

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
День 1							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша гречневая	130	3.29	3.33	16.17	103.8	27
	Кофейный напиток	180	0.25	0.25	7.05	29.81	44
	Батон	20	1.51	0.18	9.34	42.71	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
	Яйцо вареное	17.4	4.41	4	0.24	54.6	104
Итого за завтрак		352.40	9.48	11.88	32.84	268.29	
	От 3 лет до 7 лет						
Завтрак	Каша гречневая	150	3.79	3.46	18.65	116.32	27
	Кофейный напиток	200	0.27	0.28	8.06	33.95	44
	Батон	35	2.65	0.31	16.34	74.75	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
	Яйцо вареное	17.4	4.41	4	0.24	54.6	104
Итого за завтрак		407.40	11.14	12.17	43.33	316.99	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
Итого за второй завтрак		100	0.4	0.4	9.8	42	
	От 3 лет до 7 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
Итого за второй завтрак		100	0.4	0.4	9.8	42	
	От 1 года до 3 лет						
	Салат морковный	30	0.36	1.52	2.43	24.31	72

Обед	Суп гороховый на мясном бульоне	150	2.63	3.86	7.4	71.03	81
	Пудинг из печени	50	10.04	4.76	4.36	99.38	89
	Картофельное пюре	110	3.14	3.62	21.74	126.71	24
	Напиток из свежих фруктов	150	0.05	0.05	8.9	34.15	52
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		530.00	18.86	14.29	58.51	421.74	
От 3 лет до 7 лет							
Обед	Салат морковный	50	0.6	2.54	4.05	40.52	72
	Суп гороховый на мясном бульоне	200	4.62	3.7	14.2	105.09	81
	Пудинг из печени	70	13.45	6.31	5.33	130.66	89
	Картофельное пюре	130	3.74	5.65	24.67	158.37	24
	Напиток из свежих фруктов	200	0.07	0.07	11.87	45.53	52
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		700.00	25.78	18.87	77.22	562.87	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	150	3.59	6.71	12.11	122.08	12
	Напиток из сухофруктов	180	0.35	-	13.55	52.26	53
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	103
Итого за уплотненный полдник		412.80	6.42	7.19	44.84	260.59	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	180	4.36	7.78	14.42	143.92	12
	Напиток из сухофруктов	200	0.39	-	15.06	58.07	53
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	103

Итого за уплотненный полдник		462.80	7.23	8.26	48.66	288.24	
	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1395.20	35.16	33.76	145.99	992.62	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1670.20	44.55	39.7	179.01	1210.1	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
День 2			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	150	5.79	5.85	19.31	148.3	30
	Какао со сгущенным молоком	180	2.78	3.14	22.1	122.23	21
	Батон	20	1.51	0.18	9.34	42.71	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		355	10.1	13.29	50.79	350.61	
	От 3 лет до 7 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	160	5.79	5.85	19.31	148.3	30
	Какао со сгущенным молоком	200	3.09	3.49	24.56	135.92	21
	Батон	35	2.65	0.31	16.34	74.75	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		400	11.55	13.77	60.25	396.34	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Йогурт	100	3.18	3.2	3.8	56.7	137
Итого за второй завтрак		100	3.18	3.2	3.8	56.7	
	От 3 лет до 7 лет						
Второй завтрак	Йогурт	100	3.18	3.2	3.8	56.7	137
Итого за второй завтрак		100	3.18	3.2	3.8	56.7	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	30	0.5	2.02	1.31	25.17	70
	Бульон куриный с гречкой	155	2.62	4.43	5.82	72.37	9

