



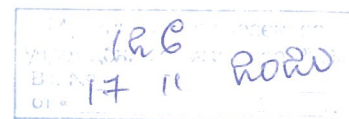
ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 211

« 17 » ноября 2020 г.

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

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

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



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

Глава МР «Амгинский улус (район)»



Архипов
Н.А.Архипов

Приложение № 3 к настоящему постановлению МР "Амгинский улус (район)"
 "17 ноября 2020г. № 211"
 Примерное школьное меню для организации питания в возрастной категории от 1 до 3 лет дошкольных образовательных учреждений
 МР «Амгинский улус (район)» с 10,5 часовым пребыванием

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	
1		2	3	4	5	6	7	8	9
НЕДЕЛЯ 1, день: понедельник от 1 до 3 лет									
Завтрак 1 08:30									
1	Каша овсяная молочная жидкая	150	Геркулес Молоко Вода питьевая	15,50 54,50 35,50	15,50 54,50 35,50	3	8	17	162
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Сахар Масло сливочное	2,50 2,50	2,50 2,50	6	5	10	108
3	Лепешка якутская	30	Молоко Мука пшеничная В том числе на подпыль Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная	211,00 9,00 0,45 26,25 0,30	200,00 9,00 0,45 26,25 0,30	2	3	15	98
4	Масло сливочное	10	Простокваша или кефир масло сливочное	0,75 0,45	0,75 0,45	7	23	42	66
Итого за Завтрак 1				10,00	10,00	11	23	42	434
Завтрак 2 10:30									
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10	47
Итого за Завтрак 2						0	0	10	47
Обед 12:00									
6	Салат из помидоров и огурцов	40	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное	22,56 17,52 6,00 2,40	1,92 14,00 4,80 2,40	3	1	29	
7	Суп картофельный на курином бульоне	150	Картофель Морковь Петрушка Бульон куриный прозрачный №163 Соль пищевая йодированная Мука пшеничная Яйцо категории Д1 Вода питьевая	30,00 12,00 1,50 - 0,35 15,00 7,50 24,00	21,00 9,60 1,11 180,00 0,35 15,00 7,50 24,00	5	2	12	86
8	Фрикадельки мясные	60	Говядина (1 категория) Пшеничный хлеб Вода питьевая	62,40 8,40 11,40	46,20 8,40 11,40	9	7	4	113
9	Макаронные отварные	120	Соль пищевая йодированная Макаронные отварные	0,12 42,00	0,12 42,00	4	3	21	132
10	Компот из смеси сухофруктов	150	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая	15,00 15,00 0,15	37,50 15,00 0,15	2	23	96	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
11	Хлеб пшеничный	30	Вода питьевая	150,00	150,00					
	Хлеб пшеничный			30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						22	16	74	521	
Полдник 15:30										
12	Кисломолочный продукт(кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир)	155,40	150,00	5	5	6	89	
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
			Меланж	1,77	0,48					
			Молоко	4,28	0,49	1	1	7	40	
			Нагрый двууглекислый	0,16	0,08					
			Ягодный порошок	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					
Итого за Полдник						6	6	13	129	
Итого за день						39	45	139	1131	

НЕДЕЛЯ 1, день: вторник от 1 до 3 лет

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
25	Суп крестьянский с крупой	150	Морковь Лук Масло растительное Крупа пшеничная Вода питьевая Сметана	7,50 7,50 1,80 4,00 114,00 3,75	6,00 6,00 1,80 4,80 - 3,75	2	4	7	98	
26	Тефтели мясные	70	Говядина Пшеничный хлеб Молоко Лук Масло сливочное Мука пшеничная	61,25 4,30 14,00 16,63 5,25 3,50	44,63 4,30 14,00 14,00 5,25 3,50	4	5	6	148	
27	Рис отварной	100	Масло сливочное Рис	3,00 35,70	3,00 35,70	2	4	24	140	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	15,75 6,75 127,50	15,75 6,75 127,50			13	52	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед										
Полдник 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00	1		20	92	
30	Пирожок печёный с яблоком	50	Мука пшеничная	30,00	30,00					
			Молоко	12,50	12,50					
			Масло сливочное	2,00	2,00					
			Масло растительное	3,00	3,00	1		2	18	98
			Сахар	3,50	3,50					
			Дрожжи хлебопекарные	0,50	0,50					
			Яйцо категории Д1	2,50	2,50					
			Яблоки	17,50	12,25					
Итого за Полдник										
Итого за день										
						27	2	34	159	1143

НЕДЕЛЯ I, день: среда от 1 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
Завтрак I 08:30										
35	Запеканка манная с изюмом	150	Молоко пастеризованное 2,5%	75,00	75,00					
			Вода	51,00	51,00					
			Крупа манная	34,50	34,50					
			Виноград сушеный (изюм)	7,65	7,65					
			Яйцо категории Д1	6,00	5,25	7		3	40	217
			Сахар	6,00	5,25					
			Сметана 15%	3,00	3,00					
			Сухари	3,00	3,00					
11	Хлеб пшеничный	30	Масло растительное для смазки	2,25	2,25					
			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2		1	13	65
			Масло сливочное	10,00	10,00			7		66

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто		Б	Ж	У	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
36	Чан с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00			14	56	
Итого за Завтрак 1						9	11	67	404	
Завтрак 2 10:30										
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода	66,67 26,67 11,11	66,67 26,67 33,32			5	28	
Итого за Завтрак 2						0	0	5	28	
Обед 12:00										
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	46,52 - 0,20	37,20 2,60 0,20		3	1	27	
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	150	Чир Картофель Морковь Лук Пшено Укроп Петрушка Вода питьевая Соль пищевая йодированная	42,20 45,00 12,00 7,50 3,00 1,50 3,00 180,00 0,53	28,20 31,50 9,60 6,30 3,00 1,11 2,22 180,00 0,53	6	2	10	79	
40	Суфле куриное	60	Куры Яйцо категории Д1 Масло для смазки форм Соус молочный густой №371 Масло сливочное	37,33 3,33 0,67 - -	12,67 3,33 0,67 5,00 1,67		10	2	140	
41	Каша гречневая рассыпчатая	120	Гречневая крупа Вода питьевая Масло сливочное Соль пищевая йодированная	55,20 84,00 4,80 0,30	55,20 84,00 4,80 0,30	6	7	40	158	
42	Компот из груши	150	Яблоки или айва Вода питьевая Черешня или вишня Вода Сахар песок Кислота лимонная Хлеб пшеничный	34,05 129,00 31,65 121,50 18,00 0,15 30,00	30,00 129,00 30,00 121,50 18,00 0,15 30,00			21	86	
Итого за Обед						24	23	87	555	
Полдник 15:30										
43	Кисломолочный продукт(йогурт)	150	Йогурт 1,5% жирности Яблоки Хлеб пшеничный Молоко Яйца категории Д1	279,00 50,00 32,50 15,00 5,00	270,00 35,00 32,50 15,00 5,00	3	3	5	81	
44	Шапочка с «блинами»	50				1	2	17	82	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
			Сахарный песок	10,00	10,00					
			Корица	0,10	0,10					
			Масло сливочное	5,00	5,00					
			Соус абрикосовый	-	15,00					
Итого за Полдник						4	5	22	163	
Итого за день						37	39	181	1150	

НЕДЕЛЯ 1, день: четверг от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
48	Каша ячневая молочная вязкая	150	Крупа ячневая	19,00	19,00					
			Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2%	113,00	113,00					
			Вода	26,00	26,00	5	6	28	184	
			Сахар	4,00	4,00					
			Масло коровье сладкосливочное	2,00	2,00					
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная	9,00	9,00					
			В том числе на подпыл	0,45	0,45					
			Простокваша или кефир	26,25	26,25	2	3	15	98	
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30					
			Простокваша или кефир	0,75	0,75					
			масло сливочное	0,45	0,45					
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00		1		8	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
Итого за Завтрак 1						13	15	53	398	
Завтрак 2 10:30										
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96	
Итого за Завтрак 2						1	2	21	96	

Обед 12:00										
14	Винегрет овощной	40	Огурцы соленые	7,52	6,00					
			Капуста квашеная	8,56	6,00					
			Масло растительное	4,00	4,00					
			Свекла	7,64	6,00	1	4	3	50	
			Картофель	11,56	8,40					
			Морковь	5,04	4,00					
			Лук зеленый	7,52	6,00					
			Картофель	39,00	39,00					
			Горох лущеный	12,00	12,00					
			Лук репчатый	7,50	7,50					
			Морковь	7,50	7,50					
51	Суп гороховый с картофелем	150	Петрушка (корень)	2,10	2,10	3	3	10	86	
			Масло сливочное	1,50	1,50					
			Соль пищевая йодированная	0,90	0,90					
			Бульон мясной прозрачный №99.2	-	120,00					
			или Отвар овощной	120,00	120,00					
			Печенье говяжья	63,18	52,44					
			масло сливочное	1,80	1,80					
			Лук	7,56	6,30					

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

НЕДЕЛЯ 1, день: пятница от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
58	Омлет с овощами	100	Яйца категории Д1 Молоко Морковь Лук зеленый Капуста белокочанная Масло сливочное	46,15 24,62 21,54 7,69 16,92 7,69	46,15 24,62 16,92 6,15 ##### 7,69		7	6	3	159
134	Салат из горошка зеленого (консервированного)	50	Горошек зеленый консервированный Масло растительное Петрушка	73,10 - 0,68	47,50 2,00 0,50	2	3	3	42	
21	Какао с молоком	200	Какао-порошок Сахар Молоко	6,00 20,00 200,00	6,00 20,00 200,00	4	4	25	145	
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66	
Итого за Завтрак 1						15	20	44	468	

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

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

НЕДЕЛЯ 2, день: понедельник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
66	Каша молочная "Дружба"	150	Рис Крупа пшеничная Молоко Вода питьевая Сахар Масло сливочное	12,00 15,00 77,25 51,75 3,75 3,75	12,00 15,00 77,25 51,75 3,75 3,75	5	6	46	174	
3	Лепешка якутская	30	В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	2	3	15	98	
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00		1		8	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
Итого за Завтрак 1						13	15	71	388	
Завтрак 2 10:30										
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	75	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода питьевая	50,00 20,00 8,33	50,00 20,00 24,99			4	21	
Итого за Завтрак 2						0	0	4	21	

