

Согласовано

Руководитель

*И.В. Дюков*

*«Роскош»*

*И.В. Дюков*



Утверждаю

Директор ООО «Центр питания»

Урманова Н.С.



### Основное 2-х недельное меню

для организации питания детей в возрасте 1,5 – 3, 3 – 7 лет,  
посещающих дошкольные образовательные учреждения  
с пребыванием 10,5 часов  
на весенне-летний период



# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)



Сезон:

Весна-лето

Возрастная категория: Дети до 3 лет автоном

## 1-ая неделя/Понедельник

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                   | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                     |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                   | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                      |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                             | 165          | 6,67                 | 8,08         | 29,18         | 216                | КП24079          |
| Какао с молоком                                                     | 150          | 0,3                  | 1,72         | 7,65          | 52                 | КП24044          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                           | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                              | <b>350</b>   | <b>9,68</b>          | <b>17,55</b> | <b>50,39</b>  | <b>393</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                               |              |                      |              |               |                    |                  |
| Напиток яблочный                                                    | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15          | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                       | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>   | <b>22</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                         |              |                      |              |               |                    |                  |
| Салат из свеклы на растительном масле                               | 40           | 1                    | 3            | 20            | 76                 | КП24090          |
| Суп-лапша домашняя                                                  | 150          | 3,59                 | 4,55         | 12            | 169                | КП24016          |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем               | 130          | 7,65                 | 6,86         | 11,55         | 153                | КП24035          |
| Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)                             | 150          | 0,15                 | 0,08         | 12,9          | 90                 | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1, B2) и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68          | 47                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                              | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                                 | <b>510</b>   | <b>15,61</b>         | <b>17,53</b> | <b>71,2</b>   | <b>581</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                      |              |                      |              |               |                    |                  |
| Молоко кипячённое                                                   | 100          | 2,73                 | 3,07         | 4,27          | 55                 | КП24130          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                              | <b>100</b>   | <b>2,73</b>          | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>          |                  |
| <b>Уплотнённый полдник</b>                                          |              |                      |              |               |                    |                  |
| Сырники из творога с соусом молочным                                | 90           | 5                    | 4,65         | 14,2          | 146                | КП24057          |
| Чай с сахаром                                                       | 150          | 0,15                 |              | 4,88          | 20                 | КП22003          |
| <b>Всего в Уплотнённый полдник</b>                                  | <b>250</b>   | <b>5,15</b>          | <b>4,65</b>  | <b>19,07</b>  | <b>166</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                                 | <b>1 310</b> | <b>33,32</b>         | <b>42,85</b> | <b>150,09</b> | <b>1 217</b>       |                  |

## 1-ая неделя/Вторник

| Приём пищи,<br>наименование блюда                      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|--------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                                        |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                                      | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                         |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша манная молочная                                   | 160          | 6,9                  | 8,05         | 18,66        | 199                | КП24084          |
| Чай с сахаром                                          | 150          | 0,15                 |              | 4,88         | 20                 | КП24045          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                              | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                 | <b>350</b>   | <b>13,55</b>         | <b>11,65</b> | <b>41,63</b> | <b>342</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                  |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж. (шт.)                                     | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                          | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                            |              |                      |              |              |                    |                  |
| Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной | 150          | 1,3                  | 3            | 9,3          | 120                | КП24018          |
| Макароны отварные с маслом                             | 130          | 3,22                 | 4,86         | 23,38        | 187                | КП24052          |
| Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным          | 60           | 8,1                  | 4,5          | 2,9          | 84                 | КП24215          |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 150          | 0,75                 | 0,04         | 20,63        | 83                 | КП24054          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            |              |              |              |               |              |         |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>570</b>   | <b>16,59</b> | <b>15,43</b> | <b>70,96</b>  | <b>566</b>   |         |
| Полдник                                                           |              |              |              |               |              |         |
| Кефир                                                             | 100          | 2,85         | 3,15         | 8,8           | 76           | КП24087 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,85</b>  | <b>3,15</b>  | <b>8,8</b>    | <b>76</b>    |         |
| Уплотненный полдник                                               |              |              |              |               |              |         |
| Рагу из овощей                                                    | 100          | 1,33         | 3,33         | 10,53         | 57           | КП24075 |
| Кисель фруктовый                                                  | 150          |              |              | 2,27          | 57           | КП24083 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6          | 0,24         | 7,68          | 47           | ДАВЛ001 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>270</b>   | <b>2,93</b>  | <b>3,57</b>  | <b>20,48</b>  | <b>161</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 390</b> | <b>36,32</b> | <b>34,21</b> | <b>150,67</b> | <b>1 226</b> |         |

