Приложение 1 к приказу управления образования администрации муниципального образования Тихорецкий район от _28.11.2024. № 972

Цикличное двухнедельное меню для детей дошкольного возраста, находящихся в образовательных учреждениях с режимом пребывания 8-10,5 часов (возрастная группа от 1,5 до 3 лет включительно)

- (Прием пищи,		Пище	вые веш	ества	Энергетиче	
№ ТК	наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
	День 1						
	Завтрак						7
9.2-170	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/20	27,8	7,8	58,1	412,5	0,5
5.4-150	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	0,0	14,9	67,9	0,8
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-10	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0,0
-	ИТОГО	350	32,0	8,1	88,1	550,8	1,3
	Второй завтрак						
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0

	ИТОГО	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
may provide an extensive accessing to the configuration and surface department agreed and a first accessing	Of	бед					
2.1-40	Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	0,3	0,0	1,3	6,9	2,0
10.3-180	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,5	4,1	5,2	63,5	5,9
12.1-60	Биточки рыбные	60	8,3	3,1	12,0	109,1	0,1
13.5-120	Рагу из овощей	120	1,8	6,4	15,5	127,2	8,2
5.9-150	Кисель из повидла ягодного	150	0,1	0,0	29,0	116,5	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	ИТОГО	585	14,4	14,0	80,6	504,3	16,2
	Полу	дник					
16.3-110	Оладьи с молоком сгущенным	90/20	8,0	11,9	59,9	377,7	0,3
5.11-150	Ряженка	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,00
	ИТОГО	260	12,2	15,2	66,0	448,6	1,3
	ВСЕГО	1295	59,0	37,7	245,1	1548,7	28,9

	Прием пищи,			евые веш	ества	Энергетиче	
№ ТК	наименование блюда	Масса порци		Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
	Д	ень 2					
	3a	втрак					
7.1-150	Каша манная молочная жидкая	150	4,4	3,4	21,8	134,7	0,2
18.1-25	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,6	3,3	17,2	106,2	0,0
5.2-150	Чай с лимоном	150	0,2	0,0	11,8	47,7	0,9
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-10	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	2:1,4	0,0
	ИТОГО	355	8,3	7,0	65,9	359,0	1,1
	Второ	й завтрак	NATIONAL SERVICES OF STREET				the state of the s

5.6-150	Сок фруктовый	150	1,5	0,2	2.8	18,7	6
3.0 130	ИТОГО	150	1,5	0,2	2,8	18,7	6
	Обед	130	1,5	0,2	2,0	10,7	0
3.1-40		40	0,6	3,6	3,8	44,8	6,1
	Салат из белокачанной капусты с морковью		<u> </u>		-		
10.1-180	Свекольник	180	1,6	3,7	8,4	73,0	3,2
12.5-60	Пудинг из говядины	60	11,5	14,5	0,6	179,3	0,1
13.3-120	Картофельное пюре	120	1,6	4	16,8	109,8	4,2
5.8-150	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0,0	20,5	83,8	0,1
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	ИТОГО	585	18,1	26,2	67,7	571,8	13,7
3	Полдник						
16.4-60	Крендель сахарный	60	3,4	6,3	31,5	197,2	0,0
5.10-150	Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	7,6	90,1	0,4
	ИТОГО	210	7,6	11,1	39,1	287,3	0,37
	ВСЕГО	1300	35,5	44,5	175,5	1236,8	21,1
0				Francisco de Astronómico aproba escuentivo aproba			
			,	The Commission of the Commissi			

	Прием пищи,		Пище	вые веш	ества	Энергетиче	
№ TK	наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
	День 3						
	Завтрак						
8.1-130	Омлет натуральный	130	11,6	16,6	2,3	205,6	0,3
3.8-40	Горошек зеленый консервированный отварной	40	1,1	1,7	2,2	28,4	1,7
5.1-150	Чай с сахаром	150	0,1	0,0	11,6	46,7	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-10	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0,0
	ИТОГО	350	14,9	18,6	31,2	351,1	2,0
	Второй завтр	ак					

