

Утверждаю
 Директор ЦО "МТН" Детского питания
 Васильев
 с 3 до 7 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Цикличное 10-дневное меню

Понедельник 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B1	B2	PP	C	
1	Завтрак																	
	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	6,0795	8,113	27,1739	206,0356	464,65	257,49	190,03	28,72	164,5	0,879	50	0,093	0,2485	0,43	1,95	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0	
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,5	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
2	Завтрак 2																	
	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	6	120	7	4	7	1,4	0	0,01	0,01	0,1	2	
3	Обед																	
	Свежий огурец	20	0,35	0,05	0,95	5,5	3,5	98	8,5	7	15	0,25	0	0,015	0,01	0,1	3,5	
	Суп картофельный с овсяной крупой, с мясным фаршем	10/200	4,58096	4,4616	12,2486	107,51264	93,62	436,178	14,896	26,684	87,23	1,2418	0	0,1084	0,0736	1,668	13,2	
	Котлета Фасовая	70	14,420399	14,536137	13,3161665	241,771495	185,80975	470,63975	40,25525	39,879	213,45275	2,994775	12,25	0,144375	0,138705	3,061625	4,473	
	Соус красный	30	0,243366	1,11936	1,785966	18,191568	0,8925	18,4635	1,5735	1,836	4,056	0,07035	3,6	0,00618	0,00552	0,0669	0,72	
	Лапша отварная	150	7,17408	4,13886	44,3290575	243,26229	583,5075	86,58	19,89	11,37	62,73	1,158	21	0,117825	0,0339	0,83325	0	
	Кисель из свежих фруктов	200	0,23655	1,0152	21,06468	94,34172	1,49	40,4	8,45	6	8,73	0,325	0	0,006	0,01	0,08	40	
	Хлеб	40	3,04	0,37	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
4	Полдник																	
	Булочка Пшеничная	50	3,2936284	5,1238968	26,4823104	165,2188264	118,4493	46,5472	9,1407	5,6501	33,4366	0,45584	30,04	0,060518	0,027116	0,48313	0	
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
5	Ужин																	
	Гречка отварная с пассерованными овощами и говядиной тушеной	30/120	11,0098	15,97016	26,4591	293,30704	487,13	327,081	27,232	106,778	211,755	4,1001	0	0,2234	0,1522	3,332	2,8	
	Хлеб	20	1,52	0,16	9,84	47	99,8	18,6	4	2,8	13	0,22	0	0,022	0,006	0,18	0	
	Чай с сахаром	180	0,08075	0,014288	9,22558	37,353912	0,814	13,41	3,29	1,48	2,748	0,224	0,0001	0,00214	0,003	0,021	2,02	
	Итого:		55,7330334	63,5612658	252,4490004	1807,524527	2418,15505	2025,56945	355,52745	255,6371	883,58235	14,780865	156,8904	0,898258	0,760541	11,133905	70,723	

Утверждено:
 Директор МП "КОМБИНАТ
 ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ"
 Василий Б.С.
 с 3 до 10 лет