#### 1-ая неделя/Среда

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| Завтрак                                                           |              |                      |              |              |                    |                  |
| Суп молочный с вермишелью                                         | 165          | 3,63                 | 3,46         | 13,12        | 98                 | КП24105          |
| Кофейный напиток с молоком (Цикорий)                              | 150          | 1,8                  | 2,48         | 7,65         | 52                 | КП24093          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56        | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>350</b>   | <b>8,14</b>          | <b>13,68</b> | <b>34,33</b> | <b>276</b>         |                  |
| Завтрак второй                                                    |              |                      |              |              |                    |                  |
| Йогурт                                                            | 100          | 2,1                  | 2,2          | 10           | 96                 | КП22246          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>2,1</b>           | <b>2,2</b>   | <b>10</b>    | <b>96</b>          |                  |
| Обед                                                              |              |                      |              |              |                    |                  |
| Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной           | 150          | 0,98                 | 2,73         | 6,57         | 55                 | КП24028          |
| Каша рисовая рассыпчатая                                          | 130          | 3,11                 | 2,72         | 32,7         | 168                | КП24109          |
| Биточки рыбные                                                    | 60           | 9,33                 | 5,08         | 10,67        | 125                | КП24213          |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 150          | 0,15                 | 0,08         | 12,9         | 90                 | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68         | 47                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07         | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>570</b>   | <b>16,78</b>         | <b>13,64</b> | <b>77,59</b> | <b>530</b>         |                  |
| Полдник                                                           |              |                      |              |              |                    |                  |
| Напиток яблочный                                                  | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15         | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>  | <b>22</b>          |                  |
| Уплотненный полдник                                               |              |                      |              |              |                    |                  |
| Пирожки печенные с картофелем                                     | 80           | 8,56                 | 3,67         | 34,16        | 204                | КП24131          |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15                 |              | 4,88         | 20                 | КП24045          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>230</b>   | <b>8,71</b>          | <b>3,67</b>  | <b>39,04</b> | <b>224</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 350</b> | <b>35,88</b>         | <b>33,24</b> | <b>166,1</b> | <b>1 148</b>       |                  |

#### 1-ая неделя/Четверг

| Приём пищи,<br>наименование блюда      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|----------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                        |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                      | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| Завтрак                                |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша пшеничная молочная                | 160          | 2,51                 | 3,84         | 14,93        | 156                | КП24085          |
| Чай с молоком и сахаром                | 150          | 1,5                  | 3,75         | 13,5         | 56                 | КП24092          |
| Бутерброд с сыром (30/10)              | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                 | <b>350</b>   | <b>10,51</b>         | <b>11,19</b> | <b>46,53</b> | <b>334</b>         |                  |
| Завтрак второй                         |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж.(шт.)                      | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>          | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| Обед                                   |              |                      |              |              |                    |                  |
| Суп картофельный с бобовыми и гречками | 150          | 5,63                 | 3,75         | 11,35        | 150                | КП24011          |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 130          | 4,15                 | 4,33         | 18,2         | 179                | КП24049          |
| Голубцы ленивые "Детские"              | 60           | 6,3                  | 4,2          | 8,65         | 64                 | КП24211          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Компот из смеси сухофруктов                                       | 150          | 0,75         | 0,04         | 20,63         | 83           | КП24054 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6          | 0,24         | 7,68          | 47           | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>570</b>   | <b>20,05</b> | <b>15,36</b> | <b>73,58</b>  | <b>568</b>   |         |
| Полдник                                                           |              |              |              |               |              |         |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 100          | 0,1          | 0,05         | 8,6           | 60           | КП24056 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>0,1</b>   | <b>0,05</b>  | <b>8,6</b>    | <b>60</b>    |         |
| Уплотненный полдник                                               |              |              |              |               |              |         |
| Сырники из творога с соусом молочным                              | 90           | 5            | 4,65         | 14,2          | 146          | КП24057 |
| Чай без сахара                                                    | 150          |              |              | 0,45          | 2            | КП24128 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>250</b>   | <b>5</b>     | <b>4,65</b>  | <b>14,65</b>  | <b>148</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 370</b> | <b>36,05</b> | <b>31,65</b> | <b>152,16</b> | <b>1 191</b> |         |

#### 1-ая неделя/Пятница

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| Завтрак                                                           |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                           | 165          | 6,67                 | 8,08         | 29,18         | 216                | КП24079          |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15                 |              | 4,88          | 20                 | КП24045          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>350</b>   | <b>9,53</b>          | <b>15,82</b> | <b>47,62</b>  | <b>362</b>         |                  |
| Завтрак второй                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Напиток яблочный                                                  | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15          | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>   | <b>22</b>          |                  |
| Обед                                                              |              |                      |              |               |                    |                  |
| Винегрет овощной                                                  | 40           | 0,5                  | 0,9          | 2,9           | 22                 | КП24110          |
| Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной                     | 150          | 13                   | 16           | 38            | 193                | КП24015          |
| Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем               | 130          | 7,8                  | 8,23         | 13            | 158                | КП24034          |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 150          | 0,15                 | 0,08         | 12,9          | 90                 | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68          | 47                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>510</b>   | <b>24,66</b>         | <b>28,25</b> | <b>81,55</b>  | <b>555</b>         |                  |
| Полдник                                                           |              |                      |              |               |                    |                  |
| Молоко кипячённое                                                 | 100          | 2,73                 | 3,07         | 4,27          | 55                 | КП24130          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,73</b>          | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>          |                  |
| Уплотненный полдник                                               |              |                      |              |               |                    |                  |
| Макароны отварные с маслом                                        | 100          | 2,48                 | 3,73         | 17,98         | 144                | КП24052          |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15                 |              | 4,88          | 20                 | КП24045          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68          | 47                 | ДАВЛ001          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>270</b>   | <b>4,23</b>          | <b>3,97</b>  | <b>30,54</b>  | <b>211</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 330</b> | <b>41,3</b>          | <b>51,16</b> | <b>169,13</b> | <b>1 204</b>       |                  |