Обед 12:00										
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	46,52 - 0,20	37,20 2,60 0,20		3	1	27	
68	Суп фасолевый	150	Фасоль Картофель Вода или бульон Лук репчатый Морковь Укроп	18,00 55,95 180,00 7,50 12,00 0,23	18,00 42,00 180,00 6,30 9,60 0,15	4	1	14	79	
69	Биточки паровые мясные	60	Говядина Пшеничный хлеб Молоко Масло сливочное	37,50 6,75 8,25 1,50	27,75 6,75 8,25 1,50	4	5	5	83	
41	Каша гречневая рассыпчатая	100	Гречневая крупа Вода питьевая Масло сливочное Соль пищевая йодированная	46,00 70,00 4,00 0,25	46,00 70,00 4,00 0,25	5	6	33	132	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Фрукты/ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	15,75 6,75 127,50	15,75 6,75 127,50			13	52	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						15	16	79	438	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
Полдник 15:30										
12	Кисломолочный продукт (кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир)	155,40	150,00	5	5	6	89	
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
70	Печенье, витаминизированное с брусничкой	50	Меданж	1,77	0,48	1	2	13	100	
			Молоко	4,28	0,49					
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
			Шиповник сухая	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					
Итого за Полдник						6	7	19	189	
Итого за день						34	38	173	1036	

НЕДЕЛЯ 2, день: вторник от 1 до 3 лет

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
			Лук репка	7,20	6,05					
			Масло сливочное	3,00	3,00					
			Мука пшеничная в/с	3,00	3,00					
			Соль пищевая йодированная	1,20	1,20					
			Печень говяжья, мороженая	110,27	91,46					
			Лук репка	43,78	36,73					
			Крупа рисовая	18,65	18,41					
75	Залеканка из печени с рисом	150	Масло сливочное	8,11	8,11	18	9	17		217
			Яйцо категории Д1	7,46	6,49					
			Яйцо категории Д1 для смазки	2,84	2,84					
			Масло растительное для смазки	2,43	2,43					
			Соль пищевая йодированная	0,60	0,60					
			Сухофрукты (ассорти)	15,00	37,50					
10	Компот из смеси сухофруктов	150	Сахар	15,00	15,00	2		23		96
			Кислота лимонная пищевая	0,15	0,15					
			Вода питьевая	150,00	150,00					
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65
						24	16	61		472
Итого за Обед										
Полдник 15:30										
17	Фиточай	150	Сахар	5,25	5,25					
			Смесь растительного сырья	1,50	1,50			15		52
			Вода питьевая	141,00	141,00					
			Мука пшеничная в/с	30,00	30,00					
			Молоко	12,50	12,50					
			Масло сливочное	2,00	2,00					
30	Пирожок печёный с яблоком	50	Масло растительное	3,00	3,00	1	2	18		98
			Сахар	3,50	3,50					
			Дрожжи хлебопекарные	0,40	0,50					
			Яйцо категории Д1	2,50	2,50					
			Яблоки	17,50	12,25					
						1	2	33		150
						35	33	173		1117
Итого за день										

НЕДЕЛЯ 2. день: среда от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30

78	Омлет натуральный с сыром	60	Яйцо категории Д1	40,00	40,00					
			Молоко или вода питьевая	15,00	15,00					
			Сыр	8,50	8,00	7	12	1		139
			Масло сливочное	2,00	2,00					
			Масло сливочное	5,00	5,00					
			Картофель	21,92	16,00					
			Морковь	7,52	6,00					
79	Салат из картофеля с зеленым горошком	40	Горошек зеленый консервированный	9,24	6,00	1	2	4		38
			Лук зеленый	5,00	4,00					
			Огурец свежий	8,00	6,40					
			Масло растительное	2,00	2,00					

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

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

НЕДЕЛЯ 2, день: четверг от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
85	Каша манная молочная	150	Крупа манная	33,00	33,00	6	5	26	177	
			Молоко	34,50	34,50					
			Вода питьевая	90,00	90,00					
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
22	Сыр порционный	10	Сыр Голландский 8%	10,90	10,00	2	3	36	386	
Итого за Завтрак 1										
Завтрак 2 10:30										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10	47	
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
86	Салат из вареной свеклы	45	Свекла	54,72	42,75	1	3	4	42	
			Масло растительное	2,25	2,25					
			Картофель	56,25	45,00					
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Макаронные изделия	6,00	6,00	2	2	10	63	
			Морковь	7,50	6,00					
			Лук репчатый	7,20	6,00					
			Масло растительное	1,50	1,50					
			Вода питьевая	112,50	112,50					
			Курица	46,20	22,20					
			Хлеб пшеничный	5,40	5,40					
88	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	60	Молоко или вода	7,80	7,80	6	8	6	115	
			Внутренний жир	1,20	1,20					
			Масло сливочное	3,00	3,00					
			Сыр	1,98	1,80					
			Гречневая крупа	55,20	55,20					
41	Каша гречневая рассыпчатая	120	Вода питьевая	84,00	84,00	6	7	40	158	
			Масло сливочное	4,80	4,80					
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30					
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Плоды ягоды быстрозамороженные	15,75	15,75			13	52	
			Сахар	6,75	6,75					
			Вода питьевая	127,50	127,50					
61	Гренки из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой	37,50	37,50	3	20	17	82	
Итого за Обед										
Полдник 15:30										
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	150	Кисломолочный продукт(ряженка)	154,17	150,00	3	3	4	51	
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
			Меланж	1,77	0,48	1	1	7	40	
			Молоко	4,28	0,49					
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08					
			Ягодный порошок	1,33	1,14					
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21					

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

НЕДЕЛЯ 2, день: пятница от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30												
90	Каша кукурузная молочная жидкая	150	Крупа кукурузная Вода Молоко пастеризованная Сахар Масло сливочное Соль пищевая йодированная	30,00 51,00 75,00 3,75 3,75 0,75	29,85 51,00 75,00 3,75 3,75 0,75	6	6	27			174	
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категории Д1	40,00	40,00	5	5				63	
36	Чан с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14			56	
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	2	3	15			98	
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00		1				8	
Итого за Завтрак 1						13	15	56			399	
Завтрак 2 10:30												
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00			10			46	
Итого за Завтрак 2						0	0	10			46	

Обед 12:00												
91	Салат из помидоров с репчатым луком и с растительным маслом	50	Соль пищевая йодированная Томат Лук Масло растительное	0,13 47,00 10,00 3,50	0,13 40,00 8,40 3,50	1	4	3			45	
92	Щи по-уральски (с крупой)	150	Геркулес Томат-паста Квашеная капуста Морковь Лук Масло растительное Вода питьевая	3,00 7,50 42,90 7,50 7,20 3,00 127,50	3,00 7,50 30,00 6,00 6,00 3,00 127,50		1	3	4		50	
93	Плов из мяса	150	Говядина (I категория) Рис Масло растительное Лук Морковь Томат-паста	75,00 39,00 6,00 8,25 11,25 3,75	55,50 39,00 6,00 6,75 9,00 3,75	10	12	26			263	
10	Каша из овсян сдобренная	150	Сухофрукты (ассорти) Сахар	15,00 15,00	37,50 15,00						66	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	Y	
1	Компот из смеси сухофруктов	200	3	4	5	6	7	8	9	9	
			Кислота лимонная пищевая	0,15	0,15						
			Вода питьевая	150,00	150,00						
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	65	
Итого за Обед						16	20	69	519		
Полдник 15:30											
29	Сок детский овощной, фруктовый, годный	200	Сок детский овощной, фруктовый, годный	200,00	200,00	1		20	92	92	
			Мука пшеничная	22,06	22,06						
			Сахар песок	0,88	0,88						
			Вода	34,71	34,71						
94	Блины со сметаной, или повидлом, или джемом	50	Дрожжи (прессованные)	0,88	0,88		2	19	61	61	
			Соль пищевая йодированная	0,44	0,44						
			Маргарин	1,47	1,47						
			Сметана	5,88	5,88						
Итого за Полдник						1	2	39	153		
Итого за день						30	37	174	1117		

НЕДЕЛЯ 3, день: понедельник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30											
1	Каша овсяная молочная жидкая	150	Геркулес	15,50	15,50						
			Молоко	54,40	54,50						
			Вода питьевая	35,50	35,50	3	8	17	162	162	
			Сахар	2,50	2,50						
			Масло сливочное	2,50	2,50						
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	108	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	65	
Итого за Завтрак 1						11	14	40	335		
Завтрак 2 10:30											
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96	96	
Итого за Завтрак 2						1	2	21	96		
Обед 12:00											
97	Салат из белокачанной капусты и свеклы	45	Капуста белокачанная	36,00	28,80						
			Свекла	21,60	17,28						
			Масло растительное	4,50	4,50	1	5	2	53	53	
			Лимонная кислота 2%	2,25	2,25						
			Соль пищевая йодированная	0,11	0,11						
			Чир	42,20	28,20						
			Картофель	45,00	31,50						
			Морковь	12,00	9,60						
			Лук	7,50	6,30						
			Пшено	3,00	3,00	6	2	10	79	79	
			Укроп	1,50	1,11						
			Петрушка	3,00	2,22						
			Вода питьевая	180,00	180,00						
			Соль пищевая йодированная	0,53	0,53						
			Курица	46,20	22,20						
			Хлеб пшеничный	5,40	5,40						

