

Государственное бюджетное общеобразовательное  
учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа № 29  
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области

28.02.2022г.

ПРИКАЗ

№ 304

**О введении основного (организованного) меню на весенний период  
для детей с 2-х до 3-х лет и детей с 3-х до 7 лет с 12-часовым режимом  
работы структурного подразделения  
«Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани**

В связи с разнообразием блюд

ПРИКАЗЫВАЮ:




1. Ввести в действие основное (организованное) меню на весенний период для детей с 2-х до 3-х лет и детей с 3-х до 7 лет с 12-ти часовым режимом работы структурного подразделения «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани с 01.03.2022г. (Приложение № 1).
2. Кладовщикам: Железновой Надежде Ивановне оформить заявки на продукты питания согласно утвержденному меню.
3. Старшей медицинской сестре Глуховой Тамаре Владимировне осуществлять:
  - строгий контроль за качеством полученной продукции и наличием сертификатов на нее;
  - контроль за качеством приготавливаемой пищи;
  - контроль за бракеражем скоропортящихся продуктов;
  - вести ведомость контроля за рационом питания отдельно для каждой возрастной категории.
4. Контроль за исполнением приказа возложить на заведующего структурным подразделением Дорофееву О.В

Директор



М.А. Шапошникова

С приказом ознакомлены:

Ф.И.О.	Дата	Подпись
Н.И. Железнова	28.02.2022г.	
О.В. Дорофеева	28.02.2022г.	
Т.В. Глухова	28.02.2022г.	

СОГЛАСОВАНО:

Родительским комитетом

Председатель родительского комитета

Иванова И.А.  
«28» февраля 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани  
М.А. Шапошникова  
приказ от «28» февраля 2022 г. № 304



Основное (организованное) меню  
на весенний период  
для детей с 2-х до 3-х лет и детей с 3-х до 7 лет  
с 12-ти часовым режимом работы  
структурного подразделения «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани

ПОНЕДЕЛЬНИК - НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша гречневая рассыпчатая с сахаром и маслом сливочным</b>	<b>130/160</b>	<b>3,8/4,9</b>	<b>5,1/5,4</b>	<b>21,7/29,87</b>	<b>143/183</b>	<b>-</b>	<b>№179</b>
крупя гречневая	30/40						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/180</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>7/8</b>	<b>21/25</b>	<b>-</b>	<b>№411</b>
чай	0,8/1,0						
сахар	7/8						
<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>35/40</b>	<b>1,5/2,3</b>	<b>3,4/4,4</b>	<b>9,7/14,6</b>	<b>78/108</b>	<b>-</b>	<b>№1</b>
батон	30/35						
масло сливочное	5/5						
<b>ИТОГО:</b>	<b>315/380</b>	<b>5,3/7,2</b>	<b>8,5/9,8</b>	<b>38,4/52,5</b>	<b>242/316</b>	<b>-</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<b>Кондитерское изделие (печенье)</b>	<b>20/30</b>	<b>1,4/2,1</b>	<b>2,2/3,3</b>	<b>14,8/22,2</b>	<b>84,6/126,9</b>	<b>-</b>	<b>№7</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>140/170</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>5,4/7,1</b>	<b>18,9/27,5</b>	<b>144,6/196,9</b>	<b>1,0/1,1</b>	
<i>обед</i>							
<b>Салат из репчатого лука</b>	<b>30/40</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>1,6/2,0</b>	<b>4,2/5,2</b>	<b>34/40</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№11</b>
лук репчатый	40/50						
масло растительное	2/3						
<b>Щи из свежей капусты с картофелем и мясом</b>	<b>150/180</b>	<b>7,4/9,2</b>	<b>11,8/16,1</b>	<b>18,8/22,4</b>	<b>220/275</b>	<b>10,1/16,8</b>	<b>№73</b>
говядина	30/40						
картофель	70/80						
капуста белокочанная	40/50						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
томатная паста	3/3						
зелень петрушки	5/5						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						

сметана	10/12						
<b>Бефстроганов из печени</b>	<b>60/90</b>	<b>12,8/17,1</b>	<b>5,4/7,8</b>	<b>6,1/8,2</b>	<b>162/215</b>	<b>0,26/0,52</b>	<b>№294, №372</b>
печень говяжья	60/80						
мука пшеничная	2/2						
масло растительное	2/3						
масло сливочное	2/3						
сметана	15/20						
лук репчатый	10/15						
морковь	10/15						
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>80/100</b>	<b>2,6/3,7</b>	<b>2,8/4,5</b>	<b>17,1/23,6</b>	<b>138/187</b>	<b>-</b>	<b>№218</b>
макаронные изделия	25/35						
масло сливочное	3/4						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>490/610</b>	<b>24,9/33</b>	<b>22,1/31</b>	<b>77,9/97,3</b>	<b>693/884</b>	<b>14,8/23,4</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Сырники из творога</b>	<b>100/130</b>	<b>13,7/20,6</b>	<b>12,5/15,4</b>	<b>25,3/29,2</b>	<b>280/345</b>	<b>0,31/0,43</b>	<b>№245</b>
творог	70/100						
мука пшеничная	20/25						
яйцо	1/5						
сахар	10/10						
масло сливочное	5/5						
масло растительное	1/1						
<b>Соус вишневый</b>	<b>30/50</b>	<b>0,13/0,17</b>	<b>0,07/0,1</b>	<b>12,6/16,5</b>	<b>50,7/66,2</b>	<b>0,2/0,3</b>	<b>№376</b>
вишня	15/20						
сахар	7/8						
крахмал	5/8						
<b>Молоко кипяченое</b>	<b>150/180</b>	<b>4,3/5,2</b>	<b>3,8/4,8</b>	<b>7,1/8,5</b>	<b>89/106</b>	<b>0,3/0,5</b>	<b>№419</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>280/360</b>	<b>18,13/25,97</b>	<b>16,37/20,3</b>	<b>45/54,2</b>	<b>420/517</b>	<b>0,8/1,2</b>	
<b>Итого за первый день:</b>		<b>53/72</b>	<b>52/68</b>	<b>180/232</b>	<b>1500/1914</b>	<b>17/26</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