3.5-40 Салат из моркови 40 0,4 10.2-180 Борщ с капустой и картофелем 180 1,3 12.3-60 Шницель мясной 60 8,9 11.1-25 Соус красный основной 25 0,3 0 13.6-110 Каша гречневая рассыпчатая 110 1,4 25.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 0 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 16,2 2 1.6 0 16,2 2 1.6 0 16,2 2 1.6 0 1.	0,2	0,8	7,5	38,1	27,0
3.5-40 Салат из моркови 10.2-180 Борщ с капустой и картофелем 110.2-180 Борщ с капустой и картофелем 1110 1,3 12.3-60 Шницель мясной 125 0,3 13.6-110 Каша гречневая рассыпчатая 110 1,4 15.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 14.1-20 Хлеб пшеничный 15 0,8 16 00 16,2 17 15 0,8 17 16 00 16,2 18 1 15 18 16 00 16,2 18 1 15 18 15 0,8 18 1 15 18 10 16,0 18 10 16,0 18 10 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	0,2	0,8	7,5	38,1	27
10.2-180 Борщ с капустой и картофелем 12.3-60 Шницель мясной 11.1-25 Соус красный основной 13.6-110 Каша гречневая рассыпчатая 110 1,4 15.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 16 14.1-20 Хлеб пшеничный 16 0 16,2 17 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18		,	-		
12.3-60 Шницель мясной 60 8,9 1 11.1-25 Соус красный основной 25 0,3 (13.6-110 Каша гречневая рассыпчатая 110 1,4 5 5.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 (14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 (14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 15 0,8 (14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 90/20 16,0 4 15.4-150 Кофейный напиток с молоком сгущенным 90/20 16,0 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Прием пищи, наименование 6люда Масса порции Б 150 4,4 4 5.3-150 Каща овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 (17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 (14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 (14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 (14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 (110 1,4 1,5 1,5 1,0 (110 1,4 1,5 1,5 (110 1,4 1,5 1,5 (110 1,4	3,6	0,4	3,6	49,0	0,7
11.1-25 Соус красный основной 25 0,3 0 13.6-110 Каша гречневая рассыпчатая 110 1,4 3 5.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 0 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 15 0,8 0 ИТОГО 600 16,2 2 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Масса порции Б 10 10 10 4 4 4 4 20 1,0 4,4 4 4 3.3-150 Какао с молоком 150 4,4 4	2,8	1,3	5,6	53,1	4,0
13.6-110 Каша гречневая рассыпчатая 110 1,4 3 5.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 0 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 15 0,8 0 ИТОГО 600 16,2 2 9.5-110 Сырники из творога с молоком сгущенным 90/20 16,0 4 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Масса порции Пишевы Масса порции Б 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	7,4 1	8,9	11,7	149,1	0,1
5.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 0 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 15 0,8 0 ИТОГО 600 16,2 2 9.5-110 Сырники из творога с молоком сгущенным 90/20 16,0 4 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	0,6	0,3	2,4	16,6	0,2
5.6-150 Сок фруктовый 150 1,5 0 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 15 0,8 0 ИТОГО 600 16,2 2 9.5-110 Сырники из творога с молоком сгушенным 90/20 16,0 4 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	5,1 2	1,4	28,2	164,9	0,0
14.2-15 Хлеб ржано-пшеничный 15 0,8 0 ИТОГО Полдник 9.5-110 Сырники из творога с молоком сгущенным 90/20 16,0 4 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б День 4 Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	0,2	1,5	2,8	18,7	6
МТОГО 16,2 2	0,2 1	1,6	10,2	49,0	0,0
ИТОГО 600 16,2 2 Полдник 9.5-110 Сырники из творога с молоком сгущенным 90/20 16,0 4 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 № ТК Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б Пищевые масса порции Б 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	0,2	0,8	7,4	32,1	0,0
9.5-110 Сырники из творога с молоком сгущенным 90/20 16,0 4 5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б День 4 Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	20,1 7	16,2	71,9	532,5	11,0
5.4-150 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 0 ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО 1310 50,0 4 Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б День 4 Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0		•			
ИТОГО 260 18,1 4 ВСЕГО Прием пищи, наименование блюда День 4 Т.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	4,8 3	16,0	32,5	236,3	0,6
ВСЕГО Прием пищи, наименование блюда День 4 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	0,0 1	2,1	14,9	67,9	0,8
№ ТК Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б День 4 Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	4,8 4	18,1	47,4	304,2	1,4
№ ТК Наименование блюда Масса порции Б День 4 Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	43,7	50,0	158,0	1225,9	41,4
№ ТК наименование блюда Масса порции Б День 4 Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	е вещест	Пище	щества	Энергетиче	
Завтрак 7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0	ж	Б	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
7.2-150 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 4,4 4 5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0					
5.3-150 Какао с молоком 150 1,9 0 17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0					
17.1-15 Сыр порционный 15 3,6 4 14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0			19,5	134,9	0,0
14.1-20 Хлеб пшеничный 20 1,6 0 14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 0			19,5	88,7	0,5
14.2-20 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,0 (0,0	55,7	0,1
			10,2	49,0	0,0
ИТОГО 355 125 0			9,8	42,8	0,0
Второй завтрак	9,5 5	12,5	59,0	371,1	0,6