"Согласовано"
 Зав. детским садом



Вторник 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Код блюда	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B1	B2	PPC	C	
1	Завтрак																	
	Каша манная молочная с маслом	200/5	6,0654	8,025	23,8706	191,974	463,5	246,74	189,03	24,82	154,25	0,404	50	0,0885	0,239	0,395	1,95	
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Сыр	7	1,624	2,065	0	25,48	56,7	6,16	61,6	2,45	35	0,07	18,2	0,0028	0,021	0,014	0,049	
	Масло сливоч	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0	
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
2	Завтрак 2																	
	Яблоки свежие	200	0,8	0,8	19,6	94	52	556	32	18	22	4,4	0	0,06	0,04	0,6	20	
3	Обед																	
	Икра из моржи	20	1,8988	1,967238	25,809672	3,509	37,325	5,425	6,5	10,888	0,1375	0	0,0111	0,0118	0,166	1,1	0	
	Борщ с картофелем со сметаной с фаршем (свекольник)	10/200/10	4,4645088	7,95936	11,066352	133,9976832	32,668	414,556	30,604	24,84	82,3232	1,38912	15	0,07616	0,083408	1,44656	12,536	
	Плов с говяди	50/150	17,61654	18,18916	36,43458	379,80692	60,965	385,04	17,655	50,74	239,18	2,8905	0	0,1059	0,15645	4,7495	3,375	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Компот из свежих яблок и изюма	200	0,2945	0,1222	21,3941	87,8542	17,05	139,05	11,65	6	15,1	0,785	0	0,021	0,012	0,11	2	
4	Полдник																	
	Крекер Рыбки	30	2,55	3,39	20,91	124,2	109,2	37,5	12,3	4,5	26,1	0,3	19,5	0,033	0,018	0,27	0	
	Молоко	100	2,9	3,2	4,7	60	50	146	120	14	90	0,1	20	0,04	0,15	0,1	1,3	
5	Ужин																	
	Запеканка из	70/5	8,8448625	20,130258	9,40103125	254,160897	55,7	169,4125	13,84375	15,225	171,8555	3,365625	3619,3125	0,1505625	0,990375	4,135	16,1875	
	Картофельное	150	3,06393	4,43454	20,047755	132,3576	18,45	762,885	41,085	32,6475	96,21	1,18725	25,5	0,163425	0,129825	1,695	25,9425	
	Чай с сахаром	180/10/5	0,08075	0,014288	9,22558	37,353912	0,814	13,41	3,29	1,48	2,748	0,224	0,0001	0,00214	0,003	0,021	2,02	
	Хлеб	20	1,52	0,16	9,84	47	99,8	18,6	4	2,8	13	0,22	0	0,022	0,006	0,18	0	
	Итого:		57,9002913	79,201426	261,8623903	1873,42253	1426,418	2985,5185	563,34275	220,5105	1005,3762	16,551495	3807,52385	0,8664975	2,054058	15,57006	85,392	

Утверждено:
 Директор ООО "Комбинат детского питания"
 Василий Васильевич
 с 3 до 10 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Среда 1 неделя

№ п/п	Наименован.	Выход г/д	Содержание основных пищевых веществ, г.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мкг				
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B	B ⁶	PP	C
1	Завтрак																
	Суп молочный с вермишелью	200	5,6776	7,5856	20,6388	173,536	463,35	239,19	187,88	23,62	150,3	0,444	50	0,086	0,237	0,335	1,95
	Сыр	7	1,624	2,065	0	25,48	56,7	6,16	61,6	2,45	35	0,07	18,2	0,0028	0,021	0,014	0,049
	Масло сливоч.	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
2	Завтрак 2																
	Снежок	100	2,7	2,5	10,8	79	50	136	121	15	94	0,1	20	0,03	0,13	0,1	0,9
3	Обед																
	Закуска из мун	20	0,35	0,05	0,95	5,5	3,5	98	8,5	7	15	0,25	0	0,015	0,01	0,1	3,5
	Суп картофельный с бобовыми с мясным фаршем (гороховый)	10/200	6,86012	6,21456	14,36526	140,83256	20,1	453,04	29,02	34,76	116,14	2,014	0	0,1972	0,0846	1,74	9,3
	Грени	20	3,28126	0,3116	21,1028	100,341246	146,3238	45,96	7,90196	5,9884	32,578	0,4522	0	0,063	0,0172	0,4762	0
	Голубцы лени	70/30	12,012824	19,438991	6,060338375	247,2435685	54,955375	317,3525	42,56725	21,4545	146,705125	1,97645	44,6875	0,06662875	0,1407175	2,9560875	10,436875
	Трещка отварн	150	8,21184	5,35326	35,9151975	224,68749	2,8575	263,775	15,06	138	207,195	4,6335	21	0,297225	0,1443	2,90325	0
	Кисель из кон	200	0,0228	0	29,1746	116,7896	0,1	0,3	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0
4	Полдник																
	Булочка Круче	50	4,8236852	4,565308	29,4924357	178,3522556	129,3439	81,1413	24,0246	8,9258	63,4273	0,73183	40,86	0,082077	0,08271	0,70835	0,1131
	Чай черный б.	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
5	Ужин																
	Каша рисовая	200/5	6,1006	7,678	31,21755	218,3746	79,4	250,65	183,75	36	181,5	0,475	50	0,0845	0,243	0,635	1,95
	Хлеб	20	1,52	0,16	9,84	47	99,8	18,6	4	2,8	13	0,22	0	0,022	0,006	0,18	0
	Канао с молок	180	2,128536	2,01168	15,122016	87,107928	31,869	119,547	78,309	16,47	68,49	0,4995	12,6	0,027	0,0981	0,0954	0,819
	Итого:		61,5472652	66,692763	274,1526376	1946,274084	1910,791575	2121,8958	785,18281	325,9087	1183,279425	13,35848	297,3478	1,06285075	1,2566275	11,0212875	29,077975