**ВТОРНИК - НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2**

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Омлет натуральный</b>	<b>80/120</b>	<b>6,5/9,1</b>	<b>7,3/10,6</b>	<b>2,1/2,8</b>	<b>102/147</b>	<b>0,2/0,3</b>	<b>№229</b>
яйцо	1 - 1,5 шт						
молоко	40/50						
масло сливочное	2/3						
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/170</b>	<b>2,3/3,8</b>	<b>3,8/4,3</b>	<b>12,1/16,2</b>	<b>119/126</b>	<b>0,98/1,17</b>	<b>№414</b>
кофейный напиток	2,5/3,0						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>40/50</b>	<b>3,6/4,2</b>	<b>2,8/3,4</b>	<b>15,3/17,8</b>	<b>115/146</b>	<b>0,06/0,07</b>	<b>№3</b>
батон	30/35						
сыр	10/15						
<b>ИТОГО:</b>	<b>270/340</b>	<b>12,4/17,1</b>	<b>13,9/18,3</b>	<b>29,5/36,8</b>	<b>336/419</b>	<b>1,24/1,54</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Икра морковная</b>	<b>30/50</b>	<b>0,74/1,18</b>	<b>3,1/4,2</b>	<b>4,42/7,65</b>	<b>47,2/70,46</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№55</b>
морковь	30/50						
лук репчатый	5/10						
томатная паста	5/7						
масло растительное	3/4						
сахар	1/2						
<b>Суп картофельный с вермишелью на к/б</b>	<b>150/180</b>	<b>1,6/2,15</b>	<b>1,7/2,27</b>	<b>10,2/13,7</b>	<b>63/84</b>	<b>4,95/6,5</b>	<b>№88</b>
картофель	70/80						
вермишель	10/15						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						
<b>Капуста тушеная с курицей</b>	<b>100/130</b>	<b>7,2/9,3</b>	<b>8,7/10,4</b>	<b>11,5/13,7</b>	<b>171/208,5</b>	<b>17/22</b>	<b>№144</b>

куры	40/50						
капуста белокочанная	130/150						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
масло растительное	3/4						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	-	
<b>ИТОГО:</b>	<b>450/560</b>	<b>11,4/15,3</b>	<b>13,9/17,5</b>	<b>57,8/72,9</b>	<b>420/530</b>	<b>22/29</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Рыба, запеченная с картофелем</b>	<b>140/160</b>	<b>14,2/18,1</b>	<b>7,3/8,6</b>	<b>13,4/18,3</b>	<b>221/250</b>	<b>0,34/0,45</b>	<b>№264</b>
свежая рыба (минтай)	60/70						
картофель	120/140						
молоко	30/40						
яйцо	1/2						
масло сливочное	4/5						
<b>Чай с лимоном</b>	<b>150/180</b>	<b>0,1/0,2</b>	<b>0,01/0,02</b>	<b>7,6/8,2</b>	<b>41/52</b>	<b>1,8/2,6</b>	<b>№412</b>
чай	0,8/1,0						
сахар	7/8						
лимон	2/2						
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40/50</b>	<b>2,43/3,2</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>19,6/25,3</b>	<b>94/117</b>	-	
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>425/490</b>	<b>17,1/22</b>	<b>8/9,5</b>	<b>50,4/62</b>	<b>401/466</b>	<b>16/23</b>	
<i>Итого за второй день:</i>		<b>43/58</b>	<b>39/49</b>	<b>142/177</b>	<b>1217/1485</b>	<b>40/55</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