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
88	Котлеты, рубленные из кур, запеченные с молочным соусом	60	Молоко или вода Внутренний жир Масло сливочное Сыр	7,80 1,20 3,00 1,98	7,80 1,20 3,00 1,80	6	8	6	115	
98	Макаронные отварные с овощами	120	Макаронные изделия из муки в/с Морковь Горошек зеленый Томатное пюре Масло сливочное Соль пищевая йодированная Укроп	31,50 21,00 9,48 7,20 3,60 1,80 0,90	31,50 16,38 6,12 7,20 3,60 1,80 0,66	4	3	21	124	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Фрукты ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	15,75 6,75 127,50	15,75 6,75 127,50			13	52	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед				30,00	30,00	19	19	65	488	
Полдник 15:30										
99	Ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	50	Мука пшеничная Молоко Яйцо категории Д1 Сахар Дрожжи хлебопекарные Масло сливочное Масло растительное Мука пшеничная на подпыл Фарш творог Соль пищевая йодированная	24,58 10,00 1,25 1,25 0,73 1,08 0,42 0,42 25,00 0,38	24,58 10,00 1,08 1,25 0,73 1,08 0,42 0,42 25,00 0,38		3	1	15	84
54	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	Кисломолочный продукт(ряженка)	154,17	150,00	3	3	4	51	
Итого за Полдник				154,17	150,00	6	4	19	135	
Итого за день						37	39	145	1054	

НЕДЕЛЯ 3, день: вторник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
102	Макаронные, запеченные с сыром	150	Макаронные изделия из муки в/с Масло сливочное Сыр голландский Соль пищевая йодированная Масло растительное для смазки	46,83 7,32 4,39 1,39 2,20	46,83 7,32 4,17 1,39 2,20		6	7	27	196
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категории Д1 Чай заварка №375	40,00 50,00	40,00 50,00	5	5		63	
36	Чан с вареньем или медом	200	Варенье или мед Вода питьевая	30,00 150,00	30,00 150,00			14	56	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66	
18	Хлеб ржано- пшеничный	30	Хлеб ржано- пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	
Итого за Завтрак 1						13	19	54	437	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y		
1		2	3	4	5	6	7	8	9		
Завтрак 2											
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00			10	46		
Итого за Завтрак 2						0	0	10	46		
Обед 12:00											
103	Салат из свежих овощей «Витаминный» с растительным маслом	40	Томат Огурцы Салат кочаный Лук зеленый Масло растительное Соль пищевая йодированная Горошек зеленый консервированный Морковь Крупа рисовая Масло сливочное Молоко Сахар Бульон или Вода	16,00 12,00 12,00 7,20 2,80 0,10 30,00 3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50	13,60 11,40 8,00 5,80 2,80 0,10 30,00 3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50		3	3	34		
104	Суп-пюре из зеленого горошка	150	Морковь Крупа рисовая Масло сливочное Молоко Сахар Бульон или Вода Говядина Морковь Картофель Горошек зеленый консервированный Томат-паста Мука пшеничная Лук Масло сливочное Масло отвар или вода	3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50 48,00 4,80 24,27 2,45 1,80 1,09 1,20 1,36 -	3,75 7,50 3,00 45,00 0,75 67,50 35,45 4,80 18,27 1,64 1,80 1,09 1,20 1,36 15,55		3	10	82		
105	Мясо тушеное с овощами в соусе	60	Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Сухофрукты (ассорти)	126,00 33,60 3,00 1,20	88,20 33,60 3,00 1,20		4	4	4	80	
53	Картофельное пюре	120	Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Сухофрукты (ассорти)	126,00 33,60 3,00 1,20	88,20 33,60 3,00 1,20		3	4	6	99	
10	Компот из смеси сухофруктов	150	Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	15,00 0,15 150,00	37,50 15,00 0,15		2	23	96		
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00		2	1	13	65	
Итого за Обед						15	15	59	456		
Полдник 15:30											
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	150	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный Яблоки Хлеб пшеничный Молоко	150,00 50,00 32,50 15,00	150,00 35,00 32,50 15,00		1	15	69		
44	Шарлотка с яблоками	50	Яйца категории Д1 Сахарный песок Корица Масло сливочное Соус абрикосовый	5,00 10,00 0,10 5,00 -	5,00 10,00 0,10 5,00 15,00		1	2	17	82	

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

НЕДЕЛЯ 3, день: среда от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30												
48	Каша ячневая молочная вязкая	150	Крупа ячневая Молоко с м.ж. 2,5-3,2% Вода	19,00 113,00 26,00	19,00 113,00 26,00							
21	Какао с молоком	200	Сахар Какао-порошок	20,00 6,00	20,00 6,00	4	4	25				145
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45				2	3	15	98
Итого за Завтрак 1												
Завтрак 2 10:30												
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода	66,67 26,67 11,11	66,67 26,67 33,32							
Итого за Завтрак 2												
Обед 12:00												
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	50	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная	58,16 - 0,25	46,50 3,25 0,25		3	1				33
106	Суп картофельный с клецками	150	Картофель Морковь Лук репчатый Масло растительное Бульон или вода Мука пшеничная масло сливочное Яйцо категории Д1 Вода или молоко Соль пищевая йодированная	40,00 7,50 7,20 1,50 112,50 12,01 1,40 3,40 18,80 0,35	30,00 6,00 6,00 1,50 112,50 12,01 1,40 3,40 18,80 0,35				1	2	8	52
15	Биточки,рубленные из курицы	50	Курица или филе курицы (полуфабрикат) Молоко или Вода питьевая Масло сливочное	61,25 37,50 13,13 13,13 1,88	36,88 36,88 13,13 13,13 1,88				8	8	5	119
41	Каша манная вареная молочная	100	Гречневая крупа Вода питьевая	46,00 70,00	46,00 70,00		5	6				127

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Плоды ягоды быстрозамороженные	4	5	6	7	8	9	52
				4,00	4,00	6	7	8	9	
				0,25	0,25	6	7	8	9	
11	Хлеб пшеничный	30	Вода питьевая	127,50	127,50	2	1	13	65	453
				30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед				16	20	73	38	160	1056	
Полдник 15:30										
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности	372,00	360,00	4	4	7	108	
				32,10	27,45					
				10,70	10,68					
				6,42	5,39					
				1,77	0,48	1	1	7	40	
				4,28	0,49					
				0,16	0,08					
				1,33	1,14					
				0,21	0,21					
				0,21	0,21					
Итого за Полдник				32	5	14	38	160	1056	
Итого за день										

НЕДЕЛЯ 3, день: четверг от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30										
108	Каша с ягодами	150	Крупа (манная или рисовая)	17,00	17,00					148
				114,00	69,00					
				63,00	63,00	2	4	26		
				8,00	8,00					
				5,00	5,00					
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66	
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	
Итого за Завтрак 1				10	49	16	38	378		
Завтрак 2 10:30										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00			10	47	
Итого за Завтрак 2				0	0	0	0	10	47	
Обед 12:00										
109	Салат из капусты белокочанной и морской	40	Капуста белокочанная	41,60	33,28					41
				8,00	8,00					
				3,20	3,20	1	3	2		
				2,00	2,00					
				1,20	1,20					
				0,10	0,10					
				28,98	23,19					
				14,49	11,60					
				7,68	5,79					
				5,79	5,79					
7,25	5,79									
6,96	5,79									

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y		
110	Борщ сибирский	2	3	4	5	6	7	8	9	112	
				4,35	4,35	5	5	11			
				2,33	2,33						
				0,72	0,59						
				1,46	1,46						
				0,87	0,87						
				115,94	115,94						
				-	10,50						
				46,20	42,60						
				16,50	16,50						
111	Печень, тушенная в сметанном соусе	60		15,00	15,00	8	6	4	101		
				3,78	3,78						
				2,58	2,58						
				0,47	0,47						
				3,60	3,60	2	5	29	168		
				42,84	42,84						
				15,15	15,00						
				139,50	139,50						
				15,00	15,00			17	68		
				6,75	6,75						
27	Рис отварной	120		30,00	30,00	2	1	13	65		
				18,75	18,75						
34	Кисель детский витаминизированный	150		5,25	5,25						
				1,50	1,50			15	52		
				141,00	141,00						
				15,60	15,60						
				11,70	11,70						
				11,70	11,70						
				9,36	9,36						
				0,05	0,05	1	2	28	98		
				11,70	11,70						
				0,55	0,55						
62	Кекс "Столичный"	50		0,05	0,05						
				0,05	0,05						
Итого за Подлик						1	2	43	150		
Итого за день						29	38	178	1130		

НЕДЕЛЯ 3, день: пятница от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30		Яйцо категории Д1						
114	Омлет с зеленым горошком	80	0,92	36,92	6	13	5	159
			28,31	28,31				
			3,69	3,69				
			12,31	8,62				
56	Икра кабачковая для детского питания	40	3,69	3,69	2	2	3	31
			42,00	40,00				

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
42	Компот из груши	150	Соль пищевая йодированная Яблоки или айва Вода питьевая Яершня или вишня Вода Сахар песок Кислота лимонная Хлеб пшеничный	1,00 34,05 129,00 31,65 121,50 18,00 0,15 30,00	1,00 30,00 129,00 30,00 121,50 18,00 0,15 30,00			21	86	
11	Хлеб пшеничный	30				2	1	13	65	
Итого за Обед						17	13	48	422	
Полдник 15:30										
12	Кисломолочный продукт (кефир)	150	Кисломолочный продукт(кефир)	155,40	150,00	5	5	6	89	
70	Печенье, витаминизированное с брусничкой	50	Мука пшеничная в/с т-на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Шиповник сухая Соль пищевая йодированная	32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	27,45 10,68 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21		1	2	13	100
Итого за Полдник						6	7	19	189	
Итого за день						32	41	120	1051	