Утверждаю: _____
 Директор МП "Клинический питани"
 Васильев С.С.
 с 3 до 7 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Четверг 1 неделя

№ п/п	Наименование	Выход г/п	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мкг				
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	В1	ВР	C
1	Завтрак																
	Каша молочная Дружба с маслом	200/5	8,343333333	9,603133333	36,37521333	265,3073867	485,1633333	332,5033333	235,74	50,95333333	240,85	0,943666667	57,33333333	0,171966667	0,3004	0,767666667	2,426666667
	Кондитерское	30	0,24	0,03	23,94	97,8	8,1	13,8	7,5	1,8	3,6	0,42	0	0	0,006	0	0
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0
	Чай с молоком	180	1,3959	1,307592	1,95741	25,181568	23,238	88,02	58,455	10,26	47,916	0,783	9,00045	0,01863	0,0765	0,117	0,675
2	Завтрак 2																
	Бананы	200	3	1	42	192	62	696	16	84	56	1,2	0	0,08	0,1	1,2	20
3	Обед																
	Зеленый горошек	20	1,55	0,1	3,25	20	180	49,5	10	10,5	31	0,35	0	0,055	0,025	0,35	5
	Щи из свежей капусты с фаршем со сметаной	10/200/10	4,45382	8,16132	6,9739	119,40276	487,36	360,488	41,396	21,824	74,064	1,0952	15	0,0646	0,07776	1,4852	24,49
	Тефтели мясные	70/70	9,708241667	12,05460667	11,87792667	194,8361333	526,8235	206,7300667	30,6068	18,08053333	119,9566667	1,53104	10,5	0,059791667	0,092866667	2,356666667	1,370833333
	Картофельное пюре	150	3,06393	4,43454	20,047755	132,3576	18,45	762,885	41,085	32,6475	96,21	1,18725	25,5	0,163425	0,128825	1,695	25,9425
	Компот из кураги, чернослива, изюма	200	0,82175	0,1081	26,86775	111,7309	14,05	298,35	28,45	19,8	31,65	0,815	0	0,026	0,033	0,425	0,55
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0
4	Полдник																
	Пирожок с повидлом	60	4,0346304	3,88660096	36,82705208	198,4261386	104,45928	96,85528	22,88624	8,91856	54,14616	0,910168	34,088	0,06878	0,0735088	0,594104	0,21048
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
5	Ужин																
	Макаронные изделия отварные с сыром и маслом	150/5/7	8,69876	5,79656	44,3261	264,26848	59,52	92,53	75,91	13,49	96,53	1,184	38,2	0,1206	0,0546	0,847	0,049
	Хлеб	20	1,52	0,16	9,84	47	99,8	18,6	4	2,8	13	0,22	0	0,022	0,006	0,18	0
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	0,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
	Итого:		52,9843654	48,15121696	313,6267471	1904,240403	2439,956113	3105,44168	590,89904	288,5139267	921,8668267	12,08132467	189,6220833	0,939213333	1,005460467	10,78563733	80,77448

Утверждаю:
 Директор МП "КОМБИНАТ
 ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ"
 Васильев В.Д.
 с 3 декабря 2017 г.

