

**Меню приготавливаемых блюд**

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	200	6	7	23	176	74
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
	<b>Итого за Завтрак</b>	435	7	7	41	260	
<b>Завтрак 2</b>	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	80	1	1	14	66	
<b>Обед</b>	Суп фасолевый со сметаной	200	1	5	5	67	953,03
	Сосиска отварная	60					969
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	120	6	5	35	206	930
	Напиток из шиповника	200					
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>	630	9	10	53	336		
<b>Полдник</b>	Пюре картофельное	120	3	7	19	151	257
	Огурец соленый кусочком	30			1	4	26
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
<b>Итого за Полдник</b>	370	4	7	34	219		
<b>Итого за день</b>	1 515	21	25	142	881		

(лист 2)

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>	Каша овсяная молочная	200	9	11	36	279	76
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
	<b>Итого за Завтрак</b>	435	10	11	54	363	
<b>Завтрак 2</b>	Кисель	200			12	46	315
	Печенье	25					419
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	225			12	46	
<b>Обед</b>	Свекольник на курином бульоне	200	1	3	9	67	949,01
	Курица отварная в сметанном соусе	70	11	16	4	203	928
	Рис отварной	120	4	5	37	204	258
	Компот из сухофруктов	200			11	44	313,01
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>	640	18	24	74	581		
<b>Полдник</b>	Омлет натуральный, запеченный	100	7	10		124	201
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
<b>Итого за Полдник</b>	320	8	10	14	188		
<b>Итого за день</b>	1 620	36	45	154	1178		

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	200	6	7	24	177	922
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	7	7	42	261	
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		80	1	1	14	66
Обед	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	1	3	7	57	
	Греча отварная	120	3	4	12	100	256
	Тефтели куриные с соусом собственного производства	70	20	18	10	288	221
	Компот из свежих фруктов	200			15	61	311
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	26	25	57	569	
Полдник	Вермишель молочная	180	5	7	21	174	912
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
<b>Итого за Полдник</b>		400	6	7	35	238	
<b>Итого за день</b>		1 555	40	40	148	1134	

(лист 4)

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	5	7	24	177	924
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	6	7	42	261	
Завтрак 2	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Сушка	20					955
<b>Итого за Завтрак 2</b>		220			9	37	
Обед	Рассольник на рыбном бульоне со сметаной	200	1	4	6	66	
	Пюре картофельное	120	3	7	19	151	257
	Котлета рыбная	70	11	5	6	108	215
	Компот из изюма и шиповника	200			7	28	965
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	17	16	51	416	
Полдник	Макаронные изделия отварные с сахаром	120	6	5	39	222	929
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
<b>Итого за Полдник</b>		340	7	5	53	286	
<b>Итого за день</b>		1 635	30	28	155	1000	

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	6	7	23	179	923
	Какао на молоке	200	4	5	20	140	306
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	11	12	52	366	
Завтрак 2	банан	80					967
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		80				
Обед	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200	1	3	8	60	954,01
	Плов из риса с курой	200	14	20	39	390	936
	Компот из яблок и изюма	200			8	34	966
	Хлеб	50	2		13	63	902
	<b>Итого за Обед</b>		650	17	23	68	547
Полдник	Булочка Венская	80	20	15	76	526	909
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	<b>Итого за Полдник</b>		280	20	15	85	563
<b>Итого за день</b>		1 445	48	50	205	1476	

(лист 6)

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	4	6	10	110	925
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
	<b>Итого за Завтрак</b>		435	5	6	28	194
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		80	1	1	14	66
Обед	Суп гороховый	200	1	5	5	67	953,02
	Суфле из печени	70	15	6	9	149	222
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	120	6	5	35	206	930
	Компот из сухофруктов	200			11	44	313,01
	Хлеб	50	2		13	63	902
	<b>Итого за Обед</b>		640	24	16	73	529
Полдник	Вермишель молочная	180	5	7	21	174	912
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	<b>Итого за Полдник</b>		400	6	7	35	238
<b>Итого за день</b>		1 555	36	30	150	1027	

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	200	6	7	24	177	922
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
Итого за Завтрак		435	7	7	42	261	
Завтрак 2	Кисель	200			12	46	315
	Сухарь сдобный	20					
Итого за Завтрак 2		220			12	46	
Обед	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	200	1	3	8	60	954
	Голубцы ленивые с отварным мясом и сметаной	190	18	10	17	236	913
	Компот из свежих фруктов	200			15	61	311
	Хлеб	50	2		13	63	902
	Итого за Обед	640	21	13	53	420	
Полдник	Греча отварная с сахаром	120	6	6	33	207	914
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Итого за Полдник	340	7	6	47	271	
Итого за день		1 635	35	26	154	998	

(лист 8)