НЕДЕЛЯ 4. день: понедельник от 1 до 3 лет

Завтрак 1 08:30											
116	Запеканка пшеничная	150	Вода питьевая Крупа пшеничная Сахар Яйцо категории Д1 Сметана 15% Сухари Масло растительное Чай заварка №375	126,00 39,00 6,00 5,85 3,00 3,00 2,25 50,00	126,00 39,00 6,00 5,10 3,00 3,00 2,25 50,00			5	2	33	167
36	Чан с вареньем или медом	200	Варенье или мед Вода питьевая	30,00 150,00	30,00 150,00					14	56
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			2	1	13	65
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00			7			66
Итого за Завтрак 1						7	10	60	354		
Завтрак 2 10:30											
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96		
Итого за Завтрак 2						1	2	21	96		
Обед 12:00											
117	Салат из картофеля с морской капустой и свеклой	50	Картофель Капуста морская консервированная Свекла Морковь	3,00 10,10 8,30 5,00	22,50 10,00 6,50 4,00		1	3	6	51	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
			Лук репчатый	4,15	3,50					
			Масло растительное	2,50	2,50					
			Петрушка (зелень)	2,05	1,50					
			Чир	42,20	28,20					
			Картофель	45,00	31,50					
			Морковь	12,00	9,60					
			Лук	7,50	6,30					
		150	Пшено	3,00	3,00	6	2	10	79	
			Укроп	1,50	1,11					
			Петрушка	3,00	2,22					
			Вода питьевая	180,00	180,00					
			Соль пищевая йодированная	0,53	0,53					
			Говядина	54,69	40,31					
			Морковь	5,94	4,69					
			Лук	5,31	4,38					
		50	Томат-паста	1,88	1,88	7	5	2	78	
			Масло сливочное	1,56	1,56					
			Мука пшеничная	1,25	1,25					
			Овощной отвар	-	16,56					
			Картофель	126,00	88,20					
		120	Молоко	33,60	33,60	3	4	6	99	
			масло сливочное	3,00	3,00					
			Соль пищевая йодированная	1,20	1,20					
			Брусника	15,15	15,00					
			Вода	139,50	139,50					
		150	Сахар	15,00	15,00			17	68	
			Крахмал картофельный	6,75	6,75					
			Кисель с витаминами и пребиотиком	18,75	18,75					
		30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						19	15	54	440	
Шошник 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	150	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	150,00	150,00	1		15	69	
			Тесто для простых жареных пирожков №437.1	-	36,23					
		50	Мука пшеничная	1,08	1,08					
			Повидло	18,72	18,72	2	2	13	81	
			Меланж	0,95	0,95					
			Кулинарный жир	0,16	0,16					
Итого за Шошник						3	2	28	150	
Итого за день						30	29	163	1040	

НЕДЕЛЯ 4, день: вторник от 1 до 3 лет

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

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

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

НЕДЕЛЯ 4, день: среда от 1 до 3 лет

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

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

НЕДЕЛЯ 4, день: четверг от 1 до 3 лет

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	
122	Суп-пюре из птицы	150	Курица Крупа рисовая Масло сливочное Молоко	34,20 7,50 3,00 45,00	23,55 7,50 3,00 45,00	6	7	8	119	
	Бульон или вода			105,00	105,00					
127	Мясо, тушенное с картофелем по-домашнему	150	Говядина Морковь Лук репчатый Жир топленый Томатное пюре Мука пшеничная Картофель отварные	55,47 2,46 2,46 2,46 5,89 1,96 -	40,74 1,96 1,96 2,46 5,89 1,96 73,64	6	5	7	189	
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	150	Ягоды замороженные	15,75	15,75			13	52	
11	Хлеб пшеничный	30	Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	6,75 127,50 30,00	6,75 127,50 30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед						15	17	44	426	
Полдник 15:30										
43	Йогурт	150	Йогурт 1,5% жирности	279,00	270,00	3	3	5	81	
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50	Мука пшеничная в/с +на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Шиповник сухая Соль пищевая йодированная	32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	27,45 10,68 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	1	1	7	40	
Итого за Полдник						4	4	12	121	
Итого за день						27	32	123	935	

НЕДЕЛЯ 4, день: пятница от 1 до 3 лет

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	9	
1		2			4	5	6	7	8	9
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	75	3		20,00	20,00			4	21
	Вода				8,33	24,99				
Итого за Завтрак 2							0	0	4	21
Обед 12:00										
6	Салат из помидоров и огурцов	40	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное Геркулес Томат-паста Квашеная капуста Морковь Лук Масло растительное Вода питьевая		22,56 17,52 6,00 2,40 3,00 7,50 42,90 7,50 7,20 3,00 127,50	1,92 14,00 4,80 2,40 3,00 7,50 30,00 6,00 6,00 3,00 127,50		3	1	29
92	Щи по-уральски (с крупой)	150					1	3	4	50
129	Котлеты пшеничные рыбные	60					7	1	9	74
131	Картофель отварной с маслом	120					2	6	13	115
42	Компот из груши	150							21	86
11	Хлеб пшеничный	30					2	1	13	65
Итого за Обед							12	14	61	419
Полдник 15:30										
17	Фиточай	150	Сахар Смесь растительного сырья Вода питьевая		5,25 1,50 141,00	5,25 1,50 141,00			15	52
94	Блины со сметаной, или повидлом, или джемом	50	Мука пшеничная Сахар песок Вода Дрожжи (прессованные) Соль пищевая йодированная Маргарин Сметана		22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88	22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88		2	19	61
Итого за Полдник							0	2	34	113
Итого за день							33	43	150	1089

Приложение № 4 к настоящему постановлению МР "Амгинский улус (район)"
 "17.11.2020г" № 011
 Примерное циклическое 20-дневное меню для организации питания в возрастной категории от 4 до 7 лет дошкольных образовательных учреждений
 МР «Амгинский улус (район)» с 10,5 часовым пребыванием

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1, день: понедельник от 4 до 7 лет		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак 1 08:30										
1	Каша овсяная молочная жидкая	200	Горючее Молоко Вода питьевая Сахар Масло сливочное	20,67 72,53 47,33 3,33 3,33	20,67 72,67 47,33 3,33 3,33	4	11	23	216	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	108	
3	Лепешка якутская	30	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	9,00 0,45 26,25 0,30 0,75 0,45	2	3	15	98	
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00	12	26	48	66	488
Итого за Завтрак 1										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10	10	47
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
6	Салат из помидоров и огурцов	60	Помидоры свежие Огурцы свежие Лук зеленый Масло растительное	33,84 26,28 9,00 3,60	2,88 21,00 7,20 3,60	1	4	2	43	
7	Суп картофельный на курином бульоне	250	Картофель Морковь Петрушка Бульон куриный прозрачный №163 Мука пшеничная Яйцо категории д1 Вода питьевая Говядина (1 категория) Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная Макаронные отварные	50,00 20,00 2,50 0,58 25,00 12,50 40,00 83,20 11,20 15,20 0,16 52,50	35,00 16,00 1,85 300,00 25,00 12,50 40,00 61,60 11,20 15,20 0,16 42,00	8	3	20	143	
8	Фрикадельки мясные	80	Пшеничный хлеб Вода питьевая Соль пищевая йодированная	11,20 15,20 0,16	11,20 15,20 0,16	12	9	5	150	
9	Макаронные отварные	150	Макаронные отварные	52,50	42,00	5	4	26	165	
10	Компот из смеси сухофруктов	200	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	20,00 20,00 0,20 200,00	50,00 20,00 0,20 200,00	2		31	128	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65	
Итого за Обед										
12	Кисломолочный продукт(кефир)	200	Кисломолочный продукт(кефир)	207,20	200,00	6	6	8	118	

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

НЕДЕЛЯ I, день: вторник от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30ч												
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9		
19	Омлет натуральный	80	Яйцо категории Д1 Молоко или Вода Масло сливочное Масло сливочное Кабачки Баклажаны	53,33	53,33							
				20,67	20,67	6	7	3		100		
				2,67	2,67							
				6,67	6,67							
				27,90	18,65							
				19,85	17,85							
				14,40	11,50							
20	Икра овощная	50	Капуста белокочанная Морковь Лук репка Томатное пюре Масло растительное Соль пищевая йодированная	10,00	7,80	1	2	2		31		
				6,55	5,50							
				5,50	5,50							
				2,50	2,50							
				0,13	0,13							
				40,00	40,00	2	1	17		86		
				10,90	10,00	2	3			36		
21	Какао с молоком	220	Какао-порошок Сахар Молоко	6,60	6,60							
				22,00	22,00	4	4	28		160		
				220,00	220,00							
						15	17	50		413		
Итого за завтрак 1												
Завтрак 2 10:30				17,76	16,00							
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)			0	0	10		46		
Итого за завтрак 2												
Обед 12:00												
24	Салат из моркови с растительным маслом	60	Морковь Сахар Масло растительное	69,33	56,00	1	4	5		64		
				1,73	1,73							
				4,20	4,20							
				30,00	24,00							
				75,00	60,00							
				10,00	8,00							
				10,00	8,00							
25	Суп крестьянский с крупой	200	Капуста белокочанная Картофель молодой Морковь Лук Масло растительное Крупа пшеничная Вода питьевая Сметана	30,00	24,00							
				75,00	60,00							
				10,00	8,00							
				10,00	8,00	3	5	9		131		
				2,40	2,40							
				5,33	6,40							
				152,00	-							
5,00	5,00											
26	Тфтели мясные	80	Говядина Пшеничный хлеб Молоко Лук	70,00	51,00							
				4,91	4,91							
				16,00	16,00	5	6	7		169		
				19,00	16,00							

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9	
		2	3	4	5	6	7	8	9		
27	Рис отварной	150	Масло сливочное Мука пшеничная Масло сливочное Рис	6,00 4,00 4,50 53,55	6,00 4,00 4,50 53,55	3	6	36	210		
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Фрукты ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	21,00 9,00 170,00 30,00	21,00 9,00 170,00 30,00		1	17	69		
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Обед											
Полдник 15:30											
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00	1		20	92		
			Мука пшеничная	30,00	30,00						
			Молоко	12,50	12,50						
			Масло сливочное	2,00	2,00						
30	Пирожок печёный с яблоком	50	Масло растительное Сахар Дрожжи хлебопекарные Яйцо категории Д1 Яблоки	3,00 3,50 0,50 2,50 17,50	3,00 3,50 0,50 2,50 17,50	1	2	18	98		
Итого за Полдник											
Итого за день											
						2	2	38	190		
						31	41	185	1357		

