

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
10	Компот из смеси сухофруктов	150	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	15,00 15,00 0,15 150,00	37,50 15,00 0,15 150,00	2		23	96	
130	Бутерброд с сыром	20	Сыр Голландский 8% Масло сливочное Пшеничный хлеб	7,18 3,40 10,00	6,60 3,40 10,00	2	5	5	76	
Итого за Обед				16	18	74	18	74	512	
Полдник										
54	Кисло-молочный продукт(ряженка)	150	Кисло-молочный продукт(ряженка) Мука пшеничная высшего сорта Масло сливочное	154,17 27,30 1,35	150,00 27,30 1,35	3	3	4	51	
124	Пирог открытый сладкий	50	Яйцо категория Д1 Соль пищевая йодированная Повидло Масло растительное	1,48 0,25 16,65 0,15	1,48 0,25 15,00 0,15	3	2	28	138	
Итого за Полдник				6	5	32	5	32	189	
Итого за день				37	45	160	45	160	1145	

НЕДЕЛЯ 4, день: четверг от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
125	Суп молочный с кругой	150	Молоко пастеризованное 2,5% Вода питьевая Крупа рисовая Масло сливочное Сахар	105,00 45,00 9,00 1,50 1,20	105,00 45,00 8,91 1,50 1,20	4	4	12	98	
36	Чай с вареньем или медом	200	Соль пищевая йодированная Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	0,90 50,00 30,00 150,00	0,90 50,00 30,00 150,00			14	56	
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00	1			8	
3	Лепешка якутская	40	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир Масло сливочное	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60		3	4	20	130
Итого за Завтрак 1				7	9	46	9	46	292	
Завтрак 2 10:30										
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96	
Итого за Завтрак 2				1	2	21	2	21	96	
Обед 12:00										
126	Салат из моркови с зеленым горошком	50	Морковь Зеленый горошек (консервированный) Масло растительное Соль пищевая йодированная	35,00 31,00 4,00 0,13	27,30 20,15 4,00 0,13	1	4	3	1	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
122	Суп-пюре из птицы	150	Курица Крупа рисовая Масло сливочное Молоко Бульон или вода Говядина Морковь Лук репчатый Жир топленый Томатное пюре Мука пшеничная Картофель отварные	34,20 7,50 3,00 45,00 105,00 55,47 2,46 2,46 2,46 5,89 1,96 -	23,55 7,50 3,00 45,00 105,00 40,74 1,96 1,96 2,46 5,89 1,96 73,64		7	8		
127	Мясо, тушенное с картофелем по-домашнему	150	Жир топленый Томатное пюре Мука пшеничная Картофель отварные	2,46 5,89 1,96 -	2,46 5,89 1,96 73,64	6	5	7		189
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Фрукты замороженные Сахар Вода питьевая	15,75 6,75 127,50	15,75 6,75 127,50			13		52
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65
Итого за Обед						15	17	44		426
Подлник 15:30										
43	Кисломолоочный продукт (Йогурт)	150	Йогурт 1,5% жирности Мука пшеничная в/с +на подпыль Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Шиповник сухая Соль пищевая йодированная	279,00 32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	270,00 27,45 10,68 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	3	3	5		81
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50				1	1	7		40
Итого за Подлник						4	4	12		121
Итого за день						27	32	123		935

НЕДЕЛЯ 4, день: пятница от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30		Завтрак 2 10:30								
90	Каша кукурузная молочная жидкая	150	Крупа кукурузная Вода Молоко пастеризованная Сахар Масло сливочное Соль пищевая йодированная	30,00 51,00 75,00 3,75 3,75 0,75	29,85 51,00 75,00 3,75 3,75 0,75	5	5	28		175
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категории Д1	40,00	40,00	5	5			63
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10		108
130	Бутерброд с сыром	50	Сыр Голландский 8% Масло сливочное Пшеничный хлеб	17,95 8,50 25,00	16,50 8,50 25,00	5	12	13		190
Итого за Завтрак 1						21	27	51		536
Завтрак 2 10:30										
Итого за день						50,00	50,00			

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	2 75	3 Сироп из ягод Вода	4 20,00 8,33	5 20,00 24,99	6	7	8	9	21
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
6	Салат из помидоров и огурцов	40	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное Геркулес Томат-паста Квашеная капуста Морковь Лук Масло растительное Вода питьевая	1,92 17,52 6,00 2,40 3,00 7,50 42,90 7,50 7,20 3,00 127,50	14,00 4,80 2,40 3,00 7,50 30,00 6,00 6,00 3,00		3	1	29	
92	Щи по-уральски (с крупой)	150	Муку Филе Молоко пастеризованное Хлеб пшеничный формовой Сухари Масло растительное Соль пищевая йодированная Картофель Масло растительное Соль пищевая йодированная	68,00 41,60 15,20 11,20 5,60 1,60 0,18 157,71 5,71 0,91	36,00 36,00 15,20 11,20 5,60 1,60 0,18 118,29 5,71 0,91		7	1	9	74
131	Картофель отварной с маслом	120	Соль пищевая йодированная Яблоки или айва Вода питьевая Черешня или вишня Вода Сахар песок Кислота лимонная Хлеб пшеничный	34,05 129,00 31,65 121,50 18,00 0,15 30,00	30,00 129,00 30,00 121,50 18,00 0,15 30,00		2	6	13	115
42	Компот из груши	150	Вода Сахар песок Кислота лимонная Хлеб пшеничный	0,15 18,00 0,15 30,00	0,15 18,00 0,15 30,00		2	1	13	65
Итого за Обед										
Полдник 15:30										
17	Фыговай	150	Сахар Смесь растительного сырья Вода питьевая Мука пшеничная Сахар песок Вода Дрожжи (прессованные) Соль пищевая йодированная Маргарин Сметана	5,25 1,50 141,00 22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88	5,25 1,50 141,00 22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88			15		52
94	Блины со сметаной, или повидлом, или джемом	50					2	19	61	
Итого за Полдник										
Итого за день										
						0	2	34	113	
						33	43	150	1089	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г					Энергетическая ценность (ккал)
				Брутто	нетто	Б	Ж	У	
НЕДЕЛЯ 1, день: понедельник от 4 до 7 лет				4	5	6	7	8	9
Завтрак 1 08:30									
1	Каша овсяная молочная жидкая	200	Геркулес Молоко Вода питьевая Сахар Масло сливочное	20,67 72,53 47,33 3,33 3,33	20,67 72,67 47,33 3,33 3,33	4	11	23	216
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокаша или кефир Соль пищевая йодированная Простокаша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	2	3	15	98
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00	12	26	48	66
Итого за Завтрак 1									
Завтрак 2 10:30				100,00	100,00	0	0	10	47
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки						
Итого за Завтрак 2									
Обед 12:00									
6	Салат из помидоров и огурцов	60	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное	33,84 26,28 9,00 3,60	2,88 21,00 7,20 3,60	1	4	2	43
7	Суп картофельный на курином бульоне	250	Картофель Морковь Петрушка Бульон куриный прозрачный №163 Соль пищевая йодированная Мука пшеничная Яйцо категория Д1 Вода питьевая	50,00 20,00 2,50 - 0,58 25,00 12,50 40,00	35,00 16,00 1,85 300,00 25,00 12,50 40,00	8	3	20	143
8	Фрикадельки мясные	80	Говядина (1 категория) Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная	83,20 11,20 15,20 0,16	61,60 11,20 15,20 0,16	12	9	5	150
9	Макаронные отварные	150	Макаронные отварные	52,50	42,00	5	4	26	165
10	Компот из смеси сухофруктов	200	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	20,00 20,00 0,20 200,00	50,00 20,00 0,20 200,00	2		31	128
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65
Итого за Обед									
Полдник 15:30				207,20	200,00	6	6	8	118
12	Кисломолочный продукт(кефир)	200	Кисломолочный продукт(кефир)						