	Плов из отвар- ной курицы	130	14.61	9.57	27.08	246.18	54
	Компот фруктовый	150	0.08	0.04	11.26	43	118
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		505	20.45	16.54	59.15	452.88	
От 3 лет до 7 лет							
Обед	Салат из свежей капусты	50	0.86	3.04	2.25	39.3	70
	бульон куриный с зелеными	208	3.13	4.49	8.89	86.47	9
	Плов из отвар- ной курицы	180	17.4	10.54	31.11	281.21	54
	Компот фруктовый	200	0.11	0.05	11.69	44.87	118
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		688	24.8	18.72	71.04	534.55	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Омлет	110	8.46	11.66	3.34	151.37	75
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Кисель	180	0.03	-	9.74	39.19	34
	Яблоко	95	0.38	0.38	9.31	39.9	102
Итого за уплотненный полдник		415	11.14	12.31	36.4	294.54	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Омлет	135	10.89	15.73	3.82	199.49	75
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Кисель	180	0.03	-	9.74	39.19	34
	Яблоко	95	0.38	0.38	9.31	39.9	102
Итого за уплотненный полдник		450	14.34	16.47	41.55	364.02	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1375	44.87	45.34	150.14	1154.73	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1638	53.87	52.16	176.64	1351.61	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 3							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшенная	150	4.98	6.26	17.63	142.46	31
	Чай с молоком	180	3.6	3.87	12.65	96.64	97
	Батон	20	1.52	0.18	9.34	42.72	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		355	10.12	14.43	39.66	319.19	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша пшенная	200	6.66	7.46	21.68	186.28	31
	Чай с молоком	200	3.91	4.19	14.12	106.63	97
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	13.63	16.13	54.52	415.72	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
Итого за второй завтрак		100	0.4	0.4	9.8	42	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
Итого за второй завтрак		100	0.4	0.4	9.8	42	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат свекольный	30	0.43	2.02	2.55	29.55	73
	Суп с мясными фрикадельками	150	2.87	7.55	5.57	100.53	50
	Мясо тушеное с овощами	130	10.65	10.56	18.93	208.72	47
	Лимонный напиток	150	0.07	0	8.24	31.33	45
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		500	16.66	20.61	48.97	436.29	
	От 3 до 7 лет						
	Салат свекольный	50	0.72	3.04	4.22	46.12	73
	Суп с мясными фрикадельками	200	3.69	7.97	7.35	114.17	50

Обед	Мясо тушеное с овощами	150	12.29	12.19	21.85	240.83	47
	Лимонный напиток	200	0.1	0.01	12.31	46.71	45
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		650	20.1	23.81	62.83	530.53	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Суфле творожное со сладким соусом	150	20.31	14.66	22.22	296.37	89/76
	Чай с соком	180	0.18	0.18	10.39	42.78	98
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
Итого за полдник		412.8	22.97	15.32	51.79	425.4	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Суфле творожное со сладким соусом	170	24.3	18.1	26.3	358.66	89/76
	Чай с соком	200	0.32	0.23	11.91	48.04	98
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
Итого за полдник		462.8	27.87	18.9	62.06	514.31	
	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1367.8	50.15	50.76	150.22	1222.88	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1657.8	62	59.24	189.21	1502.56	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша геркулесовая	150	4.78	6.72	16.89	143.02	26
	Кофейный напиток с молоком	180	3.76	3.35	15.02	110.16	43
	Батон	20	1.52	0.18	9.34	42.72	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		355	10.08	14.37	41.29	333.27	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша геркулесовая	200	6.31	8.06	23.24	184.93	26
	Кофейный напиток с молоком	200	3.76	3.35	16.5	110.16	43
	Батон	35	2.66	0.31	16.34	74.76	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		440	12.75	15.84	56.12	407.22	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Фруктовый напиток с соком	150	0.15	0.15	8.66	35.65	
Итого за второй завтрак		150	0.15	0.15	8.66	35.65	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Фруктовый напиток с соком	180	0.18	0.18	10.39	42.78	
Итого за второй завтрак		180	0.18	0.18	10.39	42.78	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат витаминный	30	0.55	2.08	4.03	36.12	68
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	150	2.39	5.56	9.72	96.14	7
	Котлета из говядины	50	9.74	7.94	3.1	122.13	100
	Картофельное пюре	110	3.14	3.62	21.74	126.71	24
	Фруктовый напиток	150	0.08	0.04	11.26	43	118
	Хлеб ржаной	30	1.97	0.36	10.26	42.62	95
Итого за обед		520	17.87	19.6	60.11	466.72	