НЕДЕЛЯ 1, день: среда от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30											
			Молоко пастеризованное 2,5%	125,00	125,00						
			Вода	85,00	85,00						
			Крупа манная	57,50	57,50						
			Виноград сушеный (изюм)	12,75	12,75						
35	Запеканка манная с изюмом	250	Яйцо категории Д1 Сахар Сметана 15% Сухари Масло растительное для смазки	10,00 10,00 5,00 5,00 3,75	10,00 10,00 5,00 5,00 3,75	11	6	66	361		
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66		
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14	56		
Итого за Завтрак 1											
Завтрак 2 10:30											
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные Сироп из ягод Вода	66,67 26,67 11,11	66,67 26,67 33,32			5	28		
Итого за Завтрак 2											
Обед 12:00											
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная Чир Картофель Морковь	69,79 - 0,30 56,27 60,00 16,00	69,79 - 0,30 56,27 60,00 16,00		4	1	40		
						0	0	5	28		

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

НЕДЕЛЯ 1, день: четверг от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30												
48	Каша ячневая молочная вязкая	200	Крупа ячневая	25,33	25,33							
			Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2%	150,67	150,67	7	8	37			245	
3	Лепешка якутская	30	Вода	34,67	34,67							
			Сахар	5,33	5,33							
			Масло коровье сладкосливочное	2,67	2,67							
			Мука пшеничная	9,00	9,00	2						
			В том числе на подпыл	0,45	0,45							
			Простокваша или кефир	26,25	26,25	2	3	15			98	
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30							
Простокваша или кефир	0,75	0,75										
49	Сметана 15%	5	масло сливочное	0,45	0,45						8	
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Сметана 15%	5,00	5,00		1					
			Молоко	211,00	200,00	6	5	10			108	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	9	
	Итого за Завтрак 1 Завтрак 2 10:30	2	3	4	5	6	7	8	9	62	459
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	21	96	96
	Итого за Завтрак 2 Обед 12:00					1	2	21	21	96	96
14	Винегрет овощной	50	Огурцы соленые Капуста квашеная Масло растительное Свекла Картофель Морковь Лук зеленый Картофель Горох лущеный Лук репчатый Морковь Петрушка (корень) Масло сливочное Соль пищевая йодированная Бульон мясной прозрачный №99.2 или Отвар овощной	9,40 10,70 5,00 9,55 14,45 6,30 9,40 65,00 20,00 12,50 12,50 3,50 2,50 1,50 200,00 200,00	7,50 7,50 5,00 7,50 10,50 5,00 7,50	1	5	4	63		
51	Суп гороховый с картофелем	250	Печенье говяжья масло сливочное Лук Морковь Мука пшеничная Сметана Вода питьевая Соль пищевая йодированная Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	84,24 2,40 2,40 10,08 16,80 2,40 8,40 28,00 0,20 157,50 42,00 3,75 1,50 20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	69,92 2,40 8,40 8,40 13,44 2,40 8,40 28,00 0,20 110,25 42,00 3,75 1,50 20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	5	5	17	143		
52	Печень по-строгановски	80	Печень говяжья масло сливочное Лук Морковь Мука пшеничная Сметана Вода питьевая Соль пищевая йодированная Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	84,24 2,40 2,40 10,08 16,80 2,40 8,40 28,00 0,20 157,50 42,00 3,75 1,50 20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	69,92 2,40 8,40 8,40 13,44 2,40 8,40 28,00 0,20 110,25 42,00 3,75 1,50 20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	11	8	5	140		
53	Картофельное пюре	150	Печень говяжья масло сливочное Лук Морковь Мука пшеничная Сметана Вода питьевая Соль пищевая йодированная Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	84,24 2,40 2,40 10,08 16,80 2,40 8,40 28,00 0,20 157,50 42,00 3,75 1,50 20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	69,92 2,40 8,40 8,40 13,44 2,40 8,40 28,00 0,20 110,25 42,00 3,75 1,50 20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	4	5	8	124		
34	Кисель детский витаминизированный	200	Печень говяжья масло сливочное Лук Морковь Мука пшеничная Сметана Вода питьевая Соль пищевая йодированная Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	84,24 2,40 2,40 10,08 16,80 2,40 8,40 28,00 0,20 157,50 42,00 3,75 1,50 20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	69,92 2,40 8,40 8,40 13,44 2,40 8,40 28,00 0,20 110,25 42,00 3,75 1,50 20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00			23	90		
11	Хлеб пшеничный	30	Печень говяжья масло сливочное Лук Морковь Мука пшеничная Сметана Вода питьевая Соль пищевая йодированная Картофель Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	84,24 2,40 2,40 10,08 16,80 2,40 8,40 28,00 0,20 157,50 42,00 3,75 1,50 20,20 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	69,92 2,40 8,40 8,40 13,44 2,40 8,40 28,00 0,20 110,25 42,00 3,75 1,50 20,00 186,00 20,00 9,00 25,00 30,00	2	1	13	65		
	Итого за Обед Полдник 15:30			23	24	70	70	625	625		
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	200	Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4	4	5	5	68	68
	Итого за Полдник			205,56	200,00	4	4	5	5	68	68
55	Печенье витаминизированное с шиповником	50	Мука пшеничная в/с +на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланк Молоко Натрий двууглекислый Шиповник сухая Соль пищевая йодированная	32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	27,45 10,70 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	1	1	7	40		
	Итого за Полдник			205,56	200,00	4	4	5	5	68	68

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

НЕДЕЛЯ 1, день: пятница от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30												
58	Омлет с овощами	150	Яйца категория Д1	69,23	69,23							
			Молоко	36,92	36,92							
			Морковь	32,31	25,38	10	9	5				238
			Лук зеленый	11,54	9,23							
			Капуста белокочанная	25,38	101,584,62							
	Масло сливочное	11,54	11,54									
134	Салат из горошка зеленого (консервированного)	60	Горошек зеленый консервированный	87,72	57,00	2	4	4		50		
			Масло растительное	-	2,40							
			Петрушка	0,81	0,60							
21	Какао с молоком	200	Какао-порошок	6,00	6,00	4	4	25		145		
			Сахар	20,00	20,00							
			Молоко	200,00	200,00							
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13		56		
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7			66		
Итого за завтрак 1												
Завтрак 2 10:30				100,00	100,00							
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10		47		
Итого за завтрак 2												
Обед 12:00												
31	Салат из белокочанной капусты	70	Капуста белокочанная	69,02	55,23							
			Лук зеленый или Морковь	8,75	7,00							
			Кислота лимонная пищевая	0,21	0,21	1	4	6				60
			Вода питьевая	6,79	6,79							
			Сахар	3,50	3,50							
			Масло растительное	3,50	3,50							
			Свекла	35,00	28,00							
			Картофель	35,00	24,50							
			Капуста белокочанная	50,00	40,00							
			Морковь	15,00	12,00							
59	Борщ на мясном бульоне со сметаной	250	Лук	10,00	8,00	3	2	7			82	
			Кислота лимонная пищевая	0,13	0,13							
			Соль пищевая йодированная	2,50	2,50							
			Петрушка	5,00	3,75							
			Сахар	1,00	1,00							
			Сметана	1,00	1,00							
			Омуть	59,00	54,00							
			Пшеничный хлеб	13,00	13,00							
			Молоко	22,00	22,00	6	5	7				101
			Мука пшеничная	5,00	5,00							
27	Рис отварной	150	Масло растительное	3,00	3,00							
			Масло сливочное	4,50	4,50	3	6	36			210	
			Рис	53,55	53,55							
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Фрукты/ягоды быстрозамороженные	21,00	21,00							
			Сахар	9,00	9,00							
			Вода питьевая	170,00	170,00							
61	Гренки из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой	37,50	37,50	3	17	17		82		
Итого за Обед												
				16	17	90				604		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г	Пищевые вещества (г)									Энергетическая ценность (ккал)	
					брутто			нетто			Ж				У
					1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Подлник 15:30													92		
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00	1							20		
			Мука пшеничная	15,60	15,60										
			Сахар	11,70	11,70										
			Масло сливочное	11,70	11,70										
			Меланж	9,36	9,36										
62	Кекс "Столичный"	50	Соль пищевая йодированная	0,05	0,05	1						2	28	98	
			Изюм	11,70	11,70										
			Пудра рафинированная	0,55	0,55										
			Эссенция	0,05	0,05										
			Сода пищевая	0,05	0,05										
Итого за Подлник													190		
Итого за день													1396		

НЕДЕЛЯ 2, день: понедельник от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30														
66	Каша молочная "Дружба"	200	Рис	16,00	16,00									
			Крупа пшеничная	20,00	20,00									
			Молоко	103,00	103,00	7						8	61	232
			Вода питьевая	69,00	69,00									
			Сахар	5,00	5,00									
			Масло сливочное	5,00	5,00									
			Мука пшеничная	9,00	9,00									
			В-том числе на подпыл	0,45	0,45									
3	Лепешка якутская	30	Простокваша или кефир	26,25	26,25	2						3	15	98
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30									
			Простокваша или кефир	0,75	0,75									
			масло сливочное	0,45	0,45									
49	Сметана 15%	5	Сметана 15%	5,00	5,00							1		8
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6						5	10	108
Итого за Завтрак 1													86	
Завтрак 2 10:30													446	
37	Ягоды быстрозамороженные с сиропом	100	Ягоды замороженные	66,67	66,67									
			Сироп из ягод	26,67	26,67								5	28
			Вода питьевая	11,11	33,32									
Итого за Завтрак 2													28	
Обед 12:00														
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	Огурцы	69,79	55,80							4	1	40
			Масло растительное	-	3,90									
			Соль пищевая йодированная	0,30	0,30									
			Фасоль	24,00	24,00									
			Картофель	74,60	56,00									
68	Суп фасолевый	200	Вода или бульон	240,00	240,00	6						1	19	105
			Лук репчатый	10,00	8,40									
			Морковь	16,00	12,80									
			Укроп	0,30	0,20									
			Говядина	50,00	37,00									
69	Биточки паровые мясные	80	Пшеничный хлеб	9,00	9,00	5						6	6	110
			Молоко	11,00	11,00									
			Масло сливочное	2,00	2,00									
			Гречневая крупа	69,00	69,00									
41	Каша гречневая молочная	150	Вода питьевая	105,00	105,00	8						9	50	108