5.11-150	Напиток кисломолочный "Снежок"	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,00
	ИТОГО	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,0
	Обед			granen periodo in construir de la construir de	nagini miningan mananan ana mananan ana m		Macris and realized to a significant by Macris Salary Colleges (1970) (1970)
2.1-40	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,4	0,1	1,8	9,8	2,0
10.7-180	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	4,1	3,0	11,3	89,0	2,3
12.7-190	Плов из отварной птицы	190	25,3	19,3	29,6	393,3	1,9
5.5-150	Напиток из шиповника	150	0,5	0,0	17,3	71,2	45,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	ИТОГО	595	32,7	22,8	77,6	644,4	51,2
	Полдник						
8.2-1	Яйцо отварное	48	6,1	5,2	0,3	76,0	0,0
3.6-110	Икра свекольная	110	1,7	7,0	6,4	94,6	2,8
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0
5.6-150	Сок фруковый	150	1,5	0,2	2,8	18,7	6
	ИТОГО	318	9,8	12,5	14,4	210,7	8,8
. \	ВСЕГО	1418	59,2	48,1	157,1	1297,1	61,6
	Прием пищи,		Пище	вые веш	цества	Энергетиче	
№ TK	наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
	День 5						
	Завтрак		_	_	,		
6.2-150	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишелью)	150	3,9	1,3	13,6	82,8	0,6
5.4-150	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	0,0	14,9	67,9	0,8
18.1-25	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,6	3,3	17,2	106,2	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-10	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0,0
	ИТОГО	355	9,7	4,93	60,8	327,3	1,4
	Второй завтра						

1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
	итого	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
	Обед						
2.1-40	Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	0,3	0,0	1,3	6,9	2,0
10.12-180	Суп карофельный с мясными фрикадельками	180	5,9	5,9	8,0	108,9	3,5
12.9-100	Печень говяжья по-строгановски	60/40	15,4	14,2	4,9	208,5	10,2
13.3-120	Картофельное пюре	120	1,6	4	16,8	109,8	4,2
5.9-150	Кисель из повидла ягодного	150	0,1	0,0	29,0	116,5	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	ИТОГО	625	25,7	24,5	77,6	631,7	19,9
	. Полдник						
16.5-60	Ватрушка с повидлом	60	3,2	1,8	45,5	211	0,00
5.11-150	Кефир	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,00
	ИТОГО	210	7,4	5,1	51,6	281,9	1,0
	ВСЕГО	1290	43,2	34,9	200,4	1285,9	32,3
\	ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	6613,0	187,9	208,9	936,1	6594,4	185,2
1	Прием пищи,		Пище	вые веш	ества	Энергетиче	
№ TK	наименование	Macca	г	ж	y	ская	Витамин С, мг
	блюда	порции	Б		y	ценность, (Ккал)	C, MI
	День 6					(Action)	Characteristics of the Control of th
	Завтрак		PERSONAL PROPERTY OF THE PROPE		eteropialite presidente proportion del composition del		
7.4-130	Каша пшенная молочная жидкая	130	3,9	3,6	20,3	129,3	0,2
5.4-150	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	0,0	14,9	67,9	0,8
8.2-1	Яйцо отварное	48	6,1	5,2	0,3	76,0	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-10	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0,0
	итого	358	14,2	9,1	50,6	343,6	1,0
	Второй завт	рак					

5.6-150	Сок фруктовый	150	1,5	0,2	2,8	18,7	6,0
	ИТОГО	150	1,5	0,2	2,8	18,7	6,0
	Обед			7			
3.5-40	Салат из моркови	40	0,4	3,6	3,6	49,0	0,7
0.10-180	Суп картофельный с рыбой	180	6,8	3,2	9,5	94,9	4,0
12.10-60	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	60	6,8	9,2	7,3	139,1	0,1
11.1-25	Соус красный основной	25	0,3	0,6	2,4	16,6	0,2
13.2-110	Макаронные изделия отварные	110	4,0	3,9	23,0	137,8	0,0
5.8-150	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0,0	20,5	83,8	0,1
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	итого	600	21,1	20,9	83,9	602,3	5,1
Augusta	Полдник					-	
9.8-100	Яблоки, фаршированные творогом	100	5,2	1,1	20,8	113,8	3,1
18.1-20	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	20	1,3	2,6	13,8	85,0	0,0
5.2-150	Чай с лимоном	150	0,2	0,0	11,8	47,7	0,9
	ИТОГО	270	6,7	3,7	46,4	246,5	3,97
	ВСЕГО	1378	43,5	33,9	183,7	1211,1	16,1
0	Прием пищи,		Пище	вые веш	ества	Энергетиче	
№ TK	наименование	Macca				ская	Витами
	блюда	порции	Б	Ж	У	ценность,	С, мг
	T 7				<u> </u>	(Ккал)	
	День 7 Завтрак						
7.3-150	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,6	3,4	19,7	122,7	0,9
5.3-150	Какао с молоком	150	1,9	0,3	19,5	88,7	0,5
18.1-20		20	1,3	2,6	13,8	85,0	0,0
14.1-20	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный				-	-	
14.7-10	талео ржано-ппеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0,0
1 112 10	ИТОГО	350	8,9	6,6	68,1	366,8	1,4

	Второй завтр	ак	***************************************		-		
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
	ИТОГО	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
	Обед						
2.1-40	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,4	0,1	1,8	9,8	2,0
10.2-180	Борщ с капустой и картофелем	180	1,3	2,8	5,6	53,1	4,0
12.5-60	Пудинг из говядины	60	11