#### 2-ая неделя/Понедельник

| Приём пищи,<br>наименование блюда             | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-----------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                               |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                             | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| Завтрак                                       |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша пшеничная молочная                       | 160          | 2,51                 | 3,84         | 14,93        | 156                | КП24085          |
| Чай с молоком и сахаром                       | 150          | 1,5                  | 3,75         | 13,5         | 56                 | КП24092          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                     | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                        | <b>350</b>   | <b>10,51</b>         | <b>11,19</b> | <b>46,53</b> | <b>334</b>         |                  |
| Завтрак второй                                |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж.(шт.)                             | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                 | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| Обед                                          |              |                      |              |              |                    |                  |
| Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)        | 40           |                      |              |              |                    | ДО7АЭ20          |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 150          | 1,1                  | 3,3          | 16,1         | 65                 | КП24026          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Плов из говядины                                                  | 150          | 0,75         | 0,04         | 20,63         | 83           | КП24054 |
| Компот из смеси сухофруктов                                       | 150          | 1,6          | 0,24         | 7,68          | 47           | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           |              |              |               |              |         |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>510</b>   | <b>11,14</b> | <b>13,4</b>  | <b>67,95</b>  | <b>428</b>   |         |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |              |              |               |              |         |
| Молоко кипячённое                                                 | 100          | 2,73         | 3,07         | 4,27          | 55           | КП24130 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,73</b>  | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>    |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |              |              |               |              |         |
| Плюшка новомосковская                                             | 100          | 7,8          | 5,8          | 51            | 295          | КП24134 |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15         |              | 4,88          | 20           | КП24045 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>250</b>   | <b>7,95</b>  | <b>5,8</b>   | <b>55,88</b>  | <b>315</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 310</b> | <b>32,73</b> | <b>33,85</b> | <b>183,42</b> | <b>1 214</b> |         |

#### 2-ая неделя/Вторник

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша пшённая молочная жидкая                                      | 165          | 6,16                 | 7,26         | 29,04         | 205                | КП24115          |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15                 |              | 4,88          | 20                 | КП24045          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>350</b>   | <b>9,02</b>          | <b>15</b>    | <b>47,48</b>  | <b>352</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                             |              |                      |              |               |                    |                  |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 100          | 0,1                  | 0,05         | 8,6           | 60                 | КП24056          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>0,1</b>           | <b>0,05</b>  | <b>8,6</b>    | <b>60</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                       |              |                      |              |               |                    |                  |
| Суп картофельный с бобовыми и гречками                            | 150          | 5,63                 | 3,75         | 11,35         | 150                | КП24010          |
| Каша гречневая рассыпчатая                                        | 130          | 4,15                 | 4,33         | 18,2          | 179                | КП24049          |
| Биточки рыбные                                                    | 60           | 9,33                 | 5,08         | 10,67         | 125                | КП24213          |
| Напиток яблочный                                                  | 150          | 0,23                 | 0,08         | 7,73          | 32                 | КП24113          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68          | 47                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>570</b>   | <b>22,55</b>         | <b>16,28</b> | <b>62,69</b>  | <b>579</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Кефир                                                             | 100          | 2,85                 | 3,15         | 8,8           | 76                 | КП24087          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,85</b>          | <b>3,15</b>  | <b>8,8</b>    | <b>76</b>          |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |                      |              |               |                    |                  |
| Вак-беяш                                                          | 80           | 4,96                 | 6,4          | 19,04         | 162                | КП24096          |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15                 |              | 4,88          | 20                 | КП24045          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>230</b>   | <b>5,11</b>          | <b>6,4</b>   | <b>23,91</b>  | <b>182</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 350</b> | <b>39,63</b>         | <b>40,88</b> | <b>151,48</b> | <b>1 248</b>       |                  |

#### 2-ая неделя/Среда

| Приём пищи,<br>наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|----------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                                    |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                                  | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                     |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша манная молочная                               | 160          | 6,9                  | 8,05         | 18,66        | 199                | КП24084          |
| Чай с сахаром                                      | 150          | 0,15                 |              | 4,88         | 20                 | КП24045          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                          | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                             | <b>350</b>   | <b>13,55</b>         | <b>11,65</b> | <b>41,63</b> | <b>342</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                              |              |                      |              |              |                    |                  |
| Напиток яблочный                                   | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15         | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                      | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>  | <b>22</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                        |              |                      |              |              |                    |                  |
| Суп с рисовой крупой                               | 150          | 1,6                  | 1,5          | 10           | 101                | КП24111          |
| Макаронные отварные с маслом                       | 130          | 3,22                 | 4,86         | 23,38        | 187                | КП24052          |
| Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным | 60           | 7,5                  | 7,2          | 8            | 130                | КП24217          |



|                                                                   |              |              |              |              |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------|
| Компот из смеси сухофруктов                                       | 150          | 0,75         | 0,04         | 20,63        | 83           | КП24054 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом | 20           | 1,6          | 0,24         | 7,68         | 47           | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07         | 46           | ДАВЛ002 |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>570</b>   | <b>16,29</b> | <b>16,63</b> | <b>76,76</b> | <b>593</b>   |         |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |              |              |              |              |         |
| Йогурт                                                            | 100          | 2,1          | 2,2          | 10           | 96           | КП22246 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,1</b>   | <b>2,2</b>   | <b>10</b>    | <b>96</b>    |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |              |              |              |              |         |
| Сырники из творога с соусом молочным                              | 90           | 5            | 4,65         | 14,2         | 146          | КП24057 |
| Кисель фруктовый                                                  | 150          |              |              | 2,27         | 57           | КП24083 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>250</b>   | <b>5</b>     | <b>4,65</b>  | <b>16,46</b> | <b>203</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 370</b> | <b>37,09</b> | <b>35,19</b> | <b>150</b>   | <b>1 255</b> |         |