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)			
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y				
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Масло сливочное Соль пищевая йодированная Плоды/ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая Хлеб пшеничный	6,00 0,38 21,00 9,00 170,00 30,00	6,00 0,38 21,00 9,00 170,00 30,00	6	7	8	9	69			
Итого за Обед				30	30,00	2	1	13	65				
Подник 15:30						21	21	106	587				
12	Кисломолочный продукт (кефир)	200	Кисломолочный продукт (кефир)	207,20	200,00	6	6	8	118				
70	Печенье, витаминизированное с брусничкой	50	Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45								
			Сахар песок	10,70	10,68								
			Масло сливочное	6,42	5,39								
			Меланж	1,77	0,48	1	2	13			100		
			Молоко	4,28	0,49								
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08								
			Шпловник сухая	1,33	1,14								
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21								
			Итого за Подник						7	8	21	218	
			Итого за день						43	46	218	1279	
НЕДЕЛЯ 2, день: вторник от 4 до 7 лет													
Завтрак 1 08:30													
72	Пудинг пшеничный	200	Вода питьевая	166,00	166,00								
			Крупа пшено шифованная	58,00	57,40								
			Молоко пастеризованное 2,5%	50,00	50,00								
			Яйцо категории Д1	23,00	20,10								
			Сахар песок	16,00	16,00	11	9	56			349		
			Сметана 15%	4,00	4,00								
			Сухари	4,00	4,00								
			Масло сливочное	4,00	4,00								
			Масло сливочное для смазывания форм	2,00	2,00								
			Хлеб пшеничный	40,00	40,00	2	1	17			86		
4	Масло сливочное	10	10,00				7		66				
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14	56				
Итого за Завтрак 1						13	17	87	557				
Завтрак 2 10:30													
23	Фрукты (груши)	100	Груши	17,76	16,00	0	0	10	46				
Итого за Завтрак 2						0	0	10	46				
Обед 12:00													
73	Салат из морской капусты с растительным маслом	60	Морская капуста	42,00	42,00								
			Морковь	18,00	18,00								
			Клюква	6,00	5,70	1	4	2			52		
			Масло растительное	4,20	4,20								
			Сахар песок	3,00	3,00								
			Соль пищевая йодированная	0,14	0,14								
			Вода или бульон	187,50	187,50								
			Морковь	38,75	30,23								
			Молоко пастеризованное 2,5%	37,50	37,50								
			Капуста белокачанная	31,25	25,00								

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Б	Ж	
		1	3	4	5	17	25	50	8	9	548
Итого за Завтрак 1											
Завтрак 2 10:30											
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	2	21	96
Итого за Завтрак 2											
Обед 12:00											
80	Салат из моркови с сухофруктами	60	Морковь Виноград сушеный (изюм) Сахар песок Масло растительное	60,00 6,60 3,60 3,60	46,80 6,60 6,00 3,60	1	4	10			77
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	200	Картофель Морковь Лук Пшено Укроп Петрушка Вода питьевая Соль пищевая йодированная	56,27 60,00 16,00 10,00 2,00 4,00 240,00 0,70	37,60 42,00 12,80 8,40 1,48 2,96 240,00 0,70		8	3	13		105
81	Котлеты московские в соусе	70	Говядина (мясо коллетное) Вода питьевая Хлеб пшеничный формовой Масло растительное для смазки Сухари Лук репка Соль пищевая йодированная	46,10 17,07 11,95 3,41 3,41 0,27 0,68	42,68 17,07 11,95 3,41 3,41 0,27 0,68		9	5	7		109
9	Макаронные отварные	150	Макаронные отварные Брусника Вода	52,50 20,20 186,00	42,00 20,00 186,00	5	4	26			165
34	Кисель детский витаминизированный	200	Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком	20,00 9,00 25,00	20,00 9,00 25,00			23			90
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13			65
Итого за Обед											
Полдник 15:30											
43	Кисломолочный продукт (Йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности Тесто для простых жареных пирожков №437.1	372,00 -	360,00 36,23	4	4	7			108
82	Ватрушка с джемом	50	Мука пшеничная Повидло Меланж Кулинарный жир	1,08 18,72 18,72 0,95	1,08 18,72 18,72 0,95	2	2	13			81
Итого за Полдник											
Итого за день											
НЕДЕЛЯ 2, день: четверг от 4 до 7 лет											
Завтрак 1 08:30											
85	Каша манная молочная	250	Крупа манная Молоко Вода питьевая	55,00 57,50 150,00	55,00 57,50 150,00	10	9	43			296
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10			108
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13			65
22	Сыр порционный	10	Сыр Голландский 8%	10,90	10,00	2	3	36			36
Итого за Завтрак 1											
Итого за день											

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	7	8		9
		2		4	5	6	7	8	9			
Завтрак 2 10:30												
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00					10		47
Итого за Завтрак 2												
Обед 12:00												
86	Салат из вареной свеклы	60	Свекла Масло растительное Картофель	72,96 3,00 75,00	57,00 3,00 60,00	1	4	5				56
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Макаронные изделия Морковь Лук репчатый Масло растительное Вода питьевая	8,00 8,00 9,60 2,00 150,00	8,00 8,00 8,00 2,00 150,00	2	2	14				84
88	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	100	Курица Хлеб пшеничный Молоко или вода Внутренний жир Масло сливочное Сыр Гречневая крупа Вода питьевая	77,00 9,00 13,00 2,00 5,00 3,30 69,00 105,00	37,00 9,00 13,00 2,00 5,00 3,00 69,00 105,00		13	10				191
41	Каша гречневая рассыпчатая	150	Масло сливочное Соль пищевая йодированная Сахар Вода питьевая	6,00 0,38 9,00 170,00	6,00 0,38 9,00 170,00	8	9	50				198
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	0,38 21,00 170,00	0,38 21,00 170,00			17				69
61	Гренки из пшеничного хлеба	20	Хлеб пшеничный формовой	37,50	37,50	3	28	17				82
Итого за Обед												
Подлник 15:30												
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	200	Кисломолочный продукт(ряженка) Мука пшеничная в/с +на подпыл Сахар песок Масло сливочное Меланж Молоко Натрий двууглекислый Ягодный порошок Соль пищевая йодированная	205,56 32,10 10,70 6,42 1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	200,00 27,45 10,68 5,39 0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	4	4	5				68
13	Печенье, витаминизированное с черной смородиной	50				1	1	7				40
Итого за Подлник												
Итого за день												
						5	5	12				108
						48	51	201				1340
НЕДЕЛЯ 2, день: пятница от 4 до 7 лет												
Завтрак 1 08:30												
90	Каша кукурузная молочная жидкая	200	Крупа кукурузная Вода Молоко пастеризованная Сахар Масло сливочное Соль пищевая йодированная	40,00 68,00 100,00 5,00 5,00 1,00	39,80 68,00 100,00 5,00 5,00 1,00		6,4	37,6			233,6	
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категории Д1	40,00	40,00	5	5					63
36	Чан с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая Мука пшеничная	50,00 30,00 150,00 9,00	50,00 30,00 150,00 9,00		14					56

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y		
3	Лепешка якутская	30	В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир масло сливочное Сметана 15%	0,45 26,25 0,30 0,75 0,45 5,00	0,45 26,25 0,30 0,75 0,45 5,00	6	7	8	15	98	
Итого за Завтрак 1		5				13,4	15,4		66,6		8
Итого за Завтрак 2		100		17,76	16,00	0	0	10	10		46
Итого за Завтрак 2		100	Фрукты (груша)			0	0	10	10		46
Итого за Обед 12:00											
91	Салат из помидоров с репчатым луком и с растительным маслом	60	Соль пищевая йодированная Томат Лук Масло растительное	0,15 56,40 12,00 4,20	0,15 48,00 10,08 4,20	1	4	4	4	53	
92	Щи по-уральски (с крупой)	220	Геркулес Томат-паста Квашеная капуста Морковь Лук Масло растительное Вода питьевая	4,40 11,00 62,92 11,00 10,56 4,40 187,00	4,40 11,00 44,00 8,80 8,80 4,40 187,00	1	4	6	6	73	
93	Плов из мяса	180	Говядина (категория) Рис Масло растительное Лук Морковь Томат-паста	90,00 46,80 7,20 9,90 13,50 4,50	66,60 46,80 7,20 8,10 10,80 4,50		14	31	31	316	
10	Компот из смеси сухофруктов	200	Сухофрукты (ассорти) Сахар Кислота лимонная пищевая Вода питьевая	20,00 20,00 0,20 200,00	50,00 20,00 0,20 200,00	2		31	31	128	
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	85	65	
Итого за Обед						18	23		85	635	
Итого за Полдник 15:30											
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200,00	200,00	1		20	20	92	
94	Блины со сметаной, или повидлом, или джемом	50	Мука пшеничная Сахар песок Вода Дрожжи (прессованные) Соль пищевая йодированная Маргарин Сметана	22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88	22,06 0,88 34,71 0,88 0,44 1,47 5,88		2	19	61		
Итого за Полдник						1	2	39	200,6	153	
Итого за день						32,4	40,4	200,6	200,6	1292,6	
Итого за Завтрак 1 08:30											
1	Каша овсяная молочная жидкая	250	Геркулес Молоко Вода питьевая Сахар	25,83 90,67 59,17 4,17	25,83 90,83 59,17 4,17	6	13	28	28	270	

