

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД № 40»**

**636000, ЗАТО Северск, Томской области, пр. Коммунистический, 34а, тел. 54-76-52**

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МБДОУ «Детский сад № 40»

С.В. Власова

2024 г.

Приложение № 8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

# **Меню приготавливаемых блюд**

## **10-дневное**

для организации питания воспитанников возрастной категории от 1 года до 3 лет  
в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 40»  
в группах 12 часового пребывания  
(сезон весна-лето)

индекс  
срок хранения

09.06  
1 год

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша молочная из пшена с маслом	150/3	4,77	5,2	30,2	187	0,4	182/07
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,84	3,73	10,67	79	0	1/11
	Чай с сахаром	180	0,05	0	8,39	34	0,018	392
	<b>итого</b>	<b>358</b>	<b>6,66</b>	<b>8,93</b>	<b>49,26</b>	<b>300</b>	<b>0,418</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47	0	з/у
	Пюре фруктовое	50	0	0	13	26	2	з/у
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>24,7</b>	<b>73</b>	<b>2</b>	
Обед	Свекла отварная (дольками)	30	0,36	0	2,13	9,75	1,2	24а
	Щи со св.капустой с картофелем, птицей и сметаной	150/6/5	2,9	3,93	5,78	70	11,8	67/11
	Биточки из птицы .	50	7,41	7,72	4,96	119	0,25	306/11
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350/11
	Макаронные изделия отварные с маслом	110/3	4,14	6,94	19,46	156	0	317/11
	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
<b>итого</b>	<b>579</b>	<b>19,8</b>	<b>19,845</b>	<b>82,41</b>	<b>587,75</b>	<b>13,6</b>		
Полдник	Запеканка из творога	80	14,03	9,64	13,72	198	0,19	237/11
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49	0,15	490/11
	Молоко пастеризованное 2,5%	150	4,5	3,75	6,2	79,5	0	з/у
	Кондитерские изделия (печенье)	12	0,9	1,18	8,93	49,8	0	609
	<b>итого</b>	<b>257</b>	<b>20,51</b>	<b>15,85</b>	<b>37,18</b>	<b>376,3</b>	<b>0,34</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1344</b>	<b>47,47</b>	<b>44,625</b>	<b>193,55</b>	<b>1337,05</b>	<b>16,358</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	150/3	5,4	6,9	28,4	196	1,3	182/07
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/4	2,88	4,8	10,67	93	0,11	3/11
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
	<b>итого</b>	<b>362</b>	<b>11,95</b>	<b>14,89</b>	<b>54,89</b>	<b>396</b>	<b>2,84</b>	
2 завтрак	Напиток из сушеных яблок	100	0,03	0	5,45	34	0,15	376
	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>5,45</b>	<b>34</b>	<b>0,15</b>	
Обед	Овощи свежие (огурцы)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	3	150
	Суп картофельный с горохом и мясом	150/6	4,99	3,21	11,3	87	3,49	81/11
	Мясные Ёжики	60	10,63	10,4	2,61	146,87	0,08	73
	Сложный гарнир (пюре картофельное с капустой тушенной)	60/60	2,4	3,5	13,87	97,04	13,31	440
	Компот из свежемороженых ягод(облепиха)	150	0,15	0,06	13,06	52	30	127
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
	<b>итого</b>	<b>576</b>	<b>22,76</b>	<b>17,65</b>	<b>69,79</b>	<b>522,11</b>	<b>49,88</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	80/3	8,31	14,35	1,55	168,74	0,072	215/11
	Булочка Российская	25	1,79	2	13,87	87	0,29	474/07
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394/11
	<b>итого</b>	<b>258</b>	<b>12,75</b>	<b>18,68</b>	<b>26,73</b>	<b>332,74</b>	<b>1,552</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1296</b>	<b>47,49</b>	<b>51,22</b>	<b>156,86</b>	<b>1284,85</b>	<b>54,422</b>	



НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/3	5,3	5,78	29,5	191	0,4	182
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,84	3,73	10,67	79	0	1/11
	Чай с сахаром с лимоном	180	0,16	0	14,4	58	1,98	501,504
	<b>итого</b>	<b>358</b>	<b>7,3</b>	<b>9,51</b>	<b>54,57</b>	<b>328</b>	<b>2,38</b>	
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	10,37	43,89	5	398
	Пюре фруктовое	50	0	0	13	26	2	з/у
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,34</b>	<b>0,14</b>	<b>23,37</b>	<b>69,89</b>	<b>7</b>	
Обед	Икра морковная	30	0,71	1,38	3,7	30	2,02	54
	Борщ с мясом	150/6/5	5,94	4,37	8,24	96	9,38	57/11
	Пудинг из печени с морковью	60	12,82	9,04	6,26	157	19,51	290
	Пюре картофельное с маслом	110/5	2,29	7,15	15,06	134	13,31	321/11
	Соус томатный	20	0,27	1	1,47	15,5	1,33	301/11
	Компот из свежих яблок	150	0,15	0	30,65	106,5	4,05	631
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
<b>итого</b>	<b>596</b>	<b>26,53</b>	<b>23,39</b>	<b>93,58</b>	<b>674</b>	<b>49,6</b>		
Полдник	Суп молочный с вермишелью и маслом	150/3	3,9	4,86	12,42	108	0,68	171
	Ватрушка с творогом	30	4,17	1,86	13,04	86	0,06	560
	Чай с сахаром	150	0,42	0	7,23	29,25	0,015	392
	<b>итого</b>	<b>333</b>	<b>8,49</b>	<b>6,72</b>	<b>32,69</b>	<b>223,25</b>	<b>0,755</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1437</b>	<b>42,66</b>	<b>39,76</b>	<b>204,21</b>	<b>1295,14</b>	<b>59,735</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша пшеничная молочная с сахараом и маслом	150/3	6,41	8,32	29,02	234	2,61	182/07
	Бутерброд с сыром	20/4	2,88	4,8	10,67	93	0,11	3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	395
	<b>итого</b>	<b>357</b>	<b>12,1</b>	<b>15,51</b>	<b>52,45</b>	<b>411</b>	<b>3,89</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47	0	з/у
	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>11,7</b>	<b>47</b>	<b>0</b>	
Обед	Икра кабачковая	30	0,6	2,35	3,85	23	2,88	217
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/20	3,76	2,06	9,03	87	0,19	77,121
	Котлеты рыбные запеченые	60/15	6,76	4,24	5,99	81	0,24	255
	Рис припущенный	110	2,42	7,72	24,44	177	0	316
	Кисель из свежемороженных ягод	150	0,22	0	25,89	104	3,3	359/07
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
	<b>итого</b>	<b>598</b>	<b>18,11</b>	<b>16,82</b>	<b>97,4</b>	<b>607</b>	<b>6,61</b>	
Полдник	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	150/3	4,73	6,46	28,13	189	1,3	183/07
	Кондитерские изделия (вафли)	12	0,34	0,4	9,3	42,6	0	152
	Молоко пастеризованное 2,5%	150	4,5	3,75	6,2	79,5	0	з/у
	<b>итого</b>	<b>315</b>	<b>9,57</b>	<b>10,61</b>	<b>43,63</b>	<b>311,1</b>	<b>1,3</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1370</b>	<b>40,28</b>	<b>42,94</b>	<b>205,18</b>	<b>1376,1</b>	<b>11,8</b>	



НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша молочная из манной крупы с маслом	150/3	6,03	5,13	29,38	188	1,17	181/07
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,84	3,73	10,67	79	0	1/11
	Чай с сахаром	180	0,05	0	8,39	34	0,018	392
	<b>итого</b>	<b>358</b>	<b>7,92</b>	<b>8,86</b>	<b>48,44</b>	<b>301</b>	<b>1,188</b>	
2 завтрак	Напиток из изюма	100	0,03	0	5,45	34	0,15	376
	Пюре фруктовое	50	0	0	13	26	2	з/у
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>18,45</b>	<b>60</b>	<b>2,15</b>	
Обед	Овощи свежие (огурцы)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	3	150
	Суп крестьянский с птицей	150/6	0,89	2,95	3,65	46	5,9	98/15
	Котлеты рубленые из птицы (запеченные)	50	7,86	8,04	8,31	137	0,42	305
	Капуста свежая тушеная с маслом	110/3	2,56	7,9	11,48	127,6	20,75	321/07
	Компот из черноплодной рябины	150	0,15	0,06	13,06	69,15	30	375
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
<b>итого</b>	<b>559</b>	<b>16,05</b>	<b>19,43</b>	<b>65,45</b>	<b>518,95</b>	<b>60,07</b>		
Полдник	Булочка домашняя	25	1,82	3,13	12,48	100	0	469
	Снежок 2,5%	150	4,05	3,75	16,2	119	1,35	з/у
	Каша пшенная с маслом	150/3	5,1	5,5	33,6	217	0,35	182/11
	<b>итого</b>	<b>328</b>	<b>10,97</b>	<b>12,38</b>	<b>62,28</b>	<b>436</b>	<b>1,7</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1395</b>	<b>34,97</b>	<b>40,67</b>	<b>194,62</b>	<b>1315,95</b>	<b>65,108</b>	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша молочная (рис, гречневая крупа ) с маслом	150/3	6,6	5,55	18,53	189	0,99	18/4а
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,84	3,73	10,68	79	0	1/11
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,16	0	14,4	58	1,98	501,504
	<b>итого</b>	<b>358</b>	<b>8,6</b>	<b>9,28</b>	<b>43,61</b>	<b>326</b>	<b>2,97</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47	0	з/у
	Пюре фруктовое	50	0	0	13	26	2	з/у
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>24,7</b>	<b>73</b>	<b>2</b>	
Обед	Морковь отварная (дольками)	30	0,36	0	2,13	10,5	0,88	24
	Борщ с картофелем, птицей и сметаной	150/6/5	5,94	4,37	8,24	96	9,36	58/11
	Котлеты, рубленые из птицы (запеченные)	50	7,86	8,04	8,31	137	0,42	305
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350/11
	Макаронные изделия отварные с маслом	110/3	4,14	6,94	19,46	156	0	317/11
	Компот из сушеных яблок	150	0,33	0,015	20,82	85	0,3	376/11
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
<b>итого</b>	<b>579</b>	<b>23,29</b>	<b>20,605</b>	<b>88,22</b>	<b>632,5</b>	<b>11,01</b>		
Полдник	Ленивые вареники с маслом	80/3	10,97	9,71	11,34	178	0,14	230/11
	Молоко пастеризованное 2,5%	150	4,5	3,75	6,2	79,5	0	з/у
	Кондитерские изделия (печенье)	12	0,9	1,18	8,93	49,8	0	609
	<b>итого</b>	<b>245</b>	<b>16,37</b>	<b>14,64</b>	<b>26,47</b>	<b>307,3</b>	<b>0,14</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1332</b>	<b>48,76</b>	<b>44,525</b>	<b>183</b>	<b>1338,8</b>	<b>16,12</b>	



НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	153	5,3	5,78	29,5	191	0,4	182
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/4	2,88	4,8	10,67	93	0,11	3/11
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
	<b>итого</b>	<b>362</b>	<b>11,85</b>	<b>13,77</b>	<b>55,99</b>	<b>391</b>	<b>1,94</b>	
2 завтрак	Напиток из изюма	100	0,03	0	5,45	34	0,15	376
	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>5,45</b>	<b>34</b>	<b>0,15</b>	
Обед	Овощи свежие (огурцы)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	3	54
	Рассольник со сметаной	150/5	1,26	3,07	9,96	72	4,53	9./2
	Котлеты по домашнему	70	9,84	8,02	7,16	139,13	0,81	161
	Соус томатный	20	0,4	1,5	1,81	15,5	2,03	301/11
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	5,81	3,08	24,3	206	0	171/11
	Компот из свежемороженых ягод (облепиха)	150	0,15	0,06	13,06	52	30	127
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
	<b>итого</b>	<b>595</b>	<b>22,05</b>	<b>16,21</b>	<b>85,24</b>	<b>623,83</b>	<b>40,37</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	80/3	8,31	14,35	1,55	168,74	0,072	215/11
	Сдоба обыкновенная	25	1,94	1,18	13,07	71	0	446./11
	Чай с сахаром	150	0,042	0	7,23	29,25	0,015	392
	<b>итого</b>	<b>258</b>	<b>10,292</b>	<b>15,53</b>	<b>21,85</b>	<b>268,99</b>	<b>0,087</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1315</b>	<b>44,222</b>	<b>45,51</b>	<b>168,53</b>	<b>1317,82</b>	<b>42,547</b>	



НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	150/3	4,59	5,89	40,07	232	0,65	182/07
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,84	3,73	10,67	79	0,18	1/11
	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	395
	<b>итого</b>	<b>358</b>	<b>9,24</b>	<b>12,01</b>	<b>63,5</b>	<b>395</b>	<b>2</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47	2	з/у
	Пюре фруктовое	50	0	0	13	26	2	з/у
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>24,7</b>	<b>73</b>	<b>4</b>	
Обед	Икра кабачковая	30	0,6	2,35	3,85	23	2,88	217
	Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной	150/6/5	2,9	3,93	5,78	70	11,8	67/11
	Запеканка картофельная с печенью	120	8,92	6,59	20,42	177	17,86	291
	Соус сметанный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	354
	Компот из черноплодной рябины	150	0,15	0,06	13,06	69,15	30	375
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
	<b>итого</b>	<b>536</b>	<b>17,23</b>	<b>14,17</b>	<b>72,37</b>	<b>487,15</b>	<b>62,59</b>	
	Полдник	Каша молочная из манной крупы с маслом	150/3	6,03	5,13	29,38	188	1,4
Коржик молочный		37	2,18	4,22	22,57	141	0,03	446
Чай с молоком		150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394/11
<b>итого</b>		<b>340</b>	<b>10,86</b>	<b>11,68</b>	<b>63,26</b>	<b>406</b>	<b>2,62</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1384</b>	<b>37,83</b>	<b>37,86</b>	<b>223,83</b>	<b>1361,15</b>	<b>71,21</b>	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	150/3	5,4	6,9	28,4	196	1,3	182/07
	Бутерброд с сыром	20/4	2,88	4,8	10,67	93	0,17	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0	8,39	34	0,018	392
	<b>итого</b>	<b>357</b>	<b>8,33</b>	<b>11,7</b>	<b>47,46</b>	<b>323</b>	<b>1,488</b>	
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	0,62	43,84	5	398
	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>	<b>0,14</b>	<b>0,62</b>	<b>43,84</b>	<b>5</b>	
Обед	Икра свекольная	30	0,69	3,66	4,15	52,5	1,65	75
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/20	3,76	2,06	9,03	87	0,19	77,121
	Тефтели рыбные тушеные	60/15	7,07	2,04	7,55	77	0,28	261
	Рис припущенный с овощами	110	2,66	8,49	26,88	194,7	0	191
	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
	<b>итого</b>	<b>595</b>	<b>18,86</b>	<b>16,715</b>	<b>96,63</b>	<b>631,2</b>	<b>2,42</b>	
Полдник	Пудинг из творога с яблоком	80	10,89	8,54	11,7	167	1,06	240/11
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49	0,15	490/11
	Кондитерские изделия (вафли)	12	0,34	0,4	9,3	42,6	0	152.
	Снежок 2,5%	150	4,05	3,75	16,2	119	1,35	з/у
	<b>итого</b>	<b>257</b>	<b>16,36</b>	<b>13,97</b>	<b>45,53</b>	<b>377,6</b>	<b>2,56</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1309</b>	<b>43,89</b>	<b>42,525</b>	<b>190,24</b>	<b>1375,64</b>	<b>11,468</b>	



НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1 до 3 лет (в группах 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/3	5,1	5,8	30	196	0,1	182/07
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,84	3,73	10,67	79	0	1/11
	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92	1,4	394/11
	<b>итого</b>	<b>358</b>	<b>10,13</b>	<b>12,32</b>	<b>57,24</b>	<b>367</b>	<b>1,5</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47	2	з/у
	Пюре фруктовое	50	0	0	13	26	2	з/у
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>24,7</b>	<b>73</b>	<b>4</b>	
Обед	Овощи свежие (огурцы)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	3	150
	Суп из овощей с птицей и сметаной	150/6/5	2,84	3,8	9	74	6,7	99/07
	Биточки из птицы	50	7,41	7,72	4,96	119	0,25	306/11
	Пюре картофельное с морковью и маслом	110/3	2,12	5,57	13,25	111	11,55	322
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350/11
	Компот из свежемороженых ягод (смесь ягод)	150	0,15	0,06	13,06	52	30	127
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	2
<b>итого</b>	<b>579</b>	<b>17,42</b>	<b>18,42</b>	<b>70,28</b>	<b>508,2</b>	<b>51,55</b>		
Полдник	Суп молочный с вермишелью и маслом	150/3	3,9	4,86	12,42	108	0,83	171
	Крендель сахарный	25	1,77	3,28	13,94	93	0	460/11
	Чай с сахаром	150	0,042	0	7,23	29,25	0,015	392
	<b>итого</b>	<b>328</b>	<b>5,712</b>	<b>8,14</b>	<b>33,59</b>	<b>230,25</b>	<b>0,845</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1415</b>	<b>33,762</b>	<b>38,88</b>	<b>185,81</b>	<b>1178,45</b>	<b>57,895</b>	
<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>13597</b>	<b>420,98</b>	<b>428,515</b>	<b>1905,83</b>	<b>13180,95</b>	<b>406,663</b>	
<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>1359,7</b>	<b>42,098</b>	<b>42,8515</b>	<b>190,583</b>	<b>1318,095</b>	<b>40,6663</b>	