## СРЕДА - НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша геркулесовая вязкая молочная</b>	<b>150/180</b>	<b>5,87/6,7</b>	<b>9,5/10,13</b>	<b>24,2/27,96</b>	<b>193,3/214,2</b>	-	<b>№182</b>
молоко	130/140						
геркулес	20/25						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>1,1/1,26</b>	<b>1,5/1,8</b>	<b>12,8/17,6</b>	<b>87/104</b>	-	<b>№416</b>
какао - порошок	1,3/1,5						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>35/40</b>	<b>1,5/2,3</b>	<b>3,4/4,4</b>	<b>9,7/14,6</b>	<b>78/108</b>	-	<b>№1</b>
батон	30/35						
масло сливочное	5/5						
<b>ИТОГО:</b>	<b>335/400</b>	<b>8,5/10,3</b>	<b>14,4/16,3</b>	<b>46,7/60,2</b>	<b>358/426</b>	-	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Салат из свеклы</b>	<b>40/50</b>	<b>0,5/0,8</b>	<b>2,0/3,2</b>	<b>3,5/5</b>	<b>42/56</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№34</b>
свекла	50/60						
масло растительное	2/3						
<b>Суп картофельный с гренками на м/б</b>	<b>150/180</b>	<b>2,98/3,5</b>	<b>5,3/7,2</b>	<b>17,5/20,2</b>	<b>124/154</b>	<b>4,7/7,8</b>	<b>№83</b>
картофель	80/90						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						
хлеб пшеничный (гренки)	30/35	<b>1,62/1,7</b>	<b>0,1/0,2</b>	<b>6,8/10,2</b>	<b>35/52</b>	-	<b>№123</b>
<b>Пирожок печенный с мясом</b>	<b>120/140</b>	<b>18,76/24,92</b>	<b>8,5/11,48</b>	<b>43,7/51,34</b>	<b>298,8/361,8</b>	<b>0,35/0,62</b>	<b>№437/ №494</b>

говядина	60/70						
мука пшеничная	50/60						
дрожжи	1,0/1,2						
молоко	30/35						
яйцо	1/8						
масло сливочное	5/6						
масло растительное	3/4						
сахар	2/3						
лук репчатый	10/10						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>480/570</b>	<b>25,8/33,6</b>	<b>16,4/22,7</b>	<b>103,2/124,6</b>	<b>638/791</b>	<b>10/14,5</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Запеканка из творога с маслом сливочным</b>	<b>120/150</b>	<b>11,3/15,8</b>	<b>9,1/11,0</b>	<b>15,5/21,5</b>	<b>195/265</b>	<b>0,35/0,55</b>	<b>№251</b>
творог	70/100						
молоко	30/35						
яйцо	1/2 шт						
сметана	5/6						
масло сливочное	2/2						
масло растительное	1/1						
крупа манная	5/10						
сахар	8/10						
<b>Сок фруктовый</b>	<b>200/200</b>	<b>0,8</b>	<b>-</b>	<b>19,6</b>	<b>84</b>	<b>3,6</b>	<b>№418</b>
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>415/450</b>	<b>12,5/17,1</b>	<b>9,5/11,5</b>	<b>44,9/51,3</b>	<b>324/396</b>	<b>18/24</b>	
<i>Итого за третий день:</i>		<b>50/65</b>	<b>44/54</b>	<b>199/241</b>	<b>1380/1683</b>	<b>29/40</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						



ЧЕТВЕРГ - НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша манная вязкая молочная</b>	<b>150/180</b>	<b>5,72/6,24</b>	<b>8,4/8,54</b>	<b>25,8/29,5</b>	<b>198/214,7</b>		<b>№182</b>
молоко	130/140						
крупа манная	20/25						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/170</b>	<b>2,3/3,8</b>	<b>3,8/4,3</b>	<b>12,1/16,2</b>	<b>119/126</b>	<b>0,98/1,17</b>	<b>№414</b>
кофейный напиток	2,5/3,0						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>40/50</b>	<b>3,6/4,2</b>	<b>2,8/3,4</b>	<b>15,3/17,8</b>	<b>115/146</b>	<b>0,06/0,07</b>	<b>№3</b>
батон	30/35						
сыр	10/15						
<b>ИТОГО:</b>	<b>340/400</b>	<b>11,6/14,2</b>	<b>15/16,2</b>	<b>53,2/63,5</b>	<b>432/486</b>	<b>1,04/1,24</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Салат из репчатого лука</b>	<b>30/40</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>1,6/2,0</b>	<b>4,2/5,2</b>	<b>34/40</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№11</b>
лук репчатый	40/50						
масло растительное	2/3						
<b>Борщ на к/б</b>	<b>150/180</b>	<b>4,3/5,7</b>	<b>5,4/8,5</b>	<b>18,1/24,3</b>	<b>172/218</b>	<b>9,15/11,8</b>	<b>№63</b>
картофель	65/75						
капуста белокочанная	40/50						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
свекла	40/50						
томатная паста	3/3						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
сметана	10/12						
<b>Суфле куриное с рисом</b>	<b>100/130</b>	<b>18,3/20,6</b>	<b>19/21,5</b>	<b>11/16</b>	<b>289/341</b>	<b>0,03/0,05</b>	<b>№327</b>
куры	70/80						