"Согласовано"
 Зав. детским садом



Пятница 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Выход, блюд/кг	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B1	B2	PP	C	
1	Завтрак																	
	Каша ячневая молочная с маслом	200/5	6,479	8,135	25,8999	202,7356	79,55	271,9	201,35	33,5	222,25	0,625	50	0,128	0,251	0,83	1,95	
	Сыр	7	1,624	2,065	0	25,48	56,7	6,16	61,6	2,45	35	0,07	18,2	0,0028	0,021	0,014	0,049	
	Масло сливоч	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0	
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
2	Завтрак 2																	
	Снежок	100	2,7	2,5	10,8	79	50	136	121	15	94	0,1	20	0,03	0,13	0,1	0,9	
3	Обед																	
	Свежий огурец	20	0,35	0,05	0,95	5,5	3,5	98	8,5	7	15	0,25	0	0,015	0,01	0,1	3,5	
	Суп картофельный с вермишелью с мясным фаршем	10/200	5,16248	4,35776	16,41458	125,52808	402,8	435,35	17,66	23,3	83,41	1,281	0	0,1074	0,0772	1,748	13,2	
	Пудинг из гов	70	15,79482	15,3912	0,75257	204,71036	267,7	301,205	33,59	21,23	186,555	2,4745	44	0,062	0,1928	3,846	0,195	
	Соус белый ос	30	0,1659852	0,9727872	1,0351614	13,5596712	0,2988	3,54	0,8532	0,3408	2,1576	0,02676	6	0,00306	0,002544	0,02094	0,072	
	Рис отварной	150	3,60396	4,7817	36,4434525	203,22495	7,4925	56,025	5,94	27	83,025	0,5535	27	0,043875	0,0297	0,87075	0	
	Компот из све	200	0,152	0,1504	18,09808	74,35392	10,56	111,68	6,88	3,6	4,4	0,928	0	0,012	0,008	0,12	4	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
4	Полдник																	
	Рогалик садн	50	3,126816	4,60592	26,398554	159,55476	92,228	97,348	21,861	7,953	42,214	0,6748	33,4	0,05509	0,04728	0,3464	0,1435	
	Чай черный б	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
5	Ужин																	
	Рагу овощное с говядиной тушеной	30/120	7,19546136	10,1699088	12,77761764	171,1214952	471,5196	525,7536	40,4682	35,406	118,3092	1,7295	0	0,099264	0,114624	2,34696	25,722	
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Итого:		55,68552256	62,272822	227,8162755	1697,52659	2014,7869	2180,0816	550,7574	197,1398	974,7368	10,89106	238,60045	0,692119	0,941148	11,50505	49,8215	

Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат детского питания"
 Васильев С.В.
 с 30.08.2018 г.



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Понедельник 2 недель

№ п/п	Наименование	Количество, шт/кг/л	Содержание основных пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мкг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
1	Завтрак																	
	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,1006	7,678	31,21755	218,3746	79,4	250,65	183,75	36	181,5	0,475	50	0,0845	0,243	0,635	1,95	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0	
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
2	Завтрак 2																	
	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	6	120	7	4	7	1,4	0	0,01	0,01	0,1	2	
3	Обед																	
	Свежий огурец	20	0,35	0,05	0,95	5,5	3,5	98	8,5	7	15	0,25	0	0,015	0,01	0,1	3,5	
	Суп картофельный с пшеном, с сайрой	20/200	4,64344	7,88672	12,41968	139,29296	191,82	424,258	19,656	29,324	98,15	1,0938	0	0,1036	0,0848	2,48	13,2	
	Гуляш из отава	50/50	14,71335	13,56153333	3,313916667	194,1628667	56,95	315,4833333	15,60833333	25,68333333	169,1166667	2,4025	13,33333333	0,06725	0,139583333	4,015833333	1,666666667	
	Гречка отварная	150	8,21184	5,35326	35,9151975	224,68749	2,8575	263,775	15,06	138	207,195	4,6335	21	0,297225	0,1443	2,90325	0	
	Напиток из шиповника	200	0,38285	0,13818	22,75	93,77502	2,07	17,01	9,4	2,54	3,24	0,402	0	0,0098	0,0314	0,127	102,8	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
4	Полдник																	
	Кондитерское	40	1,56	12,24	25	216,8	35,6	19,2	3,2	2,4	16,8	0,24	2,4	0,02	0,008	0,16	0	
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
5	Ужин																	
	Суп молочный	200	5,6776	7,5856	20,6388	173,536	463,35	239,19	187,88	23,62	150,3	0,444	50	0,086	0,237	0,335	1,95	
	Булочка Псы	50	3,2936284	5,1238968	26,4823104	165,2188264	118,4493	46,5472	9,1407	5,6501	33,4366	0,45584	30,04	0,060518	0,027116	0,48313	0	
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,5	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0,033	0,009	0,27	0	
	Итого:		54,0043084	68,73033613	253,0320146	1850,278317	1482,4348	1921,633533	487,9500333	293,1774333	963,6542667	13,83464	206,7737833	0,876523	0,989199333	12,41121333	127,1566667	