	От 3 до 7 лет						
Обед	Салат витаминный	50	0.83	3.09	4.89	49.6	68
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	200	3.31	7.41	11.9	124.7	7
	Гуляш из говядины	70	13.36	11.82	6.76	184.9	11
	Картофельное пюре	130	3.74	5.65	24.67	158.37	24
	Фруктовый напиток	200	0.11	0.05	11.69	44.87	118
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		690	23.99	28.5	73.59	628.6	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Рисово-рыбная запеканка со сметанной подливой	150	11.88	9.78	14.26	203.28	66
	Ряженка	180	4.5	5.22	7.56	91.8	83
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.84	33.08	95
	Яблоко	52.8	0.21	0.2	5.17	22.17	102
Итого за полдник		402.8	17.91	15.44	33.83	350.33	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Рисово-рыбная запеканка со сметанной подливой	180	14.63	12.04	17.55	250.2	66
	Ряженка	200	5.8	5	8	100	83
	Хлеб ржаной	30	1.97	0.36	10.26	42.62	95
	Яблоко	52.8	0.21	0.2	5.17	22.17	102
Итого за полдник		462.8	22.61	17.6	40.98	414.99	
	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1427.8	46.01	49.56	143.89	1185.97	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1772.8	59.53	62.12	181.08	1493.59	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые ве-щества			Энергети ческая ценность Ккал	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 5							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша манная	150	4.38	5.76	16.24	130.34	29
	Какао со сгущенным молоком	180	2.78	3.14	22.1	122.23	21
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		365	9.45	13.29	52.39	354.02	
От 3 до 7 лет							
Завтрак	Каша манная	200	5.7	6.75	20.39	160.79	29
	Какао со сгущенным молоком	200	3.09	3.49	24.56	135.92	21
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	11.85	14.72	63.67	419.52	
От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Чай с лимоном	150	0.135	0.03	7.57	29.27	96
	Гренки	30	2.21	2.83	12.59	81.65	2
Итого за второй завтрак		180	2.345	2.86	20.16	110.92	
От 3 до 7 лет							
Второй завтрак	Чай с лимоном	180	0.16	0.03	8.1	31.4	96
	Гренки	40	3.04	2.99	17.36	104.17	2
Итого за второй завтрак		220	3.2	3.02	25.46	135.57	
От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат морковный	30	0.36	1.52	2.43	24.31	72
	Суп "Харчо" с мясом птицы	150	3.54	4.48	8.77	88.11	230
	Шницель куриный	60	14.12	3.6	3.96	107.31	116
	Макароны отварные	110	4.02	3.66	26.48	148.37	46
	Компот из свежих фруктов	150	0.06	0.06	9.45	36.24	38
	Хлеб	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		540	24.74	13.8	64.77	470.5	
От 3 до 7 лет							

Обед	Салат морковный	50	0.6	2.54	4.05	40.52	72
	Суп "Харчо" с мясом птицы	200	3.81	7.01	9.95	116.35	230
	Шницель куриный	70	16.6	3.76	6.29	128	116
	Макароны отварные	130	4.78	3.8	31.29	170.54	46
	Компот из свежих фруктов	200	0.07	0.07	11.87	45.53	38
	Хлеб	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		700	29.16	17.78	80.55	583.64	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Говядина тушеная с капустой	180	11.72	12.12	8.8	188.99	22
	Яблоко	52.8	0.21	0.2	5.17	22.17	102
	Чай с сахаром	160	0.107	0.027	5.34	20.71	99
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
Итого за полдник		432.8	15.077	12.707	37.99	317.31	
От 3 до 7 лет							
Уплотненный полдник	Говядина тушеная с капустой	210	12.6	14.82	11.53	227.08	22
	Яблоко	52.8	0.21	0.2	5.17	22.17	102
	Чай с сахаром	180	0.12	0.003	6.01	23.3	99
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
Итого за полдник		482.8	15.97	15.383	41.39	357.99	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1517.8	51.612	42.657	175.31	1252.75	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1777.8	60.18	50.903	211.07	1496.72	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	150	5.79	5.85	19.31	148.3	30
	Чай с соком	180	0.18	0.18	10.39	42.78	98
	Батон	35	2.65	0.31	16.34	74.75	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		370	8.64	10.46	46.08	303.2	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	200	7.72	7.8	25.7	197.73	30
	Чай с соком	200	0.32	0.23	11.91	48.04	98
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	11.1	12.51	56.33	368.58	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
	Печенье	20	1.5	2.36	14.98	83.42	119
Итого второй завтрак		120	1.9	2.76	24.78	125.42	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
	Печенье	30	2.25	3.54	22.47	125.13	119
Итого второй завтрак		130	2.65	3.94	32.27	167.13	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	30	0.5	2.02	1.31	25.17	70
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	150	2.26	5.78	8.63	94.45	64
	Кнели из говядины	60	11.69	9.53	3.72	146.56	673
	Рис отварной	110	2.94	4.92	25.28	150.89	65
	Томатный соус	20	0.49	0.03	2.74	12.62	