#### 2-ая неделя/Четверг

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                           | 165          | 6,67                 | 8,08         | 29,18         | 216                | КП24079          |
| Какао с молоком                                                   | 150          | 0,3                  | 1,72         | 7,65          | 52                 | КП24044          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>350</b>   | <b>9,68</b>          | <b>17,55</b> | <b>50,39</b>  | <b>393</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                             |              |                      |              |               |                    |                  |
| Напиток яблочный                                                  | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15          | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>   | <b>22</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                       |              |                      |              |               |                    |                  |
| Суп-лапша домашняя                                                | 150          | 3,59                 | 4,55         | 12            | 169                | КП24016          |
| Пюре гороховое                                                    | 130          | 2,76                 | 1,6          | 25,09         | 123                | КП24108          |
| Котлеты мясные                                                    | 60           | 7,5                  | 7,2          | 8             | 130                | КП24209          |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 150          | 0,15                 | 0,08         | 12,9          | 90                 | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68          | 47                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>570</b>   | <b>17,21</b>         | <b>16,47</b> | <b>72,74</b>  | <b>605</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Молоко кипячённое                                                 | 100          | 2,73                 | 3,07         | 4,27          | 55                 | КП24130          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,73</b>          | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>          |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |                      |              |               |                    |                  |
| Пирожки печённые с яблоками                                       | 80           | 4,8                  | 4,16         | 35,2          | 197                | КП24103          |
| Чай с сахаром                                                     | 150          | 0,15                 |              | 4,88          | 20                 | КП24045          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>230</b>   | <b>4,95</b>          | <b>4,16</b>  | <b>40,08</b>  | <b>217</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 350</b> | <b>34,72</b>         | <b>41,29</b> | <b>172,63</b> | <b>1 292</b>       |                  |

#### 2-ая неделя/Пятница

| Приём пищи,<br>наименование блюда                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|---------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                                         |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                                       | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                          |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша "Дружба" молочная                                  | 160          | 7,6                  | 10,93        | 25,6         | 228                | КП24048          |
| Чай с сахаром                                           | 150          | 0,15                 |              | 4,88         | 20                 | КП24045          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                               | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                  | <b>350</b>   | <b>14,25</b>         | <b>14,53</b> | <b>48,58</b> | <b>370</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                   |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж.(шт.)                                       | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                           | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                             |              |                      |              |              |                    |                  |
| Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)  | 40           | 0,6                  | 1,4          | 2,7          | 26                 | КП24107          |
| Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной | 150          | 0,98                 | 2,73         | 6,57         | 55                 | КП24027          |
| Жаркое по-домашнему (говядина)                          | 130          | 5,72                 | 8,58         | 20,07        | 224                | КП24099          |

|                                                                                 |              |               |               |                 |               |         |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|---------------|---------|
| компот из смеси сухофруктов                                                     | 20           | 1,6           | 0,24          | 7,68            | 47            | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом               | 20           | 1,62          | 2,8           | 7,07            | 46            | ДАВЛ002 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                                          |              |               |               |                 |               |         |
| <b>Всего в Обед</b>                                                             | <b>510</b>   | <b>11,27</b>  | <b>15,79</b>  | <b>64,72</b>    | <b>480</b>    |         |
| Полдник                                                                         |              |               |               |                 |               |         |
| Напиток яблочный                                                                | 100          | 0,15          | 0,05          | 5,15            | 22            | КП24113 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                                          | <b>100</b>   | <b>0,15</b>   | <b>0,05</b>   | <b>5,15</b>     | <b>22</b>     |         |
| Уплотненный полдник                                                             |              |               |               |                 |               |         |
| Омлет натуральный                                                               | 80           | 6,58          | 5,99          | 10,58           | 154           | КП24088 |
| Чай с сахаром                                                                   | 150          | 0,15          |               | 4,88            | 20            | КП24045 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом               | 25           | 2             | 0,3           | 9,6             | 59            | ДАВЛ001 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                              | <b>255</b>   | <b>8,73</b>   | <b>6,29</b>   | <b>25,05</b>    | <b>233</b>    |         |
| <b>Всего в день</b>                                                             | <b>1 315</b> | <b>34,79</b>  | <b>37,06</b>  | <b>152,3</b>    | <b>1 187</b>  |         |
| <b>Итого</b>                                                                    |              | <b>361,84</b> | <b>381,38</b> | <b>1 597,98</b> | <b>12 181</b> |         |
| <b>Среднее за период</b>                                                        |              | <b>36,18</b>  | <b>38,14</b>  | <b>159,8</b>    | <b>1 218</b>  |         |
| <b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b> |              | <b>11,88</b>  | <b>28,18</b>  | <b>52,47</b>    |               |         |



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ  
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД  
(2-х недельное)**



Сезон:

Весна-лето

Возрастная категория:

Дети с 3 до 7 лет автоном

**1-ая неделя/Понедельник**

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                   | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                     |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                   | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                      |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                             | 165          | 6,67                 | 8,08         | 29,18         | 216                | КП24079          |
| Какао с молоком                                                     | 200          | 0,4                  | 2,3          | 10,2          | 69                 | КП24044          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                           | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                              | <b>400</b>   | <b>9,78</b>          | <b>18,13</b> | <b>52,94</b>  | <b>411</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                               |              |                      |              |               |                    |                  |
| Сок фруктовый                                                       | 100          | 0,5                  | 0,1          | 10            | 46                 | КП24081          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                       | <b>100</b>   | <b>0,5</b>           | <b>0,1</b>   | <b>10</b>     | <b>46</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                         |              |                      |              |               |                    |                  |
| Салат из свеклы на растительном масле                               | 50           | 1,25                 | 3,75         | 25            | 95                 | КП24090          |
| Суп-лапша домашняя                                                  | 200          | 4,79                 | 6,07         | 16            | 225                | КП24016          |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем               | 130          | 7,65                 | 6,86         | 11,55         | 153                | КП24035          |
| Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)                             | 180          | 0,18                 | 0,09         | 15,48         | 108                | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1, B2) и железом | 25           | 2                    | 0,3          | 9,6           | 59                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                              | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                                 | <b>605</b>   | <b>17,49</b>         | <b>19,87</b> | <b>84,7</b>   | <b>686</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                      |              |                      |              |               |                    |                  |
| Молоко кипячённое                                                   | 100          | 2,73                 | 3,07         | 4,27          | 55                 | КП24130          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                              | <b>100</b>   | <b>2,73</b>          | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>          |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                          |              |                      |              |               |                    |                  |
| Сырники из творога с соусом молочным                                | 90           | 5                    | 4,65         | 14,2          | 146                | КП24057          |
| Чай с сахаром                                                       | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП22003          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                  | <b>300</b>   | <b>5,2</b>           | <b>4,65</b>  | <b>20,7</b>   | <b>173</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                                 | <b>1 505</b> | <b>35,69</b>         | <b>45,81</b> | <b>172,61</b> | <b>1 371</b>       |                  |

**1-ая неделя/Вторник**

| Приём пищи,<br>наименование блюда                      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|--------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                                        |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                                      | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                         |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша манная молочная                                   | 160          | 6,9                  | 8,05         | 18,66        | 199                | КП24084          |
| Чай с сахаром                                          | 200          | 0,2                  |              | 6,5          | 27                 | КП24045          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                              | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                 | <b>400</b>   | <b>13,6</b>          | <b>11,65</b> | <b>43,26</b> | <b>348</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                  |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж. (шт.)                                     | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                          | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                            |              |                      |              |              |                    |                  |
| Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной | 200          | 1,73                 | 4            | 12,4         | 160                | КП24018          |
| Макароны отварные с маслом                             | 130          | 3,22                 | 4,86         | 23,38        | 187                | КП24052          |
| Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным          | 80           | 8,1                  | 4,5          | 2,9          | 84                 | КП24216          |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 180          | 0,9                  | 0,04         | 24,75        | 99                 | КП24054          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            |              |              |              |               |              |         |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>655</b>   | <b>17,57</b> | <b>16,5</b>  | <b>80,1</b>   | <b>634</b>   |         |
| Полдник                                                           |              |              |              |               |              |         |
| Кефир                                                             | 100          | 2,85         | 3,15         | 8,8           | 76           | КП24087 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,85</b>  | <b>3,15</b>  | <b>8,8</b>    | <b>76</b>    |         |
| Уплотненный полдник                                               |              |              |              |               |              |         |
| Рагу из овощей                                                    | 100          | 1,33         | 3,33         | 10,53         | 57           | КП24075 |
| Кисель фруктовый                                                  | 200          |              |              | 3,02          | 76           | КП24083 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6          | 0,24         | 7,68          | 47           | ДАВЛ001 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>320</b>   | <b>2,93</b>  | <b>3,57</b>  | <b>21,23</b>  | <b>180</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 575</b> | <b>37,35</b> | <b>35,28</b> | <b>162,19</b> | <b>1 320</b> |         |

#### 1-ая неделя/Среда

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| Завтрак                                                           |              |                      |              |               |                    |                  |
| Суп молочный с вермишелью                                         | 165          | 3,63                 | 3,46         | 13,12         | 98                 | КП24105          |
| Кофейный напиток с молоком (Цикорий)                              | 200          | 2,4                  | 3,3          | 10,2          | 69                 | КП24093          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>400</b>   | <b>8,74</b>          | <b>14,5</b>  | <b>36,88</b>  | <b>293</b>         |                  |
| Завтрак второй                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Йогурт                                                            | 100          | 2,1                  | 2,2          | 10            | 96                 | КП22246          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>2,1</b>           | <b>2,2</b>   | <b>10</b>     | <b>96</b>          |                  |
| Обед                                                              |              |                      |              |               |                    |                  |
| Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной           | 200          | 1,31                 | 3,64         | 8,76          | 73                 | КП24028          |
| Каша рисовая рассыпчатая                                          | 130          | 3,11                 | 2,72         | 32,7          | 168                | КП24109          |
| Биточки рыбные с соусом томатным                                  | 80           | 9,33                 | 5,08         | 10,67         | 125                | КП24214          |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 200          | 0,2                  | 0,1          | 17,2          | 120                | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 25           | 2                    | 0,3          | 9,6           | 59                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>675</b>   | <b>17,56</b>         | <b>14,64</b> | <b>86</b>     | <b>590</b>         |                  |
| Полдник                                                           |              |                      |              |               |                    |                  |
| Напиток яблочный                                                  | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15          | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>   | <b>22</b>          |                  |
| Уплотненный полдник                                               |              |                      |              |               |                    |                  |
| Пирожки печенные с картофелем                                     | 80           | 8,56                 | 3,67         | 34,16         | 204                | КП24131          |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП24045          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>280</b>   | <b>8,76</b>          | <b>3,67</b>  | <b>40,66</b>  | <b>231</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 555</b> | <b>37,31</b>         | <b>35,06</b> | <b>178,68</b> | <b>1 232</b>       |                  |