Утверждено
 Директор МП «Центр детского питания»
 Василий
 с 3 до 7 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Вторник 2 неделя

№ п/п	Наименование	Количество	Содержание основных веществ, г			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов				
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B	С	С	
1	Завтрак																
	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	6,8315	8,135	26,46865	206,4206	467,15	278,24	195,03	36,22	202,5	1,304	50	0,1355	0,256	0,505	1,95
	Мармелад	30	0,03	0	23,82	95,3	27,3	1,2	1,2	0,6	0,3	0,12	0	0	0	0	0
	Масло сливоч	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
2	Завтрак 2																
	Снежок	100	2,7	2,5	10,8	79	50	136	121	15	94	0,1	20	0,03	0,13	0,1	0,9
3	Обед																
	Горошек зеленый	20	1,55	0,1	3,25	20	180	49,5	10	10,5	31	0,35	0	0,055	0,025	0,35	5
	Борщ из свеклы капуста и картофеля с фаршем со сметаной	10/200/10	6,342328	8,08432	22,26554	187,430352	34,9	373,56	40,48	26,92	93,132	1,5752	15	0,0906	0,08608	1,5476	16,01
	Биточки мясные	70	12,715192	25,716152	5,045677	302,488844	73,101	271,698	27,062	21,812	159,81	1,9782	42,84	0,86779	0,15666	2,7097	1,4756
	Соус белый соус	30	0,1659852	0,9727872	1,0351614	13,5596712	0,2988	3,54	0,8532	0,3408	2,1576	0,02676	6	0,00306	0,002544	0,02094	0,072
	Макаронные изделия	150	7,17408	4,13886	44,3290575	243,26229	583,5075	86,58	19,89	11,37	62,73	1,158	21	0,117825	0,0339	0,83325	0
	Кисель из свежих фруктов	200	0,23655	1,0152	21,06468	34,34172	1,49	40,4	8,45	6	8,73	0,325	0	0,006	0,01	0,08	40
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0
4	Полдник																
	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	28	310	38	24	32	4,6	0	0,04	0,06	0,2	10
5	Ужин																
	Рис отварной	50/120	11,2728	13,977004	29,19088	287,144	227,184	185,2	10,456	31,1	153,908	1,632	0	0,04456	0,087	2,6912	0
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0
	Итого:		59,0924352	74,3180872	286,1050859	2056,304113	2245,1233	1865,598	501,9912	202,9028	926,2116	15,10116	194,8403	1,523755	0,901184	10,17569	75,4676

Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат детского питания"
 Василий Е. С.
 с 3 до 5 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Среда 2 неделя

№ п/п	Наименование	Выход, б/жода	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мкг				
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B1	B2	PP	C
1	Завтрак																
	Каша Геркулес молочная с маслом	200/5	6,4414	8,9402	22,269	195,3084	466,9	286,74	195,43	47,02	202,85	0,924	50	0,1505	0,233	0,355	1,95
	Сыр	7	1,624	2,065	0	25,48	56,7	6,16	61,6	2,45	35	0,07	18,2	0,0028	0,021	0,014	0,049
	Масло сливоч	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
2	Завтрак 2																
	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	6	120	7	4	7	1,4	0	0,01	0,01	0,1	2
3	Обед																
	Икра свекольная	20	0,246468	2,5517804	1,5997072	30,3507244	46,642	49,813	6,8032	3,8252	7,5602	0,24538	0	0,003504	0,006912	0,03456	1,784
	Рассольник Ленинградский с перловой с фаршем со сметаной	10/200/10	4,8418	8,314352	13,315872	147,699856	81,924	468,956	23,328	25,744	95,608	1,2392	15	0,10348	0,091	1,7852	14,07
	Жаркое по-дому	50/150	16,3562256	16,84144	19,192992	293,7698204	58,262	985,34	23,406	48,1	227,1584	3,37524	0	0,20172	0,209796	5,35172	26,496
	Комлот из кураги, чернослива, изюма	200	0,82175	0,1081	26,86775	111,7309	14,05	298,35	28,45	19,8	31,65	0,815	0	0,026	0,033	0,425	0,55
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0
4	Полдник																
	Пирог морковный	50	3,739398333	4,306316667	32,390085	183,2747833	11,665833333	60,216666667	12,233333333	8,026666667	42,7725	0,6125	35,833333333	0,059225	0,050366667	0,439333333	0,333333333
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
5	Ужин																
	Макаронные отварные с сыром	150/7/5	8,69876	5,79656	44,3261	264,26848	59,52	92,53	75,91	13,49	96,53	1,184	38,2	0,1206	0,0546	0,847	0,049
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,5	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0,033	0,009	0,27	0
	Итого:		51,84080193	58,03689507	243,3878662	1707,140728	1324,201833	2495,925667	463,2153333	191,4158667	828,0451	11,93332	197,2337833	0,800459	0,763674667	10,42381333	47,37133333