	Компот из свежих яблок	150	0.07	0.07	11.7	44.82	39
	Хлеб ржаной	30	1.97	0.36	10.26	49.62	95
Итого за обед		550	19.92	22.71	63.64	524.13	
	От 3 до 7 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	50	0.86	3.04	2.25	39.3	70
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	200	2.79	7.44	12.43	124.88	64
	Кнели из говядины	70	13.88	10.80	6.2	176.02	673
	Рис отварной	130	3.46	5.8	29.7	177.48	65
	Томатный соус	20	0.49	0.03	2.74	12.62	
	Компот из свежих яблок	200	0.07	0.07	11.87	45.53	39
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		710	24.19	27.66	78.87	641.99	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Омлет	110	8.46	11.66	3.34	151.37	75
	Кисель	180	0.03	0	9.74	39.19	34
	Яблоко	95	0.38	0.38	9.31	39.9	102
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
Итого за полдник		415	11.14	12.31	36.4	294.54	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Омлет	135	10.89	15.73	3.82	199.49	75
	Кисель	200	0.03	0	9.74	39.19	34
	Яблоко	95	0.38	0.38	9.31	39.9	102
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
Итого за полдник		460	13.57	16.38	36.88	342.66	
	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1455	41.6	48.24	170.9	1247.29	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1745	51.51	60.49	204.35	1520.36	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептур ы
			Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
День 7							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша рисовая	150	4.22	6.03	17.08	135.25	32
	Какао со сгущенным молоком	180	2.78	3.14	22.1	122.23	21
	Батон	20	1.52	0.18	9.34	42.72	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		355	8.54	13.47	48.56	337.57	
От 3 лет до 7 лет							
Завтрак	Каша рисовая	200	5.61	7.13	23.9	176.26	32
	Какао со сгущенным молоком	200	3.09	3.49	24.56	135.92	21
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	11.76	15.1	67.18	434.99	
От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Чай с соком	100	0.16	0.115	5.6	24.02	98
Итого за второй завтрак		100	0.16	0.115	5.6	24.02	
От 3 лет до 7 лет							
Второй завтрак	Чай с соком	100	0.16	0.115	5.6	24.02	98
Итого за второй завтрак		100	0.16	0.115	5.6	24.02	
От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат витаминный	30	0.55	2.08	4.03	36.12	68
	Свекольник на мясном бульоне	150	2.5	5.78	10.01	99.95	74
	Котлета рыбная любительская	60	7.65	3.2	1.57	65.35	42
	Картофельное пюре	110	3.14	3.62	21.74	126.71	24