НЕДЕЛЯ 3, день: понедельник от 4 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Б	Ж	
		1	3	4	5	6	7	8	9		
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200		211,00	200,00	6	5	10	108		
11	Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Завтрак 1						14	19	51	443		
Завтрак 2 10:30											
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	96		
Итого за Завтрак 2						1	2	21	96		
Обед 12:00											
97	Салат из белокочанной капусты и свеклы	60	Капуста белокочанная Свекла	48,00 28,80	38,40 23,04	1	6	3	71		
			Масло растительное Лимонная кислота 2%	6,00 3,00	6,00 3,00						
			Соль пищевая йодированная	0,15	0,15						
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	200	Чир Картофель Морковь Лук Пшено Укроп Петрушка Вода питьевая Соль пищевая йодированная	56,27 60,00 16,00 10,00 4,00 2,00 4,00 240,00 0,70	37,60 42,00 12,80 8,40 4,00 1,48 2,96 240,00 0,70	8	3	13	105		
			Курица Хлеб пшеничный Молоко или вода Внутренний жир Масло сливочное	61,60 7,20 10,40 1,60 4,00	29,60 7,20 10,40 1,60 4,00			8			
88	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	80	Сыр Макаронные изделия из муки в/с Морковь Горошек зеленый Томатное пюре Масло сливочное Соль пищевая йодированная Укроп Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	2,64 39,38 26,25 11,85 9,00 4,50 2,25 1,13 21,00 9,00 170,00	2,40 39,38 20,48 7,65 9,00 4,50 2,25 0,83 21,00 9,00 170,00	7	10	8	153		
98	Макаронны отварные с овощами	150	Укроп Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	2,64 39,38 26,25 11,85 9,00 4,50 2,25 1,13 21,00 9,00 170,00	2,40 39,38 20,48 7,65 9,00 4,50 2,25 0,83 21,00 9,00 170,00	5	3	26	155		
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
11	Хлеб пшеничный	30		30,00	30,00	2	1	13	65		
Итого за Обед						23	23	80	618		
Полдник 15:30											
99	Ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	50	Мука пшеничная Молоко Яйцо категории Д1 Сахар Дрожжи хлебопекарные Масло сливочное Масло растительное Мука пшеничная на подпыл Фарш творог	24,58 10,00 1,25 1,25 0,73 1,08 0,42 0,42 25,00	24,58 10,00 1,08 1,25 0,73 1,08 0,42 0,42 25,00	3	1	15	84		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
		1	3	4	5	6	7	8	9	
54	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	Соль пищевая йодированная	0,38	0,38					
	Итого за Поддник		Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4	4	5	68	
	Итого за день					7	5	20	152	
						45	49	172	1309	
НЕДЕЛЯ 3, день: вторник от 4 до 7 лет										
Завтрак 1 08:30										
102	Макарона, запеченные с сыром	200	Макаронные изделия из муки в/с	62,44	62,44					
			Масло сливочное	9,76	9,76					
			Сыр голландский	5,85	5,56	8	9	36	261	
			Соль пищевая йодированная	1,85	1,85					
			Масло растительное для смазки	2,93	2,93					
67	Яйцо вареное	40	Яйцо категория Д1	40,00	40,00	5	5		63	
			Чай заварка №375	50,00	50,00					
36	Чан с вареньем или медом	200	Варенье или мед	30,00	30,00			14	56	
			Вода питьевая	150,00	150,00					
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		66	
18	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	
	Итого за Завтрак 1					15	21	63	502	
	Завтрак 2									
23	Фрукты (груша)	100	Фрукты (груша)	17,76	16,00			10	46	
	Итого за Завтрак 2					0	0	10	46	
Обед 12:00										
103	Салат из свежих овощей «Витаминный» с растительным маслом	60	Томат	24,00	20,40					
			Огурцы	18,00	17,10					
			Салат кочаный	18,00	12,00	1	4	5	50	
			Лук зеленый	10,80	8,70					
			Масло растительное	4,20	4,20					
			Соль пищевая йодированная	0,15	0,15					
			Горошек зеленый консервированный	50,00	50,00					
			Морковь	6,25	6,25					
			Крупа рисовая	12,50	12,50					
104	Суп-пюре из зеленого горошка	250	Масло сливочное	5,00	5,00	4	6	17	137	
			Молоко	75,00	75,00					
			Сахар	1,25	1,25					
			Бульон или Вода	112,50	112,50					
			Говядина	64,00	47,27					
			Морковь	6,40	6,40					
			Картофель	32,36	24,36					
			Горошек зеленый консервированный	3,27	2,18					
			Томат-паста	2,40	2,40	7	6	5	107	
			Мука пшеничная	1,46	1,46					
			Лук	1,60	1,60					
			Масло сливочное	1,82	1,82					
			Овошной отвар или вода	-	20,73					
			Картофель	157,50	110,25					
53	Картофельное пюре	150	Молоко	42,00	42,00	4	5	8	124	
			масло сливочное	3,75	3,75					
			Соль пищевая йодированная	1,50	1,50					
			Сухофрукты (ассорти)	20,00	50,00					
			Сахар	20,00	20,00					
			Кислота лимонная пищевая	0,20	0,20	2		31	128	

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
		1		3	4	5	6	7	8	9
15	Биточки,рубленные из курицы	80	Соль пищевая йодированная Курица или филе курицы (полуфабрикат) Молоко или Вода питьевая Масло сливочное	0.58 98,00 60,00 21,00 21,00 3,00	0.58 59,00 59,00 21,00 21,00 3,00		12	7		190
41	Каша гречневая рассыпчатая	120	Гречневая крупа Вода питьевая Масло сливочное	55,20 84,00 4,80	55,20 84,00 4,80		6	7	40	158
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Соль пищевая йодированная Плоды ягоды быстрозамороженные Сахар Вода питьевая	21,00 9,00 170,00	21,00 9,00 170,00				17	69
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	92	65
Итого за Обед										
Подлник 15:30										
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности	372,00	360,00	4	4	4	7	108
			Мука пшеничная в/с +на подпыл	32,10	27,45					
			Сахар песок	10,70	10,68					
			Масло сливочное	6,42	5,39					
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50	Меланж Молоко Наatriй двууглекислый Шиповник сухая Соль пищевая йодированная	1,77 4,28 0,16 1,33 0,21	0,48 0,49 0,08 1,14 0,21	1	1	7	7	40
Итого за Подлник										
Итого за день										
Итого за Подлник										
Итого за день										
НЕДЕЛЯ 3, день: четверг от 4 до 7 лет										
Завтрак 1 08:30										
108	Каша с ягодами	200	Крупа (манная или рисовая) Ягоды (малина, клубника, черная или красная) Вода питьевая Сахар Масло сливочное	22,67 152,00 84,00 10,67 6,67	22,67 92,00 84,00 10,67 6,67		2	5	35	197
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Молоко	211,00	200,00	6	5	10	10	108
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7			66
18	Хлеб ржано- пшеничный	30	Хлеб ржано- пшеничный	30,00	30,00	2		13	56	66
Итого за Завтрак 1										
Завтрак 2 10:30										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00		0	0	10	47
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
109	Салат из капусты белокачанной и морской	60	Капуста белокачанная Морская капуста (консервированная) Масло растительное Лимонная кислота 2% Сахар песок Соль пищевая йодированная Свекла Капуста свежая Картофель Фасоль	62,40 12,00 4,80 3,00 1,80 0,15 48,30 24,15 12,80 9,65	49,92 12,00 4,80 3,00 1,80 0,15 38,65 19,33 9,65 9,65		1	5	4	62
Итого за Обед										
Итого за день										

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9	
110	Борщ сибирский	250	Морковь Лук репчатый Томатное пюре Кулинарный жир Чеснок Сахар песок Уксус 3% Вода питьевая Фрикадельки мясные №141(2010) Печень говяжья, охлажденная Вода питьевая Сметана 15% Масло сливочное Мука пшеничная в/с Соль пищевая йодированная Масло сливочное Рис Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	12,08 9,65 9,65 7,25 3,88 1,20 0,98 2,43 2,43 1,45 1,45 193,23 - 61,60 56,80 22,00 22,00 20,00 20,00 5,04 5,04 3,44 3,44 0,62 0,62 4,50 4,50 53,55 53,55 20,20 20,00 186,00 186,00 20,00 20,00 9,00 9,00 25,00 25,00 30,00	9,65 9,65 7,25 3,88 0,98 2,43 2,43 1,45 17,50	6	7	8	18	187	
27	Рис отварной	150	Рис	4,50	4,50	3	6	36	210		
34	Кисель детский витаминизированный	200	Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком Хлеб пшеничный	20,20 186,00 20,00 20,00 9,00 9,00 25,00 25,00 30,00	20,00 186,00 20,00 20,00 9,00 9,00 25,00 25,00 30,00			23	90		
11	Итого за обед	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	65		
	Полдник 15:30					25	28	99	749		
17	Фиточай	200	Сахар Смесь растительного сырья Вода питьевая	7,00 2,00 188,00	7,00 2,00 188,00			19	69		
62	Кеке "Столичный"	50	Мука пшеничная Сахар Масло сливочное Меланж Соль пищевая йодированная Изюм Пудра рафинированная Эссенция Сода пищевая	15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05 7,00 2,00 188,00 15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	15,60 11,70 11,70 9,36 0,05 0,05 11,70 0,55 0,05 0,05	1	2	28	98		
	Итого за Полдник					1	2	47	167		
	Итого за день					36	47	214	1390		

НЕДЕЛЯ 3. день: пятница от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30											
114	Омлет с зеленым горошком	120	Яйцо категории Д1 Молоко Мука пшеничная Горошек зеленый консервированный Масло сливочное	1,38 42,46 5,54 18,46 5,54	55,38 42,46 5,54 12,92 5,54	10	12	13	179		
56	Икра кабачковая для детского питания	60	Икра кабачковая для детского питания	63,00	60,00	1	3	5	47		
36	Чай с вареньем или медом	200	Чай заварка №375 Варенье или мед Вода питьевая	50,00 30,00 150,00	50,00 30,00 150,00			14	56		

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Итого за Обед										
Подлник 15:30										
12	Кисломолочный продукт (кефир)	200	Кисломолочный продукт(кефир)	207,20	200,00	6	6	8	8	118
	Мука пшеничная в/с +на подпыл			32,10	27,45					
	Сахар песок			10,70	10,68					
	Масло сливочное			6,42	5,39					
	Меланж			1,77	0,48					
	Молоко			4,28	0,49	1	2	13	13	100
	Натрий двууглекислый			0,16	0,08					
	Шиповник сухая			1,33	1,14					
	Соль пищевая йодированная			0,21	0,21					
Итого за Подлник										
Итого за день										
						7	8	21	21	218
						43	46	143	143	1237