#### 1-ая неделя/Четверг

| Приём пищи,<br>наименование блюда             | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-----------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                               |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                             | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| Завтрак                                       |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша пшеничная молочная                       | 160          | 2,51                 | 3,84         | 14,93        | 156                | КП24085          |
| Чай с молоком и сахаром                       | 200          | 2                    | 5            | 18           | 75                 | КП24092          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                     | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                        | <b>400</b>   | <b>11,01</b>         | <b>12,44</b> | <b>51,03</b> | <b>353</b>         |                  |
| Завтрак второй                                |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж.(шт.)                             | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                 | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| Обед                                          |              |                      |              |              |                    |                  |
| Суп картофельный с бобовыми и гречками        | 200          | 7,5                  | 5            | 15,13        | 200                | КП24010          |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 130          | 4,15                 | 4,33         | 18,2         | 179                | КП24049          |
| Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным | 80           | 6,3                  | 4,2          | 8,65         | 64                 | КП24212          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Чай витаминизированный "Витошка"                                  | 180          |              |              | 8,73          | 35           | КП24046 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 25           | 2            | 0,3          | 9,6           | 59           | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>655</b>   | <b>21,57</b> | <b>16,63</b> | <b>67,38</b>  | <b>582</b>   |         |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |              |              |               |              |         |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 100          | 0,1          | 0,05         | 8,6           | 60           | КП24056 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>0,1</b>   | <b>0,05</b>  | <b>8,6</b>    | <b>60</b>    |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |              |              |               |              |         |
| Сырники из творога с соусом молочным                              | 90           | 5            | 4,65         | 14,2          | 146          | КП24057 |
| Чай без сахара                                                    | 200          |              |              | 0,6           | 2            | КП24128 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>300</b>   | <b>5</b>     | <b>4,65</b>  | <b>14,8</b>   | <b>148</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 555</b> | <b>38,07</b> | <b>34,17</b> | <b>150,62</b> | <b>1 225</b> |         |

#### 1-ая неделя/Пятница

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                           | 165          | 6,67                 | 8,08         | 29,18         | 216                | КП24079          |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП24045          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>400</b>   | <b>9,58</b>          | <b>15,82</b> | <b>49,24</b>  | <b>369</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                             |              |                      |              |               |                    |                  |
| Напиток яблочный                                                  | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15          | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>   | <b>22</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                       |              |                      |              |               |                    |                  |
| Винегрет овощной                                                  | 50           | 0,63                 | 1,13         | 3,62          | 28                 | КП24110          |
| Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной                     | 200          | 17,33                | 21,33        | 50,67         | 257                | КП24015          |
| Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем               | 130          | 7,8                  | 8,23         | 13            | 158                | КП24034          |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 180          | 0,18                 | 0,09         | 15,48         | 108                | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 25           | 2                    | 0,3          | 9,6           | 59                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>605</b>   | <b>29,55</b>         | <b>33,88</b> | <b>99,45</b>  | <b>655</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Молоко кипячённое                                                 | 100          | 2,73                 | 3,07         | 4,27          | 55                 | КП24130          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,73</b>          | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>          |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |                      |              |               |                    |                  |
| Макароны отварные с маслом                                        | 100          | 2,48                 | 3,73         | 17,98         | 144                | КП24052          |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП24045          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 20           | 1,6                  | 0,24         | 7,68          | 47                 | ДАВЛ001          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>320</b>   | <b>4,28</b>          | <b>3,97</b>  | <b>32,16</b>  | <b>218</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 525</b> | <b>46,29</b>         | <b>56,79</b> | <b>190,27</b> | <b>1 317</b>       |                  |

#### 2-ая неделя/Понедельник

| Приём пищи,<br>наименование блюда             | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-----------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                               |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                             | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша пшеничная молочная                       | 160          | 2,51                 | 3,84         | 14,93        | 156                | КП24085          |
| Чай с молоком и сахаром                       | 200          | 2                    | 5            | 18           | 75                 | КП24092          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                     | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                        | <b>400</b>   | <b>11,01</b>         | <b>12,44</b> | <b>51,03</b> | <b>353</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                         |              |                      |              |              |                    |                  |
| Фрукты свеж.(шт.)                             | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8          | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                 | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>   | <b>82</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                   |              |                      |              |              |                    |                  |
| Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)        | 50           |                      |              |              |                    | ДО7АЭ20          |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200          | 1,47                 | 4,4          | 21,47        | 87                 | КП24026          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Чай витаминизированный "Витошка"                                  | 180          |              |              | 8,73          | 35           | КП24046 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом | 25           | 2            | 0,3          | 9,6           | 59           | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>605</b>   | <b>11,15</b> | <b>14,52</b> | <b>63,34</b>  | <b>414</b>   |         |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |              |              |               |              |         |
| Молоко кипячённое                                                 | 100          | 2,73         | 3,07         | 4,27          | 55           | КП24130 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,73</b>  | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>    |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |              |              |               |              |         |
| Плюшка новомосковская                                             | 100          | 7,8          | 5,8          | 51            | 295          | КП24134 |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2          |              | 6,5           | 27           | КП24045 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>300</b>   | <b>8</b>     | <b>5,8</b>   | <b>57,5</b>   | <b>322</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 505</b> | <b>33,29</b> | <b>36,23</b> | <b>184,94</b> | <b>1 225</b> |         |