№ рецептура	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9	
		2	3	4	5	6	7	8	8	9	
13	Печенье, витаминизированное с черной смородиной	50	Мука пшеничная в/с т-на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Ягодный порошок Соль пищевая йодированная	32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	27,45 10,68 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	1	1	7	7	15	40
Итого за Подлик						7	7	15	15	158	
Итого за день						49	54	170	170	1387	

НЕДЕЛЯ 1, день: вторник от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30ч												
№	рецептура	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
					брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9	
19	Омлет натуральный	80	Яйцо категории Д1 Молоко или Вода Масло сливочное Масло сливочное	53,33 20,67 2,67 6,67	53,33 20,67 2,67 6,67	6	7	3	7	100		
20	Икра овощная	50	Кабачки Баклажаны Капуста белокочанная Морковь Лук репка Томатное пюре Масло растительное Соль пищевая йодированная	27,90 19,85 14,40 6,55 5,50 3,50 0,13	18,65 17,85 11,50 7,80 5,50 2,50 0,13							
11	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40,00	40,00	2	1	17	1	86		
22	Сыр порционный	10	Сыр Голландский 8%	10,90	10,00	2	3			36		
21	Какао с молоком	220	Какао-порошок Сахар Молоко	6,60 22,00 220,00	6,60 22,00 220,00	4	4	28	4	160		
Итого за завтрак 1						15	17	50	17	413		
Завтрак 2 10:30												
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00	0	0	10	10	46		
Итого за завтрак 2						0	0	10	10	46		
Обед 12:00												
24	Салат из моркови с растительным маслом	60	Морковь Сахар Масло растительное	69,33 1,73 4,20	56,00 1,73 4,20	1	4	5	4	64		
25	Суп крестьянский с крупой	200	Капуста белокочанная Картофель молодой Морковь Лук Масло растительное Крупа пшеничная Вода питьевая Сметана	30,00 75,00 10,00 10,00 2,40 5,33 152,00 5,00	24,00 60,00 8,00 8,00 2,40 5,33 - 5,00	3	5	9	3	131		
26	Тффели мясные	80	Говядина Пшеничный хлеб Молоко Лук	70,00 4,91 16,00 19,00	51,00 4,91 16,00 16,00	5	6	7	5	169		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
27	Рис отварной	150	3	4	5	6	7	8	9	
				6,00	6,00					
				4,00	4,00					
				4,50	4,50	3	6	36	2,10	
				53,55	53,55					
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200		21,00	21,00			17	69	
				9,00	9,00					
				170,00	170,00					
11	Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						14	22	87	708	
Итого за Завтрак 1										
Итого за Завтрак 2										
Итого за обед						31	41	185	1357	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200		200,00	200,00	1		20	92	
				30,00	30,00					
				12,50	12,50					
				2,00	2,00					
				3,00	3,00	1	2	18	98	
				3,50	3,50					
				0,50	0,50					
				2,50	2,50					
				17,50	17,50					
Итого за Завтрак 1						2	2	38	190	
Итого за Завтрак 2						31	41	185	1357	

НЕДЕЛЯ 1, день: среда от 4 по 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
35	Запеканка манная с яблоком	250		125,00	125,00					
				85,00	85,00					
				57,50	57,50					
				12,75	12,75					
				10,00	10,00	11	6	66	361	
				10,00	10,00					
				5,00	5,00					
				5,00	5,00					
				3,75	3,75					
				30,00	30,00	2	1	13	65	
				10,00	10,00					
				50,00	50,00					
				30,00	30,00					
				150,00	150,00					
Итого за Завтрак 1						13	14	93	548	
Итого за Завтрак 2										
37	Ягоды быстрозамороженные с сыром	100		66,67	66,67			5	28	
				26,67	26,67					
				11,11	11,11					
Итого за Завтрак 2						0	0	5	28	

Обед 12:00

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60		69,79	55,80			4	1	40
				-	3,90					
				0,30	0,30					
				56,27	37,60					
				60,00	42,00					
				16,00	12,80					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)		
				брутто	нетто	Б	Ж	У	6	7		8	9
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	200	Лук	3	4	10,00	8,40						
				Пшено	4,00	4,00			3				105
				Укроп	2,00	1,48							
				Петрушка	4,00	2,96							
				Вода питьевая	240,00	240,00							
				Соль пищевая йодированная	0,70	0,70							
				Куры	43,56	14,78							
40	Суфле куриное	70	Яйцо категории Д1	3,89	3,89								
				Масло для смазки форм	0,78	0,78	12	12	2			163	
				Соус молочный густой №371	-	5,83							
				Масло сливочное	-	1,94							
				Гречневая крупа	69,00	69,00							
41	Каша гречневая рассыпчатая	150	Вода питьевая	105,00	105,00								
				Масло сливочное	6,00	6,00	8	9	50			198	
				Соль пищевая йодированная	0,38	0,38							
				Яблоки или абва	45,40	40,00							
				Вода питьевая	172,00	172,00							
				Черешня или вишня	42,20	40,00					28		115
				Вода	162,00	162,00							
				Сахар песок	24,00	24,00							
				Кислота лимонная	0,20	0,20							
				Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13				65
Итого за Обед						30	29	107		686			
43	Кисломолочный продукт (Йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности	279,00	270,00	4	4	7			108		
				Яблоки	50,00	35,00							
44	Шарлотка с яблоками	50	Хлеб пшеничный	32,50	32,50								
				Молоко	15,00	15,00							
				Яйца категории Д1	5,00	5,00	1	2	17			82	
				Сахарный песок	10,00	10,00							
				Корича	0,10	0,10							
				Масло сливочное	5,00	5,00							
				Соус абрикосовый	-	15,00							
Итого за Поддник						5	6	24		190			
Итого за день						48	49	229		1452			