Утверждено:
 Директор МП «МБ ДОСКОМ детского питания»
 Васильев В.В.
 с 3 до 10 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Четверг 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Код блюда	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A (мкг)	B1	B2	PP	C	
1	Завтрак																	
	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	7,372	8,7202	29,1759	224,6784	465,9	284,04	193,13	46,12	207,15	1,014	50	0,1865	0,243	0,635	1,95	
	Конфета шоколадная	30	1,2	7,89	17,76	147,3	2,1	56,1	8,4	29,7	28,5	0,9	0	0,009	0,018	0,24	0	
	Чай с молоком	180	1,3959	1,307592	1,95741	25,181568	23,238	88,02	58,455	10,26	47,916	0,783	9,00045	0,01863	0,0765	0,117	0,675	
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0	
2	Завтрак 2																	
	Яблоки свежие	200	0,8	0,8	19,6	94	52	556	32	18	22	4,4	0	0,06	0,04	0,6	20	
3	Обед																	
	Кукуруза консервированная	20	1,55	0,1	3,25	20	180	49,5	10	10,5	31	0,35	0	0,055	0,025	0,35	5	
	Щи из свежей капусты с фаршем со сметаной	10/200/10	4,45382	8,16132	6,9739	119,40276	487,36	360,488	41,396	21,824	74,064	1,0952	15	0,0646	0,07776	1,4852	24,49	
	Котлета рыбная Мечта	70	9,71208	8,200192	9,628892	151,165616	407,204	235,3666	41,0592	26,0078	134,316	0,64876	12,04	0,10451	0,09135	1,5372	1,9054	
	Соус красный	30	0,243266	1,11936	1,785966	18,191568	0,8925	18,4635	1,5735	1,836	4,056	0,07035	3,6	0,00618	0,00552	0,0669	0,72	
	Рис отварной	150	3,60396	4,7817	36,4434525	203,22495	7,4925	56,025	5,94	27	83,025	0,5535	27	0,043875	0,0297	0,87075	0	
	Компот из кураги	200	0,988	0,0564	22,9047	96,0784	3,55	343,85	32,45	21	29,2	0,685	0	0,02	0,04	0,6	0,8	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	6,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
4	Полдник																	
	Булочка Круче	50	4,8236852	4,565308	29,4924357	178,3521556	129,3439	81,1413	24,0246	8,9258	63,4273	0,73183	40,86	0,082077	0,08271	0,70835	0,1131	
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
5	Ужин																	
	Макароны отварные	150	12,68342	11,58564	35,64288	297,57596	415,335	205,01	20,125	18,27	126,73	2,0175	20	0,1197	0,08805	2,5295	0,4	
	Чай черный без сахара	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
	Хлеб	20	1,52	0,16	9,84	47	99,8	18,6	4	2,8	13	0,22	0	0,022	0,006	0,18	0	
	Итого:		56,5002312	58,956476	264,7173762	1821,753714	2645,1079	2441,4844	491,1233	255,6836	921,3283	14,88114	177,50075	0,880492	0,85359	10,6879	56,1135	

Утвердил: _____
 Директор ООО "Комбинат детского питания"
 Васил: _____
 с 3 до 7 лет