## 2-ая неделя/Вторник

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша пшённая молочная жидкая                                      | 165          | 6,16                 | 7,26         | 29,04         | 205                | КП24115          |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП24045          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>400</b>   | <b>9,07</b>          | <b>15</b>    | <b>49,1</b>   | <b>358</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                             |              |                      |              |               |                    |                  |
| Сок фруктовый                                                     | 100          | 0,5                  | 0,1          | 10            | 46                 | КП24081          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>0,5</b>           | <b>0,1</b>   | <b>10</b>     | <b>46</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                       |              |                      |              |               |                    |                  |
| Суп картофельный с бобовыми и гренками                            | 200          | 7,5                  | 5            | 15,13         | 200                | КП24010          |
| Каша гречневая рассыпчатая                                        | 130          | 4,15                 | 4,33         | 18,2          | 179                | КП24049          |
| Биточки рыбные с соусом томатным                                  | 80           | 9,33                 | 5,08         | 10,67         | 125                | КП24214          |
| Напиток яблочный                                                  | 180          | 0,27                 | 0,09         | 9,27          | 39                 | КП24113          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (В1,В2)и железом | 25           | 2                    | 0,3          | 9,6           | 59                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>655</b>   | <b>24,87</b>         | <b>17,6</b>  | <b>69,94</b>  | <b>647</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Кефир                                                             | 100          | 2,85                 | 3,15         | 8,8           | 76                 | КП24087          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,85</b>          | <b>3,15</b>  | <b>8,8</b>    | <b>76</b>          |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |                      |              |               |                    |                  |
| Вак-беляш                                                         | 80           | 4,96                 | 6,4          | 19,04         | 162                | КП24096          |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП24045          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>280</b>   | <b>5,16</b>          | <b>6,4</b>   | <b>25,54</b>  | <b>189</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 535</b> | <b>42,45</b>         | <b>42,25</b> | <b>163,38</b> | <b>1 315</b>       |                  |

## 2-ая неделя/Среда

| Приём пищи,<br>наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|----------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|
|                                                    |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |                  |
| 1                                                  | 2            | 4                    | 5            | 6            | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                     |              |                      |              |              |                    |                  |
| Каша манная молочная                               | 160          | 6,9                  | 8,05         | 18,66        | 199                | КП24084          |
| Чай с сахаром                                      | 200          | 0,2                  |              | 6,5          | 27                 | КП24045          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                          | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1         | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                             | <b>400</b>   | <b>13,6</b>          | <b>11,65</b> | <b>43,26</b> | <b>348</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                              |              |                      |              |              |                    |                  |
| Напиток яблочный                                   | 100          | 0,15                 | 0,05         | 5,15         | 22                 | КП24113          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                      | <b>100</b>   | <b>0,15</b>          | <b>0,05</b>  | <b>5,15</b>  | <b>22</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                        |              |                      |              |              |                    |                  |
| Суп с рисовой крупой                               | 200          | 2,13                 | 2            | 13,33        | 135                | КП24111          |
| Макароны отварные с маслом                         | 130          | 3,22                 | 4,86         | 23,38        | 187                | КП24052          |
| Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным | 80           | 7,5                  | 7,2          | 8            | 130                | КП24218          |



|                                                                   |              |              |              |               |              |         |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|
| Компот из смеси сухофруктов                                       | 180          | 0,9          | 0,04         | 24,75         | 99           | КП24054 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 25           | 2            | 0,3          | 9,6           | 59           | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62         | 2,8          | 7,07          | 46           | ДАВЛ002 |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>655</b>   | <b>17,37</b> | <b>17,2</b>  | <b>86,14</b>  | <b>655</b>   |         |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |              |              |               |              |         |
| Йогурт                                                            | 100          | 2,1          | 2,2          | 10            | 96           | КП22246 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,1</b>   | <b>2,2</b>   | <b>10</b>     | <b>96</b>    |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |              |              |               |              |         |
| Сырники из творога с соусом молочным                              | 90           | 5            | 4,65         | 14,2          | 146          | КП24057 |
| Кисель фруктовый                                                  | 200          |              |              | 3,02          | 76           | КП24083 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>300</b>   | <b>5</b>     | <b>4,65</b>  | <b>17,22</b>  | <b>222</b>   |         |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 555</b> | <b>38,22</b> | <b>35,75</b> | <b>161,76</b> | <b>1 343</b> |         |