НЕДЕЛЯ 1, день: четверг от 4 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	6	7		8
Завтрак 1 08:30	Каша ячневая	200	Крупа ячневая	25,33	25,33							
				Молоко с м.ж. 2,5-3,2%	150,67	150,67	7	8	37			245
3	Лепешка якутская	30	Вода	34,67	34,67							
				Сахар	5,33	5,33						
				Масло коровье сладкосливочное	2,67	2,67						
				Мука пшеничная	9,00	9,00						
				В том числе на подпыл	0,45	0,45						
				Простокваша или кефир	26,25	26,25	2	3	15			98
				Соль пищевая йодированная	0,30	0,30						
Простокваша или кефир	0,75	0,75										
49	Сметана 15%	5	масло сливочное	0,45	0,45							
				Сметана 15%	5,00	5,00						8
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10			108	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)			
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	Y				
Итого за Завтрак 1				4	5	6	7	8	9					
Завтрак 2 10:30													459	
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	21					
Итого за Завтрак 2				1	1	1	2	21	21					
Обед 12:00														
14	Винегрет овощной	50	Огурцы соленые	9,40	7,50									
			Капуста квашеная	10,70	7,50									
			Масло растительное	5,00	5,00									
			Свекла	9,55	7,50									
			Картофель	14,45	10,50	1	5	4					63	
			Морковь	6,30	5,00									
			Лук зеленый	9,40	7,50									
			Картофель	65,00	65,00									
			Горох вущеный	20,00	20,00									
			Лук репчатый	12,50	12,50									
			Морковь	12,50	12,50									
			Петрушка (корень)	3,50	3,50									
			Масло сливочное	2,50	2,50			5	5	17	143			
			Соль пищевая йодированная	1,50	1,50									
51	Суп гороховый с картофелем	250	Бульон мясной прозрачный №99.2 или Отвар овощной	200,00	200,00									
			Печенье говяжье	84,24	69,92									
			масло сливочное	2,40	2,40									
			Лук	10,08	8,40									
			Морковь	16,80	13,44									
			Мука пшеничная	2,40	2,40			11	8	5	140			
			Сметана	8,40	8,40									
			Вода питьевая	28,00	28,00									
			Соль пищевая йодированная	0,20	0,20									
			Картофель	157,50	110,25									
			Молоко	42,00	42,00			4	5	8	124			
			масло сливочное	3,75	3,75									
			Соль пищевая йодированная	1,50	1,50									
			Брусника	20,20	20,00									
34	Кисель детский витаминизированный	200	Вода	186,00	186,00									
			Сахар	20,00	20,00									
			Крахмал картофельный	9,00	9,00									
			Кисель с витаминами и пребиотиком	25,00	25,00									
			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65					
Итого за Обед				23	24	70	625							
Подлник 15:30														
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	200	Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4	4	5	68					
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45									
			Сахар песок	10,70	10,68									
			Масло сливочное	6,42	5,39									
			Меланж	1,77	0,48									
			Молоко	4,28	0,49									
			Нагрый двууглекислый	0,16	0,08									
			Шиповник сухая	1,33	1,14									
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21									
			Итого за Подлник				5	5	12	108				
			55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50	Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4	4	5	68		
						Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45						
						Сахар песок	10,70	10,68						
						Масло сливочное	6,42	5,39						
Меланж	1,77	0,48												
Молоко	4,28	0,49												
Нагрый двууглекислый	0,16	0,08												
Шиповник сухая	1,33	1,14												
Соль пищевая йодированная	0,21	0,21												
Итого за Печенье						5	5	12	108					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	6	7		8
		1	3	4	5	44	48	165				1288
Итого за день												

НЕДЕЛЯ 1, день: пятица от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30												
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	брутто	нетто	Б	Ж	У	6	7	8	9
58	Омлет с овощами	150	Яйца категория Д1 Молоко Морковь Лук зеленый Капуста белокачанная Масло сливочное	69,23 36,92 32,31 11,34 25,38 11,54	69,23 36,92 25,38 9,23 101,584,62 11,54				10	9	5	238
134	Салат из горошка зеленого (консервированного)	60	Горошек зеленый консервированный Масло растительное	87,72 -	57,00 2,40				2	4	4	50
21	Какао с молоком	200	Петрушка Какао-порошок Сахар Молоко	0,81 6,00 20,00 200,00	0,60 6,00 20,00 200,00				4	4	25	145
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00				2		13	56
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00				7	7		66
Итого за Завтрак 1												
Завтрак 2 10:30				100,00	100,00				18	24	47	855
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00				0	0	10	47
Итого за Завтрак 2												
Обед 12:00												
31	Салат из белокачанной капусты	70	Капуста белокачанная Лук зеленый или Морковь Кислота лимонная пищевая Вода питьевая Сахар Масло растительное	69,02 8,75 8,75 0,21 6,79 3,50 3,50	55,23 7,00 7,00 0,21 6,79 3,50 3,50			1	4	6	60	
59	Борщ на мясном бульоне со сметаной	250	Свекла Картофель Капуста белокачанная Морковь Лук Кислота лимонная пищевая Соль пищевая йодированная Петрушка Сахар Сметана	35,00 35,00 50,00 15,00 10,00 0,13 2,50 1,00 1,00 1,00	28,00 34,30 40,00 12,00 8,00 0,13 2,50 3,75 1,00 1,00			3	2	7	82	
60	Тефтели рыбные	80	Омуть Пшеничный хлеб Молоко Мука пшеничная Масло растительное	59,00 13,00 22,00 5,00 3,00	54,00 13,00 22,00 5,00 3,00			6	5	7	101	
27	Рис отварной	150	Масло сливочное	53,55	53,55				3	6	36	210
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Фрукты/ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	21,00 9,00 170,00	21,00 9,00 170,00					17	69	
61	Тренки из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой	37,50	37,50				3	17	17	82
Итого за Обед												

Итого за Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9	
1	3	2	4	5	6	7	8	9	10	11	
Подзавтрак 15:30											
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00	1			20		92
			Мука пшеничная	15,60	15,60						
			Сахар	11,70	11,70						
			Масло сливочное	11,70	11,70						
			Меланж	9,36	9,36						
62	Кекс "Стопниный"	50	Соль пищевая йодированная	0,05	0,05	1			2		98
			Изюм	11,70	11,70						
			Пудра разрыхляющая	0,55	0,55						
			Эссенция	0,05	0,05						
			Сода пищевая	0,05	0,05						
Итого за Подзавтрак											
Итого за день											
						2	2	48	195	48	1396
						36	43	195	86	446	