НЕДЕЛЯ 4, день: понедельник от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30										
	Вода питьевая			168,00	168,00					
	Крупа пшеничная			52,00	52,00					
	Сахар			8,00	8,00					
116	Запеканка пшеничная	200	Яйцо категории Д1	7,80	6,80	7	2	44	44	223
	Сметана 15%			4,00	4,00					
	Сухари			4,00	4,00					
	Масло растительное			3,00	3,00					
	Чай заварка №375			50,00	50,00					
36	Чай с вареньем или медом	200	Варенье или мед	30,00	30,00				14	56
	Вода питьевая			150,00	150,00					
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13	13	65
4	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10,00	10,00		7		7	66
Итого за Завтрак 1										
Завтрак 2 10:30										
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21	21	96
Итого за Завтрак 2										
Обед 12:00										
117	Салат из картофеля с морской капустой и свеклой	100	Картофель	6,00	45,00					
			Капуста морская консервированная	20,20	20,00					
			Свекла	16,60	13,00					
			Морковь	10,00	8,00	2	5	12	12	101
			Лук репчатый	8,30	7,00					
			Масло растительное	5,00	5,00					
			Петрушка (зелень)	4,10	3,00					
			Чир	56,27	37,60					
			Картофель	60,00	42,00					
			Морковь	16,00	12,80					
			Лук	10,00	8,40					
			Пшено	4,00	4,00	8	3	13	13	105
			Укроп	2,00	1,48					
			Петрушка	4,00	2,96					
			Вода питьевая	240,00	240,00					
			Соль пищевая йодированная	0,70	0,70					
39	Суп рыбный (из натуральной рыбы)	200	Г овыдина	87,50	64,50					

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	Y	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
118	Гуляш из отварного мяса	80	Морковь Лук Томат-паста Масло сливочное Мука пшеничная Овощной отвар	9,50 8,50 3,00 2,50 2,00 -	7,50 7,00 3,00 2,50 26,50	11	8	3		125
53	Картофельное пюре	150	Молоко масло сливочное Соль пищевая йодированная	157,50 42,00 3,75	110,25 42,00 3,75	4	5	8		124
34	Кисель детский витаминизированный	200	Брусника Вода Сахар Крахмал картофельный Кисель с витаминами и пребиотиком	20,20 186,00 20,00 9,00 25,00	20,00 186,00 20,00 9,00 25,00			23		90
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65
Итого за Обед						27	22	72		610
Подлник 15:30										
29	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный	200	Сок детский овощной, фруктовый, ягодный Тесто для простых жареных пирожков №437.1	200,00 -	150,00 36,23	1		20		92
82	Варушка с джемом	50	Мука пшеничная Повидло Меланж Кулинарный жир	1,08 18,72 0,95 0,16	1,08 18,72 0,95 0,16	2	2	13		81
Итого за Подлник						3	2	33		173
Итого за день						40	36	197		1289

НЕДЕЛЯ 4, день: вторник от 4 до 7 лет

Завтрак 1 08:30										
85	Каша манная молочная	200	Крупа манная Молоко	44,00 46,00	44,00 46,00	8	7	34		236
2	Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	200	Вода питьевая Молоко	120,00 211,00	120,00 200,00	6	5	10		108
3	Лепешка якутская	40	Мука пшеничная В том числе на подпыл Простокваша или кефир Соль пищевая йодированная Простокваша или кефир	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00	12,00 0,60 35,00 0,40 1,00	3	4	20		130
49	Сметана 15%	5	масло сливочное Сметана 15%	0,60 5,00	0,60 5,00		1			8
Итого за Завтрак 1						17	17	64		482
Завтрак 2										
5	Фрукты (яблоки)	100	Яблоки	100,00	100,00	0	0	10		47
Итого за Завтрак 2						0	0	10		47
Обед 12:00										
38	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	Огурцы Масло растительное Соль пищевая йодированная Вода или бульон	116,31 - 0,50 190,00	93,00 6,50 0,50 190,00		7	2		67
			Яйцо категории Д1 Лепешка домашняя	18,40 16,00	16,10 16,00					

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

НЕДЕЛЯ 4, день: среда от 4 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)			
				брутто 4	нетто 5	Б	Ж	У	6	7		8	9	
83	Салат из свежих овощей с яблоками	100	3	Огурцы	20,00	20,00								
				Томат	28,20	24,00								
				Яблоки	34,30	24,00				6				72
				Салат	8,00	8,00								
				Масло растительное	5,00	5,00								
87	Суп картофельный с макаронными изделиями	200		Картофель	75,00	60,00								
				Макаронные изделия	8,00	8,00								
				Морковь	10,00	8,00	2							
				Лук репчатый	9,60	8,00		2						14
				Масло растительное	2,00	2,00								
				Вода	150,00	150,00								
				Печень говяжья, мороженая	42,00	34,86								
				Молоко пастеризованное 2,5%	35,00	35,00								
				Лук репчатый	14,70	12,32								
				Крупа рисовая	10,50	10,36								
123	Тефтели из печени с рисом	70		Яйцо категории Д1	6,72	5,88	9						118	
				Мука пшеничная высшего сорта	2,80	2,80				4				10
				Масло сливочное	2,80	2,80								
				Масло сливочное для смазывания форм	1,40	1,40								
				Соль пищевая йодированная	0,48	0,48								
				Масло сливочное	4,50	4,50								
				Рис	53,55	53,55	3							210
				Сухофрукты (ассорти)	20,00	50,00								
				Сахар	20,00	20,00								
				Кислота лимонная пищевая	0,20	0,20				2				
130	Бутерброд с сыром	20		Вода питьевая	200,00	200,00								
				Сыр Голландский 8%	7,18	6,60								
				Масло сливочное	3,40	3,40				5				76
				Пшеничный хлеб	10,00	10,00								
				Итого за Обед			18	23	102					688
Подлник														
54	Кисломолочный продукт(ряженка)	200		Кисломолочный продукт(ряженка)	205,56	200,00	4						68	
				Мука пшеничная высшего сорта	27,30	27,30				4				
				Масло сливочное	1,35	1,35								
				Яйцо категории Д1	1,48	1,48								
				Соль пищевая йодированная	0,25	0,25				2				138
124	Пирог открытый сладкий	50		Повидло	16,65	15,00								
				Масло растительное	0,15	0,15								
				Итого за Подлник			7	6	33					206
				Итого за день			40	54	193					1388
				НЕДЕЛЯ 4, день: четверг от 4 до 7 лет										
Завтрак 1 08:30														
125	Суп молочный с крупой	200		Молоко пастеризованное 2,5%	140,00	140,00								
				Вода питьевая	60,00	60,00								
				Крупа рисовая	12,00	11,88								
				Масло сливочное	2,00	2,00				5				130
				Сахар	1,60	1,60								
36	Чан с вареньем или медом	200		Соль пищевая йодированная	1,20	1,20								
				Чай заварка №375	50,00	50,00								
				Варенье или мед	30,00	30,00								
				Вода питьевая	150,00	150,00								
				Итого за день			14	14	56					56

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9	
49	Сметана 15%	1	3	4	5	6	7	8	9		
		2		5,00	5,00		1				
		5		12,00	12,00						
3	Лепешка якутская	40	В том числе на подпыл	0,60	0,60						
			Простокваша или кефир	35,00	35,00	3					
			Соль пищевая йодированная	0,40	0,40		4	20		130	
			Простокваша или кефир	1,00	1,00						
			масло сливочное	0,60	0,60						
	Итого за Завтрак 1					8	10	50		324	
	Завтрак 2 10:30										
50	Фрукты (бананы)	100	Бананы	167,00	100,00	1	2	21		96	
	Итого за Завтрак 2					1	2	21		96	
	Обед 12:00										
126	Салат из моркови с зеленым горошком	70	Морковь	49,00	38,22						
			Зеленый горошек (консервированный)	43,40	28,21	1	6	4		1	
			Масло растительное	5,60	5,60						
			Соль пищевая йодированная	0,18	0,18						
122	Суп-пюре из птицы	200	Курица	45,60	31,40						
			Крупа рисовая	10,00	10,00						
			Масло сливочное	4,00	4,00	8	10	10		159	
			Молоко	60,00	60,00						
			Бульон или вода	140,00	140,00						
			Говядина	81,36	59,76						
			Морковь	3,60	2,87						
			Лук репчатый	3,60	2,87						
127	Мясо, тушенное с картофелем по-домашнему	220	Жир топленый	3,60	3,60	9	8	10		277	
			Томатное пюре	8,63	8,63						
			Мука пшеничная	2,87	2,87						
			Картофель отварные	-	108,01						
			Флоды ягоды быстрозамороженные	21,00	21,00						
28	Напиток витаминизированный из местных ягод	200	Сахар	9,00	9,00			17		69	
			Вода питьевая	170,00	170,00						
11	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2	1	13		65	
	Итого за Обед					20	25	54		571	
	Полдник 15:30										
43	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	Йогурт 1,5% жирности	372,00	360,00	4	4	7		108	
			Мука пшеничная в/с+на подпыл	32,10	27,45						
			Сахар песок	10,70	10,68						
			Масло сливочное	6,42	5,39						
55	Печенье, витаминизированное с шиповником	50	Меланж	1,77	0,48	1	1	7		40	
			Молоко	4,28	0,49						
			Натрий двууглекислый	0,16	0,08						
			Шиповник сухая	1,33	1,14						
			Соль пищевая йодированная	0,21	0,21						
	Итого за Полдник					5	5	14		148	
	Итого за день					34	42	139		1139	
	Завтрак 1 08:30										
90	Каша кукурузная молочная жидкая	200	Крупа кукурузная	40,00	39,80						
			Вода	68,00	68,00						
			Молоко пастеризованная	100,00	100,00	6,4	6,4	37,6		233,6	
			Сахар	5,00	5,00						

НЕДЕЛЯ 4, день: пятница от 4 до 7 лет

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

№ рецептуры	Наименование блюда	№ порции	Набор продуктов	Масса, г		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
				брутто	нетто	Б	Ж	У	8	9
		1	3	4	5	6	7	8		
		2	Соль пищевая йодированная	0.44	0.44					
			Маргарин	1.47	1.47					
			Сметана	5.88	5.88					
Итого за Полдник						0	2	38		130
Итого за день						39,4	48,4	181,6		1290,6