крупа рисовая	10/15						
яйцо	1/2						
молоко	40/50						
лук репчатый	10/15						
масло сливочное	3/4						
масло растительное	1/1						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>450/550</b>	<b>24,7/29,2</b>	<b>24,9/30,7</b>	<b>61,7/79,4</b>	<b>605/732</b>	<b>12/15</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Салат из картофеля с огурцами солеными</b>	<b>40/60</b>	<b>0,8/1,1</b>	<b>2,1/3,2</b>	<b>5,6/7,8</b>	<b>43/62</b>	<b>5,4/8,1</b>	<b>№16</b>
картофель	20/30						
морковь	10/15						
огурец сол.	15/20						
лук репчатый	10/10						
масло растительное	2/3						
<b>Биточки рыбные запеченные</b>	<b>60/80</b>	<b>7,2/10,1</b>	<b>3,4/3,6</b>	<b>5,3/8</b>	<b>112/136</b>	<b>0,37/0,42</b>	<b>№271</b>
свежая рыба (минтай)	80/100						
масло сливочное	2/3						
масло растительное	1/1						
яйцо	1/5						
мука пшеничная	2/2						
лук репчатый	10/10						
хлеб пшеничный	10/15						
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/180</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>7/8</b>	<b>21/25</b>	<b>-</b>	<b>№411</b>
чай	0,8/1,0						
сахар	7/8						
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40/50</b>	<b>2,43/3,2</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>19,6/25,3</b>	<b>94/117</b>	<b>-</b>	
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>385/470</b>	<b>10,8/14,9</b>	<b>6,2/7,7</b>	<b>47,3/59,3</b>	<b>315/387</b>	<b>20/28</b>	
<b>Итого за четвертый день:</b>		<b>50/62</b>	<b>49/58</b>	<b>166/208</b>	<b>1412/1675</b>	<b>34/45</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

**ПЯТНИЦА - НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5**

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша пшениная вязкая молочная</b>	<b>150/180</b>	<b>4,96/5,82</b>	<b>8,95/9,43</b>	<b>25/28,9</b>	<b>202/225,5</b>		<b>№182</b>
молоко	130/140						
пшено	20/25						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>1,1/1,26</b>	<b>1,5/1,8</b>	<b>12,8/17,6</b>	<b>87/104</b>	-	<b>№416</b>
какао - порошок	1,3/1,5						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>35/40</b>	<b>1,5/2,3</b>	<b>3,4/4,4</b>	<b>9,7/14,6</b>	<b>78/108</b>	-	<b>№1</b>
батон	30/35						
масло сливочное	5/5						
<b>ИТОГО:</b>	<b>335/400</b>	<b>7,6/9,4</b>	<b>13,9/15,6</b>	<b>47,5/61,1</b>	<b>367/437,5</b>	-	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Свекла отварная порционно</b>	<b>30/40</b>	<b>0,6/0,8</b>	<b>-</b>	<b>3,5/4,4</b>	<b>16/20</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№35</b>
свекла	40/50						
<b>Рассольник на м/б</b>	<b>150/180</b>	<b>2,68/5,12</b>	<b>3,58/5,63</b>	<b>9,13/10,24</b>	<b>174/216</b>	<b>4,12/5,5</b>	<b>№80</b>
картофель	70/80						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
крупа перловая	12/15						
огурец сол.	15/20						
зелень петрушки	5/5						
томатная паста	3/3						
масло сливочное	2/3						
масло растительное	3/4						
сметана	10/12						
<b>Тефтели мясные</b>	<b>70/80</b>	<b>8,54/11,33</b>	<b>9,55/12,53</b>	<b>11,18/14,19</b>	<b>165/215</b>	<b>0,79/1,05</b>	<b>№303</b>
говядина	80/90						

масло растительное	1/1						
яйцо	1/5						
лук репчатый	20/25						
морковь	15/20						
мука пшеничная	2/2						
хлеб пшеничный	10/15						
<b>Пюре картофельное</b>	<b>100/120</b>	<b>2,1/3,5</b>	<b>0,8/1,2</b>	<b>14,7/22</b>	<b>145/164</b>	<b>3,7/5,5</b>	<b>№339</b>
картофель	120/140						
молоко	20/25						
масло сливочное	5/5						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>520/620</b>	<b>15,8/23,4</b>	<b>14,4/20</b>	<b>70,2/88,7</b>	<b>639/782</b>	<b>13/18</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Булочка домашняя</b>	<b>120/140</b>	<b>4,2/8,4</b>	<b>4,8/9,6</b>	<b>33,2/53,8</b>	<b>194/286</b>	<b>-</b>	<b>№452</b>
мука пшеничная	50/60						
дрожжи	1,0/1,2						
молоко	30/35						
яйцо	1/8						
масло сливочное	5/5						
масло растительное	3/4						
сахар	10/10						
<b>Сок фруктовый</b>	<b>200/200</b>	<b>0,8</b>	<b>-</b>	<b>19,6</b>	<b>84</b>	<b>3,6</b>	<b>№418</b>
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>415/440</b>	<b>5,4/9,7</b>	<b>5,2/10,1</b>	<b>62,6/83,6</b>	<b>323/417</b>	<b>17,6/23,6</b>	
<b>Итого за пятый день:</b>		<b>32/46</b>	<b>37/50</b>	<b>184/239</b>	<b>1389/1707</b>	<b>32/43</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