НЕДЕЛЯ 2, день: понедельник от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30											
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9	Энергетическая ценность (ккал)
66	Каша молочная "Дружба"	200	Рис	16,00	16,00						
			Крупа пшеничная	20,00	20,00						
			Молоко	103,00	103,00	7			8		232
			Вода питьевая	69,00	69,00						
			Сахар	5,00	5,00						
			Масло сливочное	5,00	5,00						
			Мука пшеничная	9,00	9,00						
			В-том числе на подпыл	0,45	0,45						
3	Ленешка якутская	30	Простокваша или кефир	26,25	26,25	2			3		98
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30						
			Простокваша или кефир	0,75	0,75						
			Масло сливочное	0,45	0,45						
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00				1		8
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6			5		108
Итого за Завтрак 1											
Завтрак 2 10:30											
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные	66,67	66,67				5		28
			Сироп из ягод	26,67	26,67						
			Вода питьевая	11,11	33,32						
Итого за Завтрак 2											
Обед 12:00											
38	Салат из свежих овощей с растительным маслом	60	Огурцы	69,79	55,80				4		40
			Масло растительное	-	3,90						
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30						
			Фасоль	24,00	24,00						
			Картофель	74,60	56,00						
			Вода или бульон	240,00	240,00	6			1		105
68	Суп фасолевый	200	Лук репчатый	10,00	8,40						
			Морковь	16,00	12,80						
			Укроп	0,30	0,20						
			Говядина	50,00	37,00						
			Пшеничный хлеб	9,00	9,00				6		110
69	Батончики паровые мясные	80	Молоко	11,00	11,00						
			Масло сливочное	2,00	2,00						
			Гречневая крупа	69,00	69,00						
41	Каша овсяная паровая	150	Вода питьевая	105,00	105,00				8		168

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)		
				брутто	нетто	Б	Ж	У	С	Д			
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Масло сливочное	6,00	6,00	6	7	8	9	10	69		
			Соль пищевая йодированная	0,38	0,38								
11	Хлеб пшеничный	30	Плоды/ягоды быстрозамороженные	21,00	21,00			17			69		
			Сахар	9,00	9,00								
Итого за Обед				170,00	170,00	2	1	13		65			
Подвиг 15:30				30,00	30,00	21	21	106		587			
12	Кисломолочный продукт (кефир)	200	Кисломолочный продукт (кефир)	207,20	200,00	6	6	8		118			
70	Печенье, витаминизированное с брусничкой	50	Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45						100		
			Сахар песок	10,70	10,68								
			Масло сливочное	6,42	5,39	1	2	13					
			Молочко	1,77	0,48								
			Молоко	4,28	0,49								
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08								
			Шиповник сухая	1,33	1,14								
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21								
			Итого за Подвиг						7	8		21	218
			Итого за день						43	46		218	1279
ПЕДЕЛЖ 2, день, вторник от 4 до 7 лет													
Завтрак 1 08:30													
72	Пудинг пшеничный	200	Вода питьевая	166,00	166,00						349		
			Крупа пшено шлифованная	58,00	57,40								
			Молоко пастеризованное 2.5%	50,00	50,00								
			Яйцо категория Д1	23,00	20,10								
			Сахар песок	16,00	16,00	11	9	56					
			Сметана 15%	4,00	4,00								
			Сухари	4,00	4,00								
			Масло сливочное	4,00	4,00								
			Масло сливочное для смазывания форм	2,00	2,00								
			Хлеб пшеничный	40,00	40,00	2	1	17					
4	Масло сливочное	10	10,00		7			66					
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375	50,00	50,00					56			
			Варенье или мед	30,00	30,00			14					
Итого за Завтрак 1				150,00	150,00	13	17	87	557				
Завтрак 2 10:30													
23	Фрукты (груша)	100	Груши	17,76	16,00	0	0	10	10	46			
Итого за Завтрак 2						0	0	10	10	46			
Обед 12:00													
73	Салат из морской капусты с растительным маслом	60	Морская капуста	42,00	42,00						52		
			Морковь	18,00	18,00								
			Клюква	6,00	5,70								
			Масло растительное	4,20	4,20	1	4	2					
			Сахар песок	3,00	3,00								
			Соль пищевая йодированная	0,14	0,14								
			Вода или бульон	187,50	187,50								
			Морковь	38,75	30,23								
			Молоко пастеризованное 2.5%	37,50	37,50								
			Капуста белокочанная	31,25	25,00								

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)				
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9					
74	Суп-пюре из разных овощей	2 250	3	4	5	4	6	7	8	9	92				
				Картофель	30,00	22,50									
				Лук репка	12,00	10,08									
				Масло сливочное	5,00	5,00									
				Мука пшеничная в/с	5,00	5,00									
				Соль пищевая йодированная	2,00	2,00									
				Печень говяжья, мороженая	132,32	109,75									
				Лук репка	52,54	44,08									
				Крупа рисовая	22,38	22,09									
				Масло сливочное	9,73	9,73	22	11	20			261			
75	Запеканка из пшена с рисом	180		8,95	7,78										
				Яйцо категории Д1	3,41	3,41									
				Масло растительное для смазки	2,92	2,92									
				Соль пищевая йодированная	0,72	0,72									
				Сухофрукты (ассорти)	20,00	50,00									
				Сахар	20,00	20,00									
				Кислота лимонная пищевая	0,20	0,20	2		31			128			
				Вода питьевая	200,00	200,00									
				Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13			65			
				Итого за Обед					30	21	75		598		
Полдник 15:30															
17	Фиточай	200		7,00	7,00										
				Смесь растительного сырья	2,00	2,00									
				Вода питьевая	188,00	188,00									
				Мука пшеничная в/с	30,00	30,00									
				Молоко	12,50	12,50									
				Масло сливочное	2,00	2,00									
				Масло растительное	3,00	3,00	1	2	18			98			
				Сахар	3,50	3,50									
				Дрожжи хлебопекарные	0,40	0,50									
				Яйцо категории Д1	2,50	2,50									
Яблоки	17,50	12,25													
Итого за Полдник					1	2	37		167						
Итого за день															
НЕДЕЛЯ 2, день: среда от 4 до 7 лет															
Завтрак 08:30															
78	Омлет натуральный с сыром	80		53,33	53,33										
				Молоко или вода питьевая	20,00	20,00									
				Сыр	11,33	10,67	10	16	1			185			
				Масло сливочное	2,67	2,67									
				Масло сливочное	6,67	6,67									
				Картофель	38,36	28,00									
				Морковь	13,16	10,50									
				Горошек зеленый консервированный	16,17	10,50	1	4	7			66			
				Лук зеленый	8,75	7,00									
				Огурец свежий	14,00	11,20									
Масло растительное	3,50	3,50													
21	Какао с молоком	200		6,00	6,00										
				Какао-порошок	20,00	20,00	4	4	25			145			
				Сахар	200,00	200,00									
				Молоко	40,00	250,00	2	1	17			86			
				Хлеб пшеничный											
				Масло сливочное											
				Итого за день											