	Напиток из свежих фруктов	150	0.05	0.05	8.9	34.15	52
	Хлеб ржаной	30	1.97	0.36	10.26	49.62	95
Итого за обед		530	15.86	15.09	56.51	411.9	
От 3 лет до 7 лет							
Обед	Салат витаминный	50	0.83	3.09	4.89	49.6	68
	Свекольник на мясном бульоне	200	2.88	6.41	12.06	114.59	74
	Котлета рыбная любительская	70	8.83	3.3	1.84	71.97	42
	Картофельное пюре	130	3.74	5.65	24.67	158.37	24
	Напиток из свежих фруктов	200	0.08	0.08	13.77	54.16	52
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		690	19	19.01	70.91	514.85	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Пудинг творожный	140	17.2	11.19	13.37	219.72	69
	Сладкий соус	15	0.55	0.015	7.46	29.76	78
	Компот из яблок и лимона	180	0.3	0.2	25.1	103	528
	Батон	20	1.52	0.18	9.34	42.72	5
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
Итого за упл. полдник		407.8	19.78	11.795	60.44	417.37	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Пудинг творожный	160	21.8	14.86	21.61	302.08	69
	Сладкий соус	20	0.7	0.032	8.42	34.52	78
	Компот из яблок и лимона	180	0.3	0.2	25.1	103	528
	Батон	20	1.52	0.18	9.34	42.72	5
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
Итого за упл. полдник		432.8	24.53	15.482	69.64	504.49	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1392.8	44.34	40.47	171.11	1190.86	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1667.8	55.45	49.707	213.33	1478.35	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		
День 8							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша манная	150	4.38	5.76	16.24	130.34	29
	Чай с молоком	180	3.6	3.87	12.65	96.64	97
	Батон	20	1.52	0.18	9.34	42.72	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		355	9.52	13.93	38.27	307.07	
От 3 лет до 7 лет							
Завтрак	Каша манная	200	5.7	6.75	20.59	160.79	29
	Чай с молоком	200	3.91	4.19	14.12	106.33	97
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	12.67	15.42	53.43	389.93	
От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Гренки	30	2.21	2.83	12.59	81.65	2
	Фруктовы напиток с соком	150	0.15	0.15	8.66	35.65	
Итого за второй завтрак		180	2.36	2.98	21.25	117.3	
От 3 лет до 7 лет							
Второй завтрак	Гренки	40	3.04	2.99	17.36	104.17	2
	Фруктовы напиток с соком	180	0.18	0.18	10.39	42.78	
Итого за второй завтрак		220	3.22	3.17	27.75	146.95	
От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат свекольный	30	0.43	2.02	2.55	29.55	73
	Суп овощной на мясном бульоне	150	3.62	5.27	6.5	88.42	86
	Тефтели мясные	60	124.38	9.09	4.25	144.68	91
	Томатно-сметанный соус	20	0.76	1.56	4.04	32.28	92
	Каша гречневая	110	2.78	2.37	13.67	83.81	27
	Лимонный напиток	150	0.07	0	8.24	31.33	45

	Хлеб ржаной	30	1.97	0.36	10.26	49.62	95
Итого за обед		550	134.01	20.67	49.51	459.69	
От 3 лет до 7 лет							
Обед	Салат свекольный	50	0.72	3.04	4.22	46.12	73
	Суп овощной на мясном бульоне	200	4.03	6.13	8.53	103.94	86
	Тефтели мясные	70	145.24	10.86	5.63	174.18	91
	Томатно-сметанный соус	20	0.76	1.56	4.04	32.28	92
	Каша гречневая	130	3.29	3.33	16.17	103.8	27
	Лимонный напиток	200	0.1	0.01	12.31	46.71	45
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		720	157.44	25.53	68	589.73	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Запеканка картофельная с мясом	130	12.66	10.27	21.11	222.31	19
	Томатный соус	20	0.49	0.03	2.74	12.62	
	Ряженка	180	4.5	5.22	7.56	91.8	83
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
Итого за полдник		422.8	20.9	16.09	55.26	434.34	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Запеканка картофельная с мясом	150	16.93	12.69	29.33	291.93	19
	Томатный соус	30	0.49	0.03	2.74	12.62	
	Ряженка	200	5.8	5	8	100	83
	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
Итого за полдник		472.8	26.47	18.29	63.92	512.16	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1507.8	172.36	55.87	172.95	1318.4	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1857.8	199.8	62.41	213.1	1638.77	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшенная	150	4.98	6.26	17.63	145.24	31
	Кофейный напиток с молоком	180	3.76	3.35	15.02	110.16	43
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		365	11.03	14	46.7	356.85	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша пшенная	200	6.66	7.46	21.68	186.28	31
	Кофейный напиток с молоком	200	3.95	4.41	16.5	114.71	43
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	13.67	16.35	56.9	423.8	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
Итого второй завтрак		52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Яблоко	52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	102
Итого второй завтрак		52.8	0.21	0.21	5.17	22.17	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат морковный	30	0.36	1.52	2.43	24.31	72
	Солянка из птицы	150	2.35	6.32	7.14	93.1	125
	Суфле куриное	60	13.46	7.64	4.38	139.09	88
	Макароны отварные	110	4.02	3.66	26.48	148.37	46
	Компот из сухофруктов	150	0.29	0	13.32	51.15	53
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		540	23.12	19.62	67.43	522.18	