ПОНЕДЕЛЬНИК - НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша гречневая рассыпчатая с сахаром и маслом сливочным</b>	<b>130/160</b>	<b>3,8/4,9</b>	<b>5,1/5,4</b>	<b>21,7/29,87</b>	<b>143/183</b>	<b>-</b>	<b>№179</b>
крупa гречневая	30/40						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/180</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>7/8</b>	<b>21/25</b>	<b>-</b>	<b>№411</b>
чай	0,8/1,0						
сахар	7/8						
<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>35/40</b>	<b>1,5/2,3</b>	<b>3,4/4,4</b>	<b>9,7/14,6</b>	<b>78/108</b>	<b>-</b>	<b>№1</b>
батон	30/35						
масло сливочное	5/5						
<b>ИТОГО:</b>	<b>315/380</b>	<b>5,3/7,2</b>	<b>8,5/9,8</b>	<b>38,4/52,5</b>	<b>242/316</b>	<b>-</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	120/140	2,8/3,6	3,2/3,8	4,1/5,3	60/70	1,0/1,1	<b>№420</b>
<b>Кондитерское изделие (вафли)</b>	20/30	0,6/0,9	0,4/0,6	16,2/24,3	70,8/106,2	<b>-</b>	<b>№7</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>140/170</b>	<b>3,4/4,5</b>	<b>3,6/4,4</b>	<b>20,3/29,6</b>	<b>130,8/176,2</b>	<b>1,0/1,1</b>	
<i>обед</i>							
<b>Салат из репчатого лука</b>	<b>30/40</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>1,6/2,0</b>	<b>4,2/5,2</b>	<b>34/40</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№11</b>
лук репчатый	40/50						
масло растительное	2/3						
<b>Щи из свежей капусты с картофелем и мясом</b>	<b>150/180</b>	<b>7,4/9,2</b>	<b>11,8/16,1</b>	<b>18,8/22,4</b>	<b>220/275</b>	<b>10,1/16,8</b>	<b>№73</b>
говядина	30/40						
картофель	70/80						
капуста белокочанная	40/50						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
томатная паста	3/3						
зелень петрушки	5/5						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						

сметана	10/12						
<b>Суфле из печени с рисом</b>	<b>120/150</b>	<b>14,5/19,3</b>	<b>9,7/11,5</b>	<b>14,5/19,9</b>	<b>258/316</b>	<b>10,5/11,3</b>	<b>№297</b>
печень говяжья	60/80						
масло сливочное	3/4						
масло растительное	1/1						
молоко	40/50						
яйцо	1 шт						
мука пшеничная	5/6						
крупа рисовая	10/15						
лук репчатый	10/10						
морковь	10/15						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	-	
<b>ИТОГО:</b>	<b>470/570</b>	<b>24,1/31,5</b>	<b>23,6/30,2</b>	<b>69,2/85,4</b>	<b>651/798</b>	<b>25/34</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Запеканка из творога</b>	<b>120/150</b>	<b>11,3/15,8</b>	<b>9,1/11</b>	<b>15,5/21,5</b>	<b>195/265</b>	<b>0,35/0,55</b>	<b>№251</b>
творог	70/100						
молоко	30/35						
яйцо	1/2 шт						
сметана	5/6						
масло сливочное	2/2						
масло растительное	1/1						
крупа манная	5/10						
сахар	8/10						
<b>Соус вишневый</b>	<b>30/50</b>	<b>0,13/0,17</b>	<b>0,07/0,1</b>	<b>12,6/16,5</b>	<b>50,7/66,2</b>	<b>0,2/0,3</b>	<b>№376</b>
вишня	15/20						
сахар	7/8						
крахмал	5/8						
<b>Молоко кипяченое</b>	<b>150/180</b>	<b>4,3/5,2</b>	<b>3,8/4,8</b>	<b>7,1/8,5</b>	<b>89/106</b>	<b>0,3/0,5</b>	<b>№419</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>300/380</b>	<b>15,7/21,2</b>	<b>12,9/15,9</b>	<b>35,2/46,5</b>	<b>335/437</b>	<b>0,8/1,4</b>	
<b>Итого за шестой день:</b>		<b>49/64</b>	<b>49/60</b>	<b>163/214</b>	<b>1359/1727</b>	<b>27/37</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

**ВТОРНИК - НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7**

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша манная вязкая молочная</b>	<b>150/180</b>	<b>5,72/6,24</b>	<b>8,4/8,54</b>	<b>25,8/29,5</b>	<b>198/214,7</b>		<b>№182</b>
молоко	130/140						
крупа манная	20/25						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/170</b>	<b>2,3/3,8</b>	<b>3,8/4,3</b>	<b>12,1/16,2</b>	<b>119/126</b>	<b>0,98/1,17</b>	<b>№414</b>
кофейный напиток	2,5/3,0						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>40/50</b>	<b>3,6/4,2</b>	<b>2,8/3,4</b>	<b>15,3/17,8</b>	<b>115/146</b>	<b>0,06/0,07</b>	<b>№3</b>
батон	30/35						
сыр	10/15						
<b>ИТОГО:</b>	<b>340/400</b>	<b>11,6/14,2</b>	<b>15/16,2</b>	<b>53,2/63,5</b>	<b>432/487</b>	<b>1/1,2</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Салат из свеклы</b>	<b>40/50</b>	<b>0,5/0,8</b>	<b>2,0/3,2</b>	<b>3,5/5</b>	<b>42/56</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№34</b>
свекла	50/60						
масло растительное	2/3						
<b>Суп картофельный с бобовыми на к/б</b>	<b>150/180</b>	<b>5,1/7,3</b>	<b>5,8/7,9</b>	<b>17,2/22,1</b>	<b>180/227</b>	<b>4,8/6,1</b>	<b>№87</b>
горох лущеный или фасоль	15/20						
картофель	70/80						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						
<b>Жаркое по-домашнему с курицей</b>	<b>120/140</b>	<b>11,6/14,1</b>	<b>10,2/12,4</b>	<b>17,3/21,5</b>	<b>247/314</b>	<b>5,3/6,7</b>	<b>№335</b>
куры	40/50						
картофель	120/140						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						

