

Заведующий  
А.Ю. Сирота

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность , ккал	№ рецеп- туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	3,3	2,9	18,6	163,9	93
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	5,4	21,8	к/к
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,5	20,6	99,5	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,4	5,3	0,1	74,8	13
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>410</b>	<b>6,8</b>	<b>8,7</b>	<b>44,7</b>	<b>360</b>	
II Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,5	0,1	9,9	90,0	442
<b>Итого за II завтрак:</b>		<b>130</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>90,0</b>	
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,3	4,3	5,1	54,4	
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,3	3,5	19,1	119,1	95
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ МЯСНАЯ	80	18,6	15,7	12,1	223,2	272
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,4	3,9	35,6	136,8	323
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0	0	5,2	21,8	к/к
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,7	0,5	21,3	74,7	
<b>Итого за обед:</b>		<b>670</b>	<b>27,3</b>	<b>27,9</b>	<b>98,4</b>	<b>630</b>	
Полдник	БИТОЧКИ МАННЫЕ <i>Мудинг мандарины</i>	150	5,3	5,2	43,3	167,6	199
	КЕФИР	180	4,6	3,9	7,2	102,4	435
<b>Итого за полдник:</b>		<b>330</b>	<b>9,9</b>	<b>9,1</b>	<b>50,5</b>	<b>270</b>	
Ужин	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	150	8,2	7,9	29,3	251,2	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	1,9	5,3	47,3	351
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	3,9	14,4	102,8	к-к
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,5	0,5	10,9	48,7	
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>12,2</b>	<b>14,2</b>	<b>59,9</b>	<b>450</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2010</b>	<b>56,7</b>	<b>60,0</b>	<b>263,4</b>	<b>1800</b>	



А.Ю. Сирота

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: от 1 года до 3 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 1 День 2</b>							
Завтрак	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	4,6	15,4	98,6	189
	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1	0	5,1	20,6	к/к
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,4	0,4	13,6	74,6	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0	4,3	0,1	59,8	13
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,6	3	0	26,4	14
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>368</b>	<b>7,5</b>	<b>12,3</b>	<b>34,2</b>	<b>280</b>	
II Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	70	442
<b>Итого за II завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>70</b>	
Обед	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	0,8	1,9	29,2	
	РАССОЛЬНИК «ЛЕНИНГРАДСКИЙ» СО СМЕТАНОЙ	150	0,2	3,6	7,1	99,5	76
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	2,4	8,4	3,1	158,9	277
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,8	3,2	21,4	125,2	335
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0	0	4,7	17,4	к/к
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,4	17	59,8	
<b>Итого за обед:</b>		<b>540</b>	<b>8,4</b>	<b>16,4</b>	<b>55,2</b>	<b>490</b>	
Полдник	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,4	0,4	15,4	74,6	
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	10,6	74,2	433
	БАНАН СВЕЖИЙ	95	1,8	0,5	20	61,2	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>6,3</b>	<b>3,5</b>	<b>46</b>	<b>210</b>	
Ужин	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	70	6,5	5,2	6,3	88,9	239
	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	3,4	1,1	16	58,0	338
	БУЛОЧКА «ДОМАШНЯЯ» МОЛОЧНАЯ	40	7,1	7	37	127,5	к-к
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	75,6	434
<b>Итого за ужин:</b>		<b>400</b>	<b>21,3</b>	<b>17</b>	<b>66,3</b>	<b>350</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1683</b>	<b>44</b>	<b>49,3</b>	<b>211,6</b>	<b>1400</b>	