#### 2-ая неделя/Четверг

| Приём пищи,<br>наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------|------------------|
|                                                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                    |                  |
| 1                                                                 | 2            | 4                    | 5            | 6             | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                           | 165          | 6,67                 | 8,08         | 29,18         | 216                | КП24079          |
| Какао с молоком                                                   | 200          | 0,4                  | 2,3          | 10,2          | 69                 | КП24044          |
| Бутерброд с маслом (30/5)                                         | 35           | 2,71                 | 7,74         | 13,56         | 126                | КП24082          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                            | <b>400</b>   | <b>9,78</b>          | <b>18,13</b> | <b>52,94</b>  | <b>411</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                             |              |                      |              |               |                    |                  |
| Сок фруктовый                                                     | 100          | 0,5                  | 0,1          | 10            | 46                 | КП24081          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                                     | <b>100</b>   | <b>0,5</b>           | <b>0,1</b>   | <b>10</b>     | <b>46</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                                       |              |                      |              |               |                    |                  |
| Суп-лапша домашняя                                                | 200          | 4,79                 | 6,07         | 16            | 225                | КП24016          |
| Пюре гороховое                                                    | 130          | 2,76                 | 1,6          | 25,09         | 123                | КП24108          |
| Котлеты мясные с соусом томатным                                  | 80           | 7,5                  | 7,2          | 8             | 130                | КП24210          |
| Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)                            | 180          | 0,18                 | 0,09         | 15,48         | 108                | КП24056          |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом | 25           | 2                    | 0,3          | 9,6           | 59                 | ДАВЛ001          |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                            | 20           | 1,62                 | 2,8          | 7,07          | 46                 | ДАВЛ002          |
| <b>Всего в Обед</b>                                               | <b>655</b>   | <b>18,84</b>         | <b>18,06</b> | <b>81,24</b>  | <b>691</b>         |                  |
| <b>Полдник</b>                                                    |              |                      |              |               |                    |                  |
| Молоко кипячённое                                                 | 100          | 2,73                 | 3,07         | 4,27          | 55                 | КП24130          |
| <b>Всего в Полдник</b>                                            | <b>100</b>   | <b>2,73</b>          | <b>3,07</b>  | <b>4,27</b>   | <b>55</b>          |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                        |              |                      |              |               |                    |                  |
| Пирожки печённые с яблоками                                       | 80           | 4,8                  | 4,16         | 35,2          | 197                | КП24103          |
| Чай с сахаром                                                     | 200          | 0,2                  |              | 6,5           | 27                 | КП24045          |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                | <b>280</b>   | <b>5</b>             | <b>4,16</b>  | <b>41,7</b>   | <b>224</b>         |                  |
| <b>Всего в день</b>                                               | <b>1 535</b> | <b>36,85</b>         | <b>43,51</b> | <b>190,15</b> | <b>1 426</b>       |                  |

#### 2-ая неделя/Пятница

| Приём пищи,<br>наименование блюда                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |             | Энерг.<br>ценность | № рецеп-<br>туры |
|---------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|-------------|--------------------|------------------|
|                                                         |              | Белки                | Жиры         | Углеводы    |                    |                  |
| 1                                                       | 2            | 4                    | 5            | 6           | 7                  | 8                |
| <b>Завтрак</b>                                          |              |                      |              |             |                    |                  |
| Каша "Дружба" молочная                                  | 160          | 7,6                  | 10,93        | 25,6        | 228                | КП24048          |
| Чай с сахаром                                           | 200          | 0,2                  |              | 6,5         | 27                 | КП24045          |
| Бутерброд с сыром (30/10)                               | 40           | 6,5                  | 3,6          | 18,1        | 122                | КП24080          |
| <b>Всего в Завтрак</b>                                  | <b>400</b>   | <b>14,3</b>          | <b>14,53</b> | <b>50,2</b> | <b>377</b>         |                  |
| <b>Завтрак второй</b>                                   |              |                      |              |             |                    |                  |
| Фрукты свеж.(шт.)                                       | 100          | 0,4                  | 0,4          | 8,8         | 82                 | КП24061          |
| <b>Всего в Завтрак второй</b>                           | <b>100</b>   | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>   | <b>8,8</b>  | <b>82</b>          |                  |
| <b>Обед</b>                                             |              |                      |              |             |                    |                  |
| Салат "Степной"(Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)  | 50           | 0,75                 | 1,75         | 3,38        | 33                 | КП24107          |
| Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной | 200          | 1,31                 | 3,64         | 8,76        | 73                 | КП24027          |
| Жаркое по-домашнему (говядина)                          | 130          | 5,72                 | 8,58         | 20,07       | 224                | КП24000          |



|                                                                                 |              |               |               |                 |               |         |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|---------------|---------|
| компот из смеси сухофруктов                                                     | 25           | 2             | 0,3           | 9,6             | 59            | ДАВЛ001 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом               | 20           | 1,62          | 2,8           | 7,07            | 46            | ДАВЛ002 |
| Хлеб пшенично-ржаной Дарницкий подовый                                          |              |               |               |                 |               |         |
| <b>Всего в Обед</b>                                                             | <b>605</b>   | <b>12,29</b>  | <b>17,11</b>  | <b>73,63</b>    | <b>533</b>    |         |
| Полдник                                                                         |              |               |               |                 |               |         |
| Напиток яблочный                                                                | 100          | 0,15          | 0,05          | 5,15            | 22            | КП24113 |
| <b>Всего в Полдник</b>                                                          | <b>100</b>   | <b>0,15</b>   | <b>0,05</b>   | <b>5,15</b>     | <b>22</b>     |         |
| Уплотненный полдник                                                             |              |               |               |                 |               |         |
| Омлет натуральный                                                               | 80           | 6,58          | 5,99          | 10,58           | 154           | КП24088 |
| Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами (B1,B2)и железом               | 25           | 2             | 0,3           | 9,6             | 59            | ДАВЛ001 |
| Чай с сахаром                                                                   | 200          | 0,2           |               | 6,5             | 27            | КП24045 |
| <b>Всего в Уплотненный полдник</b>                                              | <b>305</b>   | <b>8,78</b>   | <b>6,29</b>   | <b>26,68</b>    | <b>240</b>    |         |
| <b>Всего в день</b>                                                             | <b>1 510</b> | <b>35,92</b>  | <b>38,38</b>  | <b>164,46</b>   | <b>1 253</b>  |         |
| <b>Итого</b>                                                                    |              | <b>381,46</b> | <b>403,24</b> | <b>1 719,07</b> | <b>13 028</b> |         |
| <b>Среднее за период</b>                                                        |              | <b>38,15</b>  | <b>40,32</b>  | <b>171,91</b>   | <b>1 303</b>  |         |
| <b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b> |              | <b>11,71</b>  | <b>27,86</b>  | <b>52,78</b>    |               |         |