масло сливочное	4/5						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>480/570</b>	<b>19,1/24,8</b>	<b>18,5/24</b>	<b>70/87</b>	<b>608/764</b>	<b>15/19</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Рыба, запеченная в омлете</b>	<b>130/150</b>	<b>12,6/17,5</b>	<b>11,8/16,5</b>	<b>2,2/2,8</b>	<b>201/275</b>	<b>0,13/0,24</b>	<b>№263</b>
свежая рыба (горбуша)	70/90						
молоко	40/50						
яйцо	1 - 1,5 шт						
масло сливочное	2/3						
<b>Чай с лимоном</b>	<b>150/180</b>	<b>0,1/0,2</b>	<b>0,01/0,02</b>	<b>7,6/8,2</b>	<b>41/52</b>	<b>1,8/2,6</b>	<b>№412</b>
чай	0,8/1,0						
сахар	7/8						
лимон	2/2						
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40/50</b>	<b>2,43/3,2</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>19,6/25,3</b>	<b>94/117</b>	<b>-</b>	
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>415/480</b>	<b>15,5/21,4</b>	<b>12,5/17,4</b>	<b>39/47</b>	<b>381/491</b>	<b>16/23</b>	
<b>Итого за седьмой день:</b>		<b>49/64</b>	<b>49/61</b>	<b>166/203</b>	<b>1481/1812</b>	<b>33/44</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						



## СРЕДА - НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша геркулесовая вязкая молочная</b>	<b>150/180</b>	<b>5,87/6,7</b>	<b>9,5/10,13</b>	<b>24,2/27,96</b>	<b>193,3/214,2</b>	-	<b>№182</b>
молоко	130/140						
геркулес	20/25						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>1,1/1,26</b>	<b>1,5/1,8</b>	<b>12,8/17,6</b>	<b>87/104</b>	-	<b>№416</b>
какао - порошок	1,3/1,5						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>35/40</b>	<b>1,5/2,3</b>	<b>3,4/4,4</b>	<b>9,7/14,6</b>	<b>78/108</b>	-	<b>№1</b>
батон	30/35						
масло сливочное	5/5						
<b>ИТОГО:</b>	<b>335/400</b>	<b>8,5/10,3</b>	<b>14,4/16,3</b>	<b>46,7/60,2</b>	<b>358/426</b>	-	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Икра морковная</b>	<b>30/50</b>	<b>0,74/1,18</b>	<b>3,1/4,2</b>	<b>4,42/7,65</b>	<b>47,2/70,46</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№55</b>
морковь	30/50						
лук репчатый	5/10						
томатная паста	5/7						
масло растительное	3/4						
сахар	1/2						
<b>Суп картофельный с гречками на м/б</b>	<b>150/180</b>	<b>2,98/3,5</b>	<b>5,3/7,2</b>	<b>17,5/20,2</b>	<b>124/154</b>	<b>4,7/7,8</b>	<b>№83</b>
картофель	80/90						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						
хлеб пшеничный (гречки)	30/35	1,62/1,7	0,1/0,2	6,8/10,2	35/52	-	<b>№123</b>

<b>Тефтели мясные</b>	<b>70/80</b>	<b>8,54/11,33</b>	<b>9,55/12,53</b>	<b>11,18/14,19</b>	<b>165/215</b>	<b>0,79/1,05</b>	<b>№303</b>
говядина	80/90						
масло растительное	1/1						
яйцо	1/5						
лук репчатый	20/25						
морковь	15/20						
мука пшеничная	2/2						
хлеб пшеничный	10/15						
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>80/100</b>	<b>2,6/3,7</b>	<b>2,8/4,5</b>	<b>17,1/23,6</b>	<b>138/187</b>	<b>-</b>	<b>№218</b>
макаронные изделия	25/35						
масло сливочное	3/4						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>500/610</b>	<b>18,1/24</b>	<b>21,3/29</b>	<b>88,7/113,7</b>	<b>648/846</b>	<b>6/10</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Ватрушка с творогом</b>	<b>130/150</b>	<b>14,82/20,68</b>	<b>6,98/10,22</b>	<b>29,72/34,42</b>	<b>237/348,4</b>	<b>0,04/0,05</b>	<b>№441/ №501</b>
мука пшеничная	50/60						
молоко	30/35						
яйцо	1/3						
творог	30/40						
дрожжи	1,0/1,2						
масло сливочное	5/5						
масло растительное	3/3						
сахар	8/10						
<b>Сок фруктовый</b>	<b>200/200</b>	<b>0,8</b>	<b>-</b>	<b>19,6</b>	<b>84</b>	<b>3,6</b>	<b>№418</b>
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>425/450</b>	<b>16/21,9</b>	<b>7,4/10,7</b>	<b>59,1/64,2</b>	<b>366/479</b>	<b>17,6/23,7</b>	
<b>Итого за восьмой день:</b>		<b>45/60</b>	<b>46/60</b>	<b>199/243</b>	<b>1432/1821</b>	<b>25/35</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