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)				
				брутто	нетто	Б	Ж	У	5	7	8	9		
Завтрак 2 10:30				3										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки		100,00								10	47
Итого за Завтрак 2								0	0				10	47
Обед 12:00														
86	Салат из вареной свеклы	60	Свекла Масло растительное Картофель		72,96 3,00 75,00			1	4	5				56
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Макаронные изделия Морковь Лук репчатый Масло растительное Вода питьевая		8,00 8,00 9,60 2,00 150,00			2	2	14				84
88	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	100	Курица Хлеб пшеничный Молоко или вода Внутренний жир Масло сливочное Сыр Гричная крупа		77,00 9,00 13,00 2,00 5,00 3,30 69,00									
41	Каша гречневая рассыпчатая	150	Вода питьевая Масло сливочное Соль пищевая йодированная		105,00 6,00 0,38			8	9	50				198
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая		21,00 9,00 170,00					17				69
61	Тренинг из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой		37,50			3		17				82
Итого за Обед								23	28	113				680
Полдник 15:30														
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	200	Кисломолочный продукт(ряженка)		205,56			4	4	5				68
13	Печенье, витаминизированное с черной смородиной	50	Мука пшеничная в/с +на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Ягодный порошок Соль пищевая йодированная		32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21				1	7				40
Итого за Полдник								5	5	12				108
Итого за день								48	51	291				1340
Завтрак 1 08:30														
90	Каша кукурузная молочная жидкая	200	Крупа кукурузная Вода Молоко пастеризованная Сахар Масло сливочное Соль пищевая йодированная		40,00 68,00 100,00 5,00 5,00 1,00			6,4	6,4	37,6				233,6
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категории Д1		40,00			5	5					63
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №373 Варенье или мед Вода питьевая Мука пшеничная		50,00 30,00 150,00 9,00					14				56
Итого за день														

НЕДЕЛЯ 2, день: пятница от 4 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность за единицу (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	
3	Лепешка якутская	30	В том числе из подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	0,45 26,25 0,30 0,75 0,45		2	3	15	98	
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00		13,4	15,4	66,6	8	458,6
Итого за Завтрак 1											
Завтрак 2 10:30											
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00		0	0	10	46	46
Итого за Завтрак 2											
Обед 12:00											
91	Салат из помидоров с репчатым луком и с растительным маслом	60	Соль пищевая йодированная Томат Лук	0,15 56,40 12,00	0,15 48,00 10,08		1	4	4	53	
92	Щи по-уральски (с крупой)	220	Масло растительное Геркулес Томат-паста Квашеная капуста Морковь Лук Масло растительное Вода питьевая	4,20 4,40 11,00 62,92 11,00 10,56 4,40 187,00	4,20 4,40 11,00 44,00 8,80 8,80 4,40 187,00		1	4	6	73	
93	Плов из мяса	180	Говядина (1 категория) Рис Масло растительное Лук Морковь Томат-паста Сухобобовые (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	90,00 46,80 7,20 9,90 13,50 4,50 20,00 20,00 0,20 200,00 30,00	66,60 46,80 7,20 8,10 10,80 4,50 50,00 20,00 0,20 200,00 30,00		12	14	31	316	
10	Компот из смеси сухофруктов	200	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	20,00 20,00 0,20 200,00	20,00 20,00 0,20 200,00		2		31	128	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00		2	1	13	65	
Итого за Обед											
Итого за Обед 15:30											
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00		1		20	92	
94	Блины со сметаной, при повидлом, или джемом	50	Мука пшеничная Сахар песок Вода Дрожжи (прессованные) Соль пищевая йодированная Маргарин Сметана	22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88	22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88			2	19	61	
Итого за Подлинк											
Итого за день											
НЕДЕЛЯ 3, дни: понедельник от 4 до 7 лет											
Завтрак 1 08:30											
1	Каша овсяная молочная жидкая	250	Геркулес Молоко Вода питьевая Сахар	25,83 90,67 59,17 4,17	25,83 90,83 59,17 4,17		6	13	28	270	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	С	Д	
		1	3	4	5	6	7	8	9		
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200		211,00	200,00	6	5	10	108		
11	Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за завтрак 1						14	19	51	443		
Завтрак 2 10:30											
30	Фрукты (бананы)	100		167,00	100,00	1	2	21	96		
Итого за завтрак 2						1	2	21	96		
Обед 12:00											
97	Салат из белокочанной капусты и свеклы	60		48,00	38,40	1	6	3	71		
				28,80	23,04						
				6,00	6,00						
				3,00	3,00						
				0,15	0,15						
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	200		56,27	37,60						
				60,00	42,00						
				16,00	12,80						
				10,00	8,40						
				4,00	4,00						
				2,00	1,48						
				4,00	2,96						
				240,00	240,00						
				0,70	0,70						
				61,60	29,60						
68	Котлеты, рубленные из кур, заправленные с молочным соусом	80		7,20	7,20						
				10,40	10,40						
				1,60	1,60						
				4,00	4,00						
				2,64	2,40						
98	Макаронные изделия с овощами	150		39,38	39,38						
				26,25	20,48						
				11,85	7,65						
				9,00	9,00						
				4,50	4,50						
				2,25	2,25						
				1,13	0,83						
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200		21,00	21,00						
				9,00	9,00						
				170,00	170,00						
11	Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Обед						23	23	80	618		
Подсчет 15:30											
99	Ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	50		24,58	24,58						
				10,00	10,00						
				1,25	1,08						
				1,25	1,25						
				0,73	0,73						
				1,08	1,08						
				0,42	0,42						
				0,42	0,42						
				25,00	25,00						
Итого за Обед						3	1	15	84		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
		2	3	4	5	6	7	8		
54	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	Соль пищевая йодированная	0,38	0,38					
Итого за Подзаказ			Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4	4	5		68
Итого за день						7	5	20		152
						45	49	172		1309