"Согласовано"
 Зав. детским садом



Плница 2 недели

№ п/п	Наименование	Выход г/дети	Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B1	B2	PP	C	
																		Вит. А
1	Завтрак																	
	Каша ячневая молочная с маслом	200/5	6,479	8,135	25,8999	202,7356	79,55	271,9	201,35	33,5	222,25	0,625	50	0,128	0,251	0,83	1,95	
	Сыр	7	1,624	2,065	0	25,48	56,7	6,16	61,6	2,45	35	0,07	18,2	0,0028	0,021	0,014	0,049	
	Масло сливоч	10	0,08	7,25	0,13	66,1	1,5	3	2,4	0	3	0,02	40	0,001	0,012	0,01	0	
	Батон	40	3	1,16	20,56	104,8	170,8	36,8	7,6	5,2	26	0,48	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Чай с сахаром	180	0,057	0,014382	9,09272	36,728318	0,346	7,74	1,785	1,32	2,472	0,276	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
2	Завтрак 2																	
	Снежок	100	2,7	2,5	10,8	79	50	136	121	15	94	0,1	20	0,03	0,13	0,1	0,9	
3	Обед																	
	Кабачковая ич	50	0,5	0,05	2,2	11,5	2	102	12,5	7	12,5	0,2	0	0,025	0,03	0,25	4	
	Суп картофельный с вермишелью с говядиной тушеной	16/200	5,05304	4,82496	16,44658	129,26312	463,44	428,63	18,46	22,82	81,81	1,233	0	0,101	0,0772	1,636	13,2	
	Жижи маслян	70	11,87141667	9,121933333	6,152358333	154,1925	494,655	232,7675	13,43416667	19,68166667	138,8333333	1,918	0	0,049408333	0,101266667	3,164	0,875	
	Соус белый ос	30	0,1659852	0,9727872	1,0351614	13,5596712	0,2988	3,54	0,8532	0,3408	2,1576	0,02676	6	0,00306	0,002544	0,02094	0,072	
	Рагу овощное	150	6,129096	6,4326174	36,0296664	226,5286062	476,634	258,078	30,336	88,752	165,573	1,47012	0	0,130644	0,07008	2,696088	2,25	
	Напиток из ш	200	0,38285	0,13818	22,75	93,77502	2,07	17,01	9,4	2,54	3,24	0,402	0	0,0098	0,0314	0,127	102,8	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
4	Полдник																	
	Рогалик сахар	60	4,47109872	13,93664448	33,61835568	277,7876179	61,54904	60,079728	16,026976	6,608864	50,69736	0,6869968	98,64	0,0678072	0,0701664	0,463392	0	
	Чай черный б	180	0,057	0,014382	0,01092	0,401118	0,246	7,44	1,485	1,32	2,472	0,246	0,00015	0,00021	0,003	0,024	0,03	
5	Ужин																	
	Горбуша, припущенная с маслом	70/5	16,48232333	8,50064	0,239113333	143,3965067	60,46	290,8916667	18,95866667	25,87666667	173,1866667	0,539666667	45,55	0,172	0,142733333	3,842166667	0,999833333	
	Картофельное	150	3,06393	4,43454	20,047755	132,3576	18,45	762,885	41,085	32,6475	96,21	1,18725	25,5	0,163425	0,129825	1,695	25,9425	
	Чай с сахаром	180/10/5	0,08075	0,014288	9,22558	37,353912	0,814	13,41	3,29	1,48	2,748	0,224	0,0001	0,00214	0,003	0,021	2,02	
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	26	0,44	0	0,044	0,012	0,36	0	
	Итого:		68,27748992	70,20535441	253,5981101	1922,95959	2338,71284	2712,731895	577,5620093	277,7374973	1164,14996	10,58479347	303,8904	1,018504533	1,1142154	15,99758667	155,1183333	
	Выход, гр.		Содержание пищевых веществ, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Содержание минеральных веществ, мг						Содержание витаминов, мг					
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A(мкг)	B1	B2	PP	C	
	Всего за 10 дней		573,5657445	650,1266426	2630,747504	18587,4246	19845,68831	23855,88052	5367,551526	2508,627224	9772,230828	133,9982781	5770,2236	9,558672117	10,63969837	119,7121432	777,0163883	
	В среднем за 1 день		57,35657445	65,01266426	263,0747504	1858,74246	1984,568831	2385,588052	536,7551526	250,8627224	977,2230828	13,39982781	577,02236	0,955867212	1,063969837	11,97121432	77,70163883	
	СанПИН 2.3/2.4.3590-20 с 3		54	60	261	1800	700	600	900	200	800	10	500	0,9	1		50	
	Отклонение		3,356574451	5,012664257	2,074750386	58,74245966	1284,568831	1785,588052	-363,244847	50,8627224	177,2230828	3,399827813	77,02236	0,055867212	0,063969837	11,97121432	27,70163883	