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша овсяная молочная	200	9	11	36	279	76
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
Итого за Завтрак		435	10	11	54	363	
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	Итого за Завтрак 2	80	1	1	14	66	
Обед	Бульон куриный с гренками	200	2	3	14	92	905
	Котлета куриная	70	12	9	6	155	926
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	120	6	5	35	206	930
	Напиток из шиповника	200					
	Хлеб	25	1		7	32	902
Итого за Обед		615	21	17	62	485	
Полдник	Овощи тушеные	180	4		20	101	932
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Итого за Полдник	400	5		34	165	
Итого за день		1 530	37	29	164	1079	

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	6	7	21	172	920
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	7	7	39	256	
Завтрак 2	банан	80					967
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		80				
Обед	Рассольник на рыбном бульоне со сметаной	200	1	4	6	66	
	Пюре картофельное	120	3	7	19	151	257
	Котлета рыбная	70	11	5	6	108	215
	Компот из яблок и изюма	200			8	34	966
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	17	16	52	422	
Полдник	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	60	1	4	6	63	35
	Яйцо вареное вкрутую	40	5	5		63	200
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
<b>Итого за Полдник</b>		320	7	9	20	190	
<b>Итого за день</b>		1 475	31	32	111	868	

(лист 10)

Рацион: Меню дети сад 10ч.

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6	7	23	179	923
	Кофейный напиток	200	4	4	18	125	307
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	11	11	50	351	
Завтрак 2	Кефир	120					
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		120				
Обед	Борщ из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	200	5	7	8	107	
	Картофель тушеный с курой	200	14	10	26	251	919
	Компот из сухофруктов	200			11	44	313,01
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		650	21	17	58	465	
Полдник	Оладьи с повидлом	150	18	21	128	772	934
	Чай с сахаром	200			9	37	300
<b>Итого за Полдник</b>		350	18	21	137	809	
<b>Итого за день</b>		1 555	50	49	245	1625	

Итого за период	15 520	364	354	1628	11266	
Среднее значение за период		36,4	35,4	162,8	1126,6	

Составил Василь Зав. складом

Заведующий

Утвердил \_\_\_\_\_



*Handwritten signature*

## Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6	7	23	176	74
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>41</b>	<b>260</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>14</b>	<b>66</b>
Обед	Суп фасолевый со сметаной	200	1	5	5	67	953,03
	Сосиска отварная	60					969
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	120	6	5	35	206	930
	Напиток из шиповника	200					
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		<b>630</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>53</b>	<b>336</b>	
Полдник	Пюре картофельное	120	3	7	19	151	257
	Огурец соленый кусочком	30			1	4	26
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Сушка	15					955
<b>Итого за Полдник</b>		<b>385</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>34</b>	<b>219</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 530</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>142</b>	<b>881</b>	

(лист 2)

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша овсяная молочная	200	9	11	36	279	76
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>54</b>	<b>363</b>	
Завтрак 2	Кисель	200			12	46	315
	Печенье	25					419
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>225</b>			<b>12</b>	<b>46</b>	
Обед	Свекольник на курином бульоне	200	1	3	9	67	949,01
	Курица отварная в сметанном соусе	70	11	16	4	203	928
	Рис отварной	120	4	5	37	204	258
	Компот из сухофруктов	200			11	44	313,01
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		<b>640</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>74</b>	<b>581</b>	
Полдник	Омлет натуральный, запеченный	100	7	10		124	201
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Сухарь сдобный	15					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>335</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>188</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 635</b>	<b>36</b>	<b>45</b>	<b>154</b>	<b>1178</b>	

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	200	6	7	24	177	922
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	7	7	42	261	
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		80	1	1	14	66
Обед	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	1	3	7	57	
	Греча отварная	120	3	4	12	100	256
	Тефтели куриные с соусом собственного производства	70	20	18	10	288	221
	Компот из свежих фруктов	200			15	61	311
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	26	25	57	569	
Полдник	Вермишель молочная	180	5	7	21	174	912
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Печенье	20					419
<b>Итого за Полдник</b>		420	6	7	35	238	
<b>Итого за день</b>		1 575	40	40	148	1134	

(лист 4)

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	5	7	24	177	924
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	6	7	42	261	
Завтрак 2	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Сушка	20					955
<b>Итого за Завтрак 2</b>		220			9	37	
Обед	Рассольник на рыбном бульоне со сметаной	200	1	4	6	66	
	Пюре картофельное	120	3	7	19	151	257
	Котлета рыбная	70	11	5	6	108	215
	Компот из изюма и шиповника	200			7	28	965
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	17	16	51	416	
Полдник	Макаронные изделия отварные с сахаром	120	6	5	39	222	929
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Сухарь сдобный	15					
<b>Итого за Полдник</b>		355	7	5	53	286	
<b>Итого за день</b>		1 650	30	28	155	1000	



Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	6	7	23	179	923
	Какао на молоке	200	4	5	20	140	306
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>52</b>	<b>366</b>	
Завтрак 2	банан	80					967
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>80</b>				
Обед	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200	1	3	8	60	954,01
	Плов из риса с курой	200	14	20	39	390	936
	Компот из яблок и изюма	200			8	34	966
	Хлеб	50	2		13	63	902
	<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>17</b>	<b>23</b>	<b>68</b>	<b>547</b>
Полдник	Булочка Венская	80	20	15	76	526	909
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Яблоко	40			7	33	401
<b>Итого за Полдник</b>		<b>320</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	<b>596</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 485</b>	<b>48</b>	<b>50</b>	<b>212</b>	<b>1509</b>	

(лист 6)

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	4	6	10	110	925
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>28</b>	<b>194</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
	<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>14</b>	<b>66</b>
Обед	Суп гороховый	200	1	5	5	67	953,02
	Суфле из печени	70	15	6	9	149	222
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	120	6	5	35	206	930
	Компот из сухофруктов	200			11	44	313,01
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		<b>640</b>	<b>24</b>	<b>16</b>	<b>73</b>	<b>529</b>	
Полдник	Вермишель молочная	180	5	7	21	174	912
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Сушка	15					955
<b>Итого за Полдник</b>		<b>415</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	<b>238</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 570</b>	<b>36</b>	<b>30</b>	<b>150</b>	<b>1027</b>	

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	200	6	7	24	177	922
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	7	7	42	261	
Завтрак 2	Кисель	200			12	46	315
	Сухарь сдобный	20					
<b>Итого за Завтрак 2</b>		220			12	46	
Обед	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	200	1	3	8	60	954
	Голубцы ленивые с отварным мясом и сметаной	190	18	10	17	236	913
	Компот из свежих фруктов	200			15	61	311
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	21	13	53	420	
Полдник	Греча отварная с сахаром	120	6	6	33	207	914
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Печенье	20					419
<b>Итого за Полдник</b>		360	7	6	47	271	
<b>Итого за день</b>		1 655	35	26	154	998	

(лист 8)

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша овсяная молочная	200	9	11	36	279	76
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	10	11	54	363	
Завтрак 2	Яблоко	80	1	1	14	66	401
<b>Итого за Завтрак 2</b>		80	1	1	14	66	
Обед	Бульон куриный с гречками	200	2	3	14	92	905
	Котлета куриная	70	12	9	6	155	926
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	120	6	5	35	206	930
	Напиток из шиповника	200					
	Хлеб	25	1		7	32	902
<b>Итого за Обед</b>		615	21	17	62	485	
Полдник	Овощи тушеные	180	4		20	101	932
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	20	1		5	27	901
	Сушка	15					955
<b>Итого за Полдник</b>		415	5		34	165	
<b>Итого за день</b>		1 545	37	29	164	1079	

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	6	7	21	172	920
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	7	7	39	256	
Завтрак 2							
	банан	80					967
<b>Итого за Завтрак 2</b>		80					
Обед	Рассольник на рыбном бульоне со сметаной	200	1	4	6	66	
	Пюре картофельное	120	3	7	19	151	257
	Котлета рыбная	70	11	5	6	108	215
	Компот из яблок и изюма	200			8	34	966
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		640	17	16	52	422	
Полдник	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	60	1	4	6	63	35
	Яйцо вареное вкрутую	40	5	5		63	200
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Сухарь сдобный	15					
	Булка	20	1		5	27	901
<b>Итого за Полдник</b>		335	7	9	20	190	
<b>Итого за день</b>		1 490	31	32	111	868	

(лист 10)

Рацион: Меню дети сад 12ч.

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6	7	23	179	923
	Кофейный напиток	200	4	4	18	125	307
	Булка	35	1		9	47	901
<b>Итого за Завтрак</b>		435	11	11	50	351	
Завтрак 2							
	Кефир	120					
<b>Итого за Завтрак 2</b>		120					
Обед	Борщ из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	200	5	7	8	107	
	Картофель тушеный с курой	200	14	10	26	251	919
	Компот из сухофруктов	200			11	44	313,01
	Хлеб	50	2		13	63	902
<b>Итого за Обед</b>		650	21	17	58	465	
Полдник	Оладьи с повидлом	150	18	21	128	772	934
	Чай с сахаром	200			9	37	300
	Яблоко	40			7	33	401
<b>Итого за Полдник</b>		390	18	21	144	842	
<b>Итого за день</b>		1 595	50	49	252	1658	

Итого за период	15 730	364	354	1642	11332	
Среднее значение за период		36,4	35,4	164,2	1133,2	

Составил Васильев Зав. складом

Утвердил О.А. Чистотина



**Заведующий О.А. Чистотина**