НЕДЕЛЯ 3, день: вторник, от 4 до 7 лет

Завтрак I 08:30										
102	Макарона, запеченные с сыром	200	Макаронные изделия из муки д/с	62,44	62,44					
			Масло сливочное	9,76	9,76					
			Сыр голландский	5,85	5,56	8	9	36		261
			Соль пищевая йодированная	1,85	1,85					
			Масло растительное для заправки	2,93	2,93					
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категория Д1	40,00	40,00	5	5			63
			Чай заварка №375	50,00	50,00					
36	Чай с вареньем или медом	200	Варенье или мед	30,00	30,00			14		56
			Вода питьевая	150,00	150,00					
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7			66
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13		56
Итого за Завтрак I						15	21	63		502
Завтрак 2										
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00			10		46
Итого за Завтрак 2						0	0	10		46
Обед 12:00										
103	Салат из свежих овощей «Витаминный» с растительным маслом	60	Томат	24,00	20,40					
			Огурцы	18,00	17,10					
			Салат кочанный	18,00	12,00	1	4	5		50
			Лук зеленый	10,80	8,70					
			Масло растительное	4,20	4,20					
			Соль пищевая йодированная	0,15	0,15					
			Горюшек зеленый консервированный	50,00	50,00					
104	Суп-пюре из зеленого горошка	250	Морковь	6,25	6,25					
			Крупа рисовая	12,50	12,50					
			Масло сливочное	5,00	5,00	4	6	17		137
			Молоко	75,00	75,00					
			Сахар	1,25	1,25					
			Бульон или Вода	112,50	112,50					
			Говядина	64,00	47,27					
			Морковь	6,40	6,40					
			Картофель	32,36	24,36					
			Горюшек зеленый консервированный	3,27	2,18					
			Томат-паста	2,40	2,40	7	6	5		107
			Мука пшеничная	1,46	1,46					
			Лук	1,60	1,60					
			Масло сливочное	1,82	1,82					
			Овощной отвар или вода	-	20,73					
			Картофель	157,50	110,25					
53	Картофельное пюре	150	Молоко	42,00	42,00	4	5	8		124
			масло сливочное	3,75	3,75					
			Соль пищевая йодированная	1,50	1,50					
			Сухофрукты (ассорти)	20,00	50,00					
			Сахар	20,00	20,00					
			Кислота лимонная пищевая	0,20	0,20	2		31		128

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	С	
		1		3	4	5	6	7	8	9
15	Биточки, рубленные из курицы	80	Соль пищевая йодированная Курица или филе курицы (полуфабрикат) Молоко или Вода питьевая Масло сливочное	0,58 98,00 60,00 21,00 21,00 3,00	0,58 59,00 59,00 21,00 21,00 3,00		12	7		190
41	Каша гречневая рассыпчатая	120	Гречневая крупа Вода питьевая Масло сливочное	55,20 84,00 4,80	55,20 84,00 4,80		6	7	40	158
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Соль пищевая йодированная Ягоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	0,30 21,00 9,00 170,00	0,30 21,00 9,00 170,00			17		69
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65
Итого за Обед						22	30	92		636
Подлник 15:30										
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности Мука пшеничная в/с +на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Шиповник сушеный Соль пищевая йодированная	372,00 32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	360,00 27,45 10,68 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	4	4	7		108
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50				1	1	7		40
Итого за Подлник						5	5	14		148
Итого за день						40	50	188		1300
НЕДЕЛЯ 3, день: четверг от 4 до 7 лет										
Завтрак 1 08:30										
108	Каша с ягодами	200	Крупа (манная или рисовая) Ягоды (малина, клубника, черная или красная) Вода питьевая Сахар Масло сливочное	22,67 152,00 84,00 10,67 6,67	22,67 92,00 84,00 10,67 6,67		2	5	35	197
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10		108
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7			66
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13		56
Итого за Завтрак 1						10	17	58		427
Завтрак 2 10:30										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00		0		10	47
Итого за Завтрак 2						0	0	10		47
Обед 12:00										
109	Салат из капусты белокачанной и морской	60	Капуста белокачанная Морская капуста (консервированная) Масло растительное Лимонная кислота 2% Сахар песок Соль пищевая йодированная Свежая Капуста свежая Картофель Фасоль	62,40 12,00 4,80 3,00 1,80 0,15 48,30 24,15 12,80 9,65	49,92 12,00 4,80 3,00 1,80 0,15 38,65 19,35 9,65 9,65		1	5	4	62

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9	
110	Борщ сибирский	250	Морковь Лук репчатый Томатное пюре Кулинарный жир Чеснок Сахар песок Уксус 3% Вода питьевая Фрикадельки мясные №14(2010) Печень говяжья, охлажденная Вода питьевая Сметана 15% Масло сливочное Мука пшеничная в/с Соль пищевая йодированная Рис Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	12,08 9,65 11,60 7,25 3,88 1,20 2,43 1,45 193,23 61,60 22,00 20,00 5,04 3,44 0,62 4,50 53,55 20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	9,65 9,65 7,25 3,88 0,98 2,43 1,45 17,50 56,80 22,00 20,00 5,04 3,44 0,62 4,50 53,55 20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	6	7	8	18	187	
111	Печень, тушенная в сметанном соусе	80	Печень говяжья, охлажденная Вода питьевая Сметана 15% Масло сливочное Мука пшеничная в/с Соль пищевая йодированная Рис	61,60 22,00 20,00 5,04 3,44 0,62 4,50	56,80 22,00 20,00 5,04 3,44 0,62 4,50	11	8	5	135		
27	Рис отварной	150	Рис	4,50 53,55	4,50 53,55	3	6	36	210		
34	Кисель детский витаминизированный	200	Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00			23	90		
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за обед						25	28	99	749		
Неделяк 15:30											
17	Фиточай	200	Сахар Смесь растительного сырья Вода питьевая Мука пшеничная Сахар Масло сливочное Меланж Соль пищевая йодированная Июком Пульра рафинированная Эссенция Сода пищевая	7,00 2,00 188,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	7,00 2,00 188,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05			19	69		
62	Кеко "Столичный"	50	Мука пшеничная Масло сливочное Меланж Соль пищевая йодированная Июком Пульра рафинированная Эссенция Сода пищевая	15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	1	2	28	98		
Итого за Полдник						1	2	47	167		
Итого за день						36	47	214	1390		