**ЧЕТВЕРГ - НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9**

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Суп молочный с вермишелью</b>	<b>150/180</b>	<b>4,31/5,75</b>	<b>3,9/5,2</b>	<b>14,12/18,83</b>	<b>108,9/145,2</b>		<b>№100</b>
молоко	130/140						
вермишель	10/15						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/170</b>	<b>2,3/3,8</b>	<b>3,8/4,3</b>	<b>12,1/16,2</b>	<b>119/126</b>	<b>0,98/1,17</b>	<b>№414</b>
кофейный напиток	2,5/3,0						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>40/50</b>	<b>3,6/4,2</b>	<b>2,8/3,4</b>	<b>15,3/17,8</b>	<b>115/146</b>	<b>0,06/0,07</b>	<b>№3</b>
батон	30/35						
сыр	10/15						
<b>ИТОГО:</b>	<b>340/400</b>	<b>10,2/13,8</b>	<b>10,5/12,9</b>	<b>41,5/52,8</b>	<b>343/417</b>	<b>1,0/1,2</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Салат из репчатого лука</b>	<b>30/40</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>1,6/2,0</b>	<b>4,2/5,2</b>	<b>34/40</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№11</b>
лук репчатый	40/50						
масло растительное	2/3						
<b>Борщ на к/б</b>	<b>150/180</b>	<b>4,3/5,7</b>	<b>5,4/8,5</b>	<b>18,1/24,3</b>	<b>172/218</b>	<b>9,15/11,8</b>	<b>№63</b>
картофель	65/75						
капуста белокочанная	40/50						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
свекла	40/50						
томатная паста	3/3						
масло растительное	3/4						
масло сливочное	2/3						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
сметана	10/12						
<b>Плов из курицы</b>	<b>120/140</b>	<b>9,6/12,3</b>	<b>6,5/7,4</b>	<b>14,7/18,4</b>	<b>194/234</b>	<b>0,03/0,05</b>	<b>№321</b>

куры	40/50						
крупа рисовая	30/40						
лук репчатый	15/20						
морковь	20/25						
масло сливочное	5/6						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	-	
<b>ИТОГО:</b>	<b>470/560</b>	<b>16,1/21</b>	<b>14/18,5</b>	<b>68,7/85,8</b>	<b>539/659</b>	<b>13,6/18</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Сельдь соленая (порциями)</b>	<b>25/25</b>	<b>4,85</b>	<b>3,8</b>	-	<b>54,25</b>	-	<b>№6</b>
Сельдь соленая	25/25						
<b>Пюре картофельное</b>	<b>100/120</b>	<b>2,1/3,5</b>	<b>0,8/1,2</b>	<b>14,7/22</b>	<b>145/164</b>	<b>3,7/5,5</b>	<b>№339</b>
картофель	120/140						
молоко	20/25						
масло сливочное	5/5						
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/180</b>	-	-	<b>7/8</b>	<b>21/25</b>	-	<b>№411</b>
чай	0,8/1,0						
сахар	7/8						
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40/50</b>	<b>2,43/3,2</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>19,6/25,3</b>	<b>94/117</b>	-	
<b>Фрукт</b>	<b>95/100</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>0,4/0,5</b>	<b>9,8/10,2</b>	<b>44,5/47</b>	<b>14/20</b>	<b>№386</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>410/475</b>	<b>10/12</b>	<b>5,3/6</b>	<b>51/66</b>	<b>358/407</b>	<b>18/26</b>	
<i>Итого за девятый день:</i>		<b>39/50</b>	<b>33/41</b>	<b>165/210</b>	<b>1300/1553</b>	<b>34/46</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

ПЯТНИЦА - НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества(г)			энергетич. ценность (ккал)	вит. С	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
<i>завтрак</i>							
<b>Каша пшенная вязкая молочная</b>	<b>150/180</b>	<b>5,96/6,82</b>	<b>8,95/9,43</b>	<b>25/28,9</b>	<b>202/225,5</b>	<b>-</b>	<b>№182</b>
молоко	130/140						
пшено	20/25						
сахар	3/5						
масло сливочное	5/5						
<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>1,1/1,26</b>	<b>1,5/1,8</b>	<b>12,8/17,6</b>	<b>87/104</b>	<b>-</b>	<b>№416</b>
какао - порошок	1,3/1,5						
молоко	120/130						
сахар	8/10						
<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>35/40</b>	<b>1,5/2,3</b>	<b>3,4/4,4</b>	<b>9,7/14,6</b>	<b>78/108</b>	<b>-</b>	<b>№1</b>
батон	30/35						
масло сливочное	5/5						
<b>ИТОГО:</b>	<b>335/400</b>	<b>8,6/10,4</b>	<b>13,9/15,6</b>	<b>47,5/61</b>	<b>367/438</b>	<b>-</b>	
<i>2 завтрак</i>							
<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>120/140</b>	<b>2,8/3,6</b>	<b>3,2/3,8</b>	<b>4,1/5,3</b>	<b>60/70</b>	<b>1,0/1,1</b>	<b>№420</b>
<i>обед</i>							
<b>Салат из свеклы</b>	<b>40/50</b>	<b>0,5/0,8</b>	<b>2,0/3,2</b>	<b>3,5/5</b>	<b>42/56</b>	<b>4,2/5,7</b>	<b>№34</b>
свекла	50/60						
масло растительное	2/3						
<b>Суп картофельный с крупой на м/б</b>	<b>150/180</b>	<b>2,6/3,2</b>	<b>3,4/4,8</b>	<b>10,2/13,6</b>	<b>148/194</b>	<b>4,9/6,5</b>	<b>№86</b>
крупa гречневая (рисовая)	10/15						
картофель	70/80						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
зелень петрушки (укропа)	5/5						
масло сливочное	2/3						
масло растительное	3/4						
<b>Запеканка капустная с мясом</b>	<b>120/140</b>	<b>17,2/20,3</b>	<b>10,1/12,5</b>	<b>12,5/15,2</b>	<b>202/242</b>	<b>21/32</b>	<b>№166</b>
говядина	50/60						
яйцо	1/2						