	От 3 до 7 лет						
Обед	Салат морковный	50	0.6	2.54	4.05	40.52	72
	Солянка из птицы	200	2.69	6.97	9.26	108.28	125
	Суфле куриное	70	15.89	9.65	4.68	168.02	88
	Макароны отварные	130	4.75	3.8	31.29	170.54	46
	Компот из сухофруктов	200	0.38	0	17.01	65.34	53
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		700	27.61	23.56	83.39	635.4	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Булочка "Лакомка"	70	4.75	9.03	29.7	187.03	135
	Суп молочный рисовый	150	4.92	8.1	14.98	159.6	84
	Чай с лимоном	180	0.16	0.03	8.1	31.4	96
Итого за упл. полдник		400	9.83	17.16	52.78	378.03	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Булочка "Лакомка"	100	6.78	12.9	42.42	267.18	136
	Суп молочный рисовый	200	5.39	9.44	16.86	169.78	84
	Чай с лимоном	200	0.18	0.4	10.1	39.03	96
Итого за упл. полдник		500	12.35	22.74	69.38	475.99	
	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1357.8	44.19	50.99	172.08	1279.23	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1697.8	53.84	62.86	214.84	1557.36	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша «Дружба»	150	4.6	6.15	17.35	138.86	37
	Какао со сгущенным молоком	180	2.78	3.14	22.1	122.33	21
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		365	9.67	13.68	53.5	362.64	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша «Дружба»	200	6.15	7.3	25.3	185.21	37
	Какао со сгущенным молоком	200	3.09	3.49	24.56	135.92	21
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
	Масло сливочное	5	0.02	4.12	0.04	37.37	6
Итого за завтрак		445	12.3	15.27	68.58	443.94	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
	Печенье	20	1.5	2.36	14.98	83.42	119
Итого второй завтрак		120	1.9	2.76	24.78	125.42	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0.4	0.4	9.8	42	80
	Печенье	30	2.25	3.54	22.47	125.13	119
Итого второй завтрак		130	2.65	3.94	32.27	167.13	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	30	0.5	2.02	1.31	25.17	70
	Суп с клецками на курином бульоне	150	3.88	5.62	14.9	124.09	87
	Гуляш из филе куриного	50	9.54	8.44	4.83	132.07	11
	Рис отварной	110	2.94	4.92	25.28	150.89	65

	Компот из свежих яблок	150	0.07	0.07	11.7	44.82	39
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	66.16	95
Итого за обед		530	19.57	21.55	71.7	543.2	
	От 3 до 7 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	50	0.86	3.04	2.25	39.3	70
	Суп с клецками на курином бульоне	200	4.28	5.76	16.6	135.17	87
	Гуляш из филе куриного	70	13.36	11.82	6.76	184.9	11
	Рис отварной	130	3.46	5.8	29.7	177.48	65
	Компот из свежих яблок	200	0.07	0.07	11.87	45.53	39
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	82.7	95
Итого за обед		700	25.33	27.09	84.28	665.08	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Кнели рыбные	60	9.17	2.61	3.22	72.35	340
	Картофельное пюре	130	3.14	3.62	21.74	126.71	42
	Чай с соком	180	0.18	0.18	10.39	42.78	98
	Батон	30	2.27	0.27	14.01	64.08	5
Итого за упл. полдник		400	14.76	6.68	49.36	305.92	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Кнели рыбные	70	10.73	3.15	3.84	85.77	340
	Картофельное пюре	150	3.74	5.65	24.67	158.37	42
	Чай с соком	200	0.32	0.23	11.91	48.04	98
	Батон	40	3.04	0.36	18.68	85.44	5
Итого за упл. полдник		460	17.83	9.39	59.1	377.62	
	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1415	45.9	44.67	199.34	1337.18	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1735	58.11	55.69	244.23	1653.77	