НЕДЕЛЯ 3. день: вторник от 4 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9	
Завтрак 1 08:30											
114	Омлет с зеленым горошком	120	Яйцо категории Д1 Молоко Мука пшеничная Горошек зеленый консервированный Масло сливочное Июкра кабанковая для детского питания Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	1,38 42,46 5,54 18,46 5,54 63,00 50,00 30,00 150,00	55,38 42,46 5,54 12,92 5,54 60,00 50,00 30,00 150,00	10	12	13	179		
56	Июкра кабанковая для детского питания	60	Июкра кабанковая для детского питания	5,54	5,54	1	3	5	47		
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14	56		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
49	Сметана 15%	10	Сметана 15%	100,00	100,00					16	
3	Делешка жгучая	40	Мука пшеничная В том числе на подпыле Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	3	4	20		130	
Итого за Заптрак 1				14	21	52				428	
Заптрак 2 10:30											
45	Салат фруктовый	100	Бананы Груши Яблоки Виноград Сок яблочный	33,00 33,00 29,00 21,00 35,00	20,00 20,00 20,00 20,00 35,00			11		48	
Итого за Заптрак 2				0	0	11				48	
Обед 12:00											
6	Салат из помидоров и огурцов	80	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное	45,12 35,04 12,00 4,80	3,84 28,00 9,60 4,80	1	5	2		57	
25	Суп крестьянский с крупой	200	Капуста белокачанная Картофель молодой Морковь Лук Масло растительное Крупа пшеничная Вода питьевая	30,00 75,00 10,00 10,00 2,40 5,33 152,00	24,00 60,00 8,00 8,00 2,40 6,40 -	3	5	9		131	
32	Рыба белая, запеченная с помидорами	70	Сметана Мукусун Мука пшеничная Помидоры свежие Масло растительное Сыр Маргарин	5,00 40,95 11,67 53,84 2,16 5,83 1,34	5,00 23,60 11,67 45,77 2,16 5,83 1,34			1		75	
16	Капуста тушеная	150	Капуста белокачанная Морковь Лук Масло сливочное Мука пшеничная Томат-паста Масло растительное Петрушка Вода питьевая	150,00 18,75 20,00 3,13 2,50 2,50 4,38 31,25	120,00 15,00 16,75 3,13 2,50 2,50 2,50 31,25			3	5	6	100
42	Компот из груши	200	Соль пищевая йодированная Яблоки или айва Вода питьевая Яерешня или вишня Вода Сахар песок Кислота лимонная	1,25 45,40 172,00 42,20 162,00 24,00 0,20	1,25 40,00 172,00 40,00 162,00 24,00 0,20			28		115	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
				4	5	6	7	8		
118	Гуляш из отварного мяса	80	Морковь Лук Томат-паста Масло сливочное Мука пшеничная Овощной отвар	9,50 8,50 3,00 2,50 2,00	7,50 7,00 3,00 2,50 2,00	11	8	3	125	
53	Картофельное пюре	150	Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная	157,50 42,00 3,75 1,50	110,25 42,00 3,75 1,50	4	5	8	124	
34	Кисель детский витаминизированный	200	Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком	20,20 186,00 20,00 9,00 25,00	20,00 186,00 20,00 9,00 25,00			23	90	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						27	22	72	610	
Подлник 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	150,00	1		20	92	
82	Варушка с джемом	50	Тесто для простак жареных пирожков №437.1 Мука пшеничная Повидло Меланж Кулинарный жир	- 1,08 18,72 0,95 0,16	36,23 1,08 18,72 0,95 0,16	2	2	13	81	
Итого за Подлник						3	2	33	173	
Итого за день						40	36	197	1289	

НЕДЕЛЯ 4, день: вторник от 4 до 7 лет.

Завтрак 1 08:30										
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
				4	5	6	7	8		
85	Каша манная молочная	200	Крупа манная Молоко Вода питьевая	44,00 46,00 120,00	44,00 46,00 120,00	8	7	34	236	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
3	Лепешка якутская	40	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир Масло сливочное Сметана 15%	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60 5,00	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00 0,60 5,00	3	4	20	130	
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00	1	1	64	8	
Итого за Завтрак 1						17	17	64	482	
Завтрак 2										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10	47	
Итого за Завтрак 2						0	0	10	47	
Обед 12:00										
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная Вода или бульон Яйцо категория Д1 Лепешка домашняя	116,31 - 0,50 190,00 18,40 16,00	93,00 6,50 0,50 190,00 16,10 16,00		7	2	67	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
120	Суп-пюре домашняя	200	Мука пшеничная Морковь Лук репка Масло сливочное Петрушка корень Соль пищевая йодированная Говядина (1 категория) Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная Морковь Картофель Горошек зеленый консервированный Капуста белокачанная Соус №295 Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	14,00 10,00 9,60 4,00 2,60 1,60 72,80 9,80 13,30 0,14 40,65 41,25 23,10 41,70 - 21,00 9,00 170,00 30,00	14,00 6,00 8,06 4,00 1,94 1,60 53,90 9,80 13,30 0,14 32,55 30,90 15,00 33,30 51,00 21,00 9,00 170,00 30,00	6	7	5	18	141
8	Фрикадельки мясные	70	Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная Морковь Картофель Горошек зеленый консервированный Капуста белокачанная Соус №295 Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	9,80 13,30 0,14 40,65 41,25 23,10 41,70 - 21,00 9,00 170,00 30,00	9,80 13,30 0,14 32,55 30,90 15,00 33,30 51,00 21,00 9,00 170,00 30,00	11	8	4	4	132
133	Овощи в молочном соусе	150	Морковь Картофель Горошек зеленый консервированный Капуста белокачанная Соус №295 Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	40,65 41,25 23,10 41,70 - 21,00 9,00 170,00 30,00	32,55 30,90 15,00 33,30 51,00 21,00 9,00 170,00 30,00	3	3	13	91	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	21,00 9,00 170,00 30,00	21,00 9,00 170,00 30,00			17	69	
1.1	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						21	24	67	565	
Полдник										
12	Кисломолочный продукт (кефир)	200	Кисломолочный продукт (кефир)	207,20	200,00	6	6	8	118	
	Мука пшеничная в/с-тня попыл		Мука пшеничная в/с-тня попыл	32,10	27,45					
	Сахар песок		Сахар песок	10,70	10,68					
	Масло сливочное		Масло сливочное	6,42	5,39					
	Меланж		Меланж	1,77	0,48					
	Молоко		Молоко	4,28	0,49					
	Натрий двууглекислый		Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
	Ягодный порошок		Ягодный порошок	1,33	1,14					
	Соль пищевая йодированная		Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					
Итого за Полдник						7	7	15	158	
Итого за день						45	48	156	1252	
НЕДЕЛЯ 4, день: среда от 4 до 7 лет										
Завтрак 1 08:30										
121	Омлет натуральный с морковью	100	Яйцо категории Д1 Молоко или вода Морковь Масло сливочное	61,54 18,46 36,92 12,31	61,54 18,46 27,69 12,31	8	16	3	172	
134	Салат из горошка зеленого (консервированного)	70	Горошек зеленый консервированный Масло растительное Петрушка	102,34 - 0,95	66,50 2,80 0,70	1	4	7	66	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
21	Какао с молоком	200	Какао-порошок Сахар Молоко	6,00 20,00 200,00	6,00 20,00 200,00	4	4	25	145	
Итого за Завтрак 1						15	25	48	448	
Завтрак 2										
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00	0	0	10	46	
Итого за Завтрак 2						0	0	10	46	
Обед										
			Морковь	23,90	19,00					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)			
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	8	9		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	9		
83	Салат из свежих овощей с яблоками	100		Огурцы	20,00	20,00							
				Томат	28,20	24,00							
				Яблоки	34,30	24,00			6				72
				Смет	8,00	8,00							
				Масло растительное	5,00	5,00							
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	200		Картофель	75,00	60,00							
				Макаронные изделия	8,00	8,00							
				Морковь	10,00	8,00	2						
				Лук репчатый	9,60	8,00		2				14	84
				Масло растительное	2,00	2,00							
123	Тфтели из печени с рисом	70		Вода	150,00	150,00							
				Печень говяжья, мороженая	42,00	34,86							
				Молоко пастеризованное 2,5%	35,00	35,00							
				Лук репчатый	14,70	12,32							
				Крупа рисовая	10,50	10,36							
				Яйцо категория Д1	6,72	5,88	9	4			10		118
				Мука пшеничная высшего сорта	2,80	2,80							
				Масло сливочное	2,80	2,80							
				Масло сливочное для смазывания форм	1,40	1,40							
				Соль пищевая йодированная	0,48	0,48							
				Масло сливочное	4,50	4,50							
				Рис	53,55	53,55				3	6	36	210
10	Компот из смеси сухофруктов	200		Сухофрукты (ассорти)	20,00	50,00							
				Сахар	20,00	20,00							
				Кислота лимонная пищевая	0,20	0,20	2				31		128
				Вода питьевая	200,00	200,00							
				Сыр Голландский 8%	7,18	6,60							
130	Бутерброд с сыром	20		Масло сливочное	3,40	3,40							
				Пшеничный хлеб	10,00	10,00							
				Итого за Обед			18	23			102		688
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	200		Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4						
				Мука пшеничная высшего сорта	27,30	27,30							
				Масло сливочное	1,35	1,35							
				Яйцо категория Д1	1,48	1,48							
				Соль пищевая йодированная	0,25	0,25	3	2			28		138
Итого за Подвзник	НЕДЕЛЯ 4, день: четверг от 4 до 7 лет			Повидло	16,65	15,00							
				Масло растительное	0,15	0,15							
				Итого за день			7	6			33		206
125	Суп молочный с крупой	200		Молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00							
				Вода питьевая	60,00	60,00							
				Крупа рисовая	12,00	11,88							
				Масло сливочное	2,00	2,00	5	5			16		130
				Сахар	1,60	1,60							
36	Чан с вареньем или медом	200		Соль пищевая йодированная	1,20	1,20							
				Чай заварка №375	50,00	50,00							
				Варенье или мед	30,00	30,00							
Итого за день				150,00	150,00								