молоко	30/40						
масло сливочное	3/4						
масло растительное	1/1						
сметана	5/6						
капуста	120/140						
лук репчатый	15/20						
морковь	15/20						
<b>Компот из с/фр, витаминизированный</b>	<b>130/150</b>	<b>0,29/0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>18,1/20,8</b>	<b>73,5/84,8</b>	<b>0,3/0,4</b>	<b>№394</b>
с/фр	9/11						
сахар	5/7						
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40/50</b>	<b>1,6/2,3</b>	<b>0,48/0,6</b>	<b>13,6/17,1</b>	<b>65/82,5</b>	<b>-</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>480/570</b>	<b>22,2/26,9</b>	<b>16/21,1</b>	<b>57,9/71,7</b>	<b>531/659</b>	<b>30/44</b>	
<i>уплотненный полдник с включением блюд ужина</i>							
<b>Пирожок печенный с яблоком</b>	<b>120/140</b>	<b>15,16/17,7</b>	<b>6,86/8</b>	<b>49,4/60,5</b>	<b>281,2/335,3</b>	<b>0,87/1,4</b>	<b>№437/ №503</b>
молоко	30/35						
яйцо	1/8						
дрожжи	1,0/1,2						
мука пшеничная	50/60						
сахар	8/10						
масло сливочное	5/5						
масло растительное	3/4						
яблоко	30/40						
<b>Сок фруктовый</b>	<b>200/200</b>	<b>0,8</b>	<b>-</b>	<b>19,6</b>	<b>84</b>	<b>3,6</b>	<b>№418</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>320/340</b>	<b>16/34,5</b>	<b>6,86/8</b>	<b>69/80</b>	<b>365/419</b>	<b>4,5/5</b>	
<b>Итого за десятый день:</b>		<b>50/75</b>	<b>40/49</b>	<b>179/218</b>	<b>1323/1586</b>	<b>35/50</b>	
<i>Соль</i>	<b>3/5</b>						

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. Могильного М.П. и Тутельяна В.А., 2016 год**

**Организация питания в дошкольных образовательных организациях:** Разработано: Иванова В.Н., Могильный М.П. (ФГБОУ ВО МГУТУ им. Разумовского К.Г.), Тутельян В.А. (ФГБНУ «НИИ питания»), Могильный М.П., Галукова М.К. (ФГБОУ ВПО «Майкопский государственный технологический университет»), Шалтумаев Т.Ш. (ФГАОУ ВПО Северо-кавказский федеральный университет, филиал в г.Пятигорске), Лежина Е.А. (ОАО «Всероссийский научно-исследовательский институт сертификации»), Баласанян А.Ю. (ГБОУ СПО Пятигорский техникум торговли, технологий и сервиса).

### Сводная таблица энергетической ценности за десять дней

<i>день</i>	<i>Б (норма 42/54)</i>		<i>Ж (норма 47/60)</i>		<i>У (норма 203/261)</i>		<i>Ккал (норма 1400/1800)</i>	
№1	53	72	52	68	180	232	1500	1914
№2	43	58	39	49	142	177	1217	1485
№3	50	65	44	54	199	241	1380	1683
№4	50	62	49	58	166	208	1412	1675
№5	32	46	37	50	184	239	1389	1707
№6	49	64	49	60	163	214	1359	1727
№7	49	64	49	61	166	203	1481	1812
№8	45	60	46	60	199	243	1432	1821
№9	39	50	33	41	165	210	1300	1553
№10	50	75	40	49	179	218	1323	1586
<b><i>Итого на 1 ребёнка</i></b>	<b><i>46</i></b>	<b><i>61</i></b>	<b><i>44</i></b>	<b><i>55</i></b>	<b><i>174</i></b>	<b><i>218</i></b>	<b><i>1379</i></b>	<b><i>1696</i></b>

Согласно приложению № 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Допустимые отклонения от химического состава рекомендуемых наборов продуктов  $\pm 10\%$

Данные сводной таблицы полностью соответствуют норме.