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	8	
49	Сметана 15%	1	3	4	5	6	7	8	9		
		2		5,00	5,00		1				
		5		12,00	12,00						
3	Лепешка якутская	40	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	0,60 35,00 0,40 1,00 0,60	3	4	20	130		
Итого за завтрак I				8	10	50				324	
Завтрак 2 10:30											
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21		96	
Итого за завтрак 2				1		2		21		96	
Обед 12:00											
126	Салат из моркови с зеленым горошком	70	Морковь Зеленый горошек (консервированный) Масло растительное Соль пищевая йодированная	49,00 43,40 5,60 0,18	38,22 28,21 5,60 0,18	1	6	4	1		
122	Суп-пюре из пшны	200	Курица Крупа рисовая Масло сливочное Молоко Бульон или вода	45,60 10,00 4,00 60,00 140,00	31,40 10,00 4,00 60,00 140,00	8	10	10	159		
127	Мясо, тушенное с картофелем по-домашнему	220	Говядина Морковь Лук репчатый Жир топленый Томатное пюре Мука пшеничная Картофель отварные	81,36 3,60 3,60 3,60 8,63 2,87	59,76 2,87 2,87 3,60 8,63 2,87	9	8	10	277		
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Фрукты ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	21,00 9,00 170,00	21,00 9,00 170,00			17	69		
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Обед (Подлинк 15:30)				20	25	54		571			
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности	372,00	360,00	4	4	7	108		
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50	Мука пшеничная в/с+на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Шиповник сушеный Соль пищевая йодированная	32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	27,45 10,68 5,39 1,77 4,28 0,16 1,14 0,21	1	1	7	40		
Итого за Подлинк (Подлинк за день)				34	42	139		148		1139	
Завтрак I 08:30											
90	Каши кукурузная молочная жидкая	200	Крупа кукурузная Вода Молоко пастеризованная Сахар	40,00 68,00 100,00 5,00	39,80 68,00 100,00 5,00	6,4	6,4	37,6	233,6		

НЕДЕЛЯ 4, день: пятница от 4 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	С	Д	
		2	3	4	5	6	7	8	9		
67	Яйцо вареное	40	Масло сливочное	5,00	5,00						
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Соль пищевая йодированная	1,00	1,00						
130	Бутерброд с сыром	50	Яйцо категории Д1	40,00	40,00	5	5	10	63		
			Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108		
			Сыр Голландский 8%	17,95	16,50						
			Масло сливочное	8,50	8,50	5	12	13	190		
			Пшеничный хлеб	25,00	25,00						
	Итого за завтрак 1					21,4	28,4	60,6	594,6		
	Завтрак 2 10:30										
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные	66,67	66,67			5	28		
			Сироп из ягод	26,67	26,67						
			Вода	11,11	33,32						
	Итого за завтрак 2					0	0	5	28		
	Обед 12:00										
6	Салат из помидоров и огурцов	60	Помидоры свежие	33,84	2,88						
			Огурцы свежие	26,28	21,00	1	4	2	43		
			Лук зеленый	9,00	7,20						
			Масло растительное	3,60	3,60						
			Горчица	4,40	4,40						
			Томат-паста	11,00	11,00						
92	Щи по-уральски (с крупой)	220	Квашеная капуста	62,92	44,00						
			Морковь	11,00	8,80	1	4	6	73		
			Лук	10,56	8,80						
			Масло растительное	4,40	4,40						
			Вода питьевая	187,00	187,00						
			Мукеун	90,67	48,00						
			Фасоль	55,47	48,00						
129	Котлеты для биточки рыбные	80	Молоко пастеризованное	20,27	20,27						
			Хлеб пшеничный формовой	14,93	14,93	10	1	13	98		
			Сухари	7,47	7,47						
			Масло растительное	2,13	2,13						
			Соль пищевая йодированная	0,23	0,23						
131	Картофель отварной с маслом	150	Картофель	197,14	147,86						
			Масло растительное	7,14	7,14	3	8	16	144		
			Соль пищевая йодированная	1,14	1,14						
			Яблоки или айва	45,40	40,00						
			Вода питьевая	172,00	172,00						
42	Компот из груш	200	Черешня или вишня	42,20	40,00						
			Вода	162,00	162,00			28	115		
			Сахар песок	24,00	24,00						
			Кислота лимонная	0,20	0,20						
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
	Итого за Обед					17	18	78	538		
	Полдник 15:30										
17	Фиточай	200	Сахар	7,00	7,00						
			Смесь растительного сырья	2,00	2,00			19	69		
			Вода питьевая	188,00	188,00						
			Мука пшеничная	22,06	22,06						
			Сахар песок	0,88	0,88						
			Вода	34,71	34,71						
94	Блины со сметаной, или повидлом, или джемом	50	Дрожжи (прессованные)	0,88	0,88			2	61		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Э	Д	
		2	3	4	5	6	7	8	9		
			Соль пищевая йодированная	0.44	0.44						
			Мargarin	1.47	1.47						
			Сметана	5.88	5.88						
Итого за Подлинк						0	2	38			130
Итого за день						39,4	48,4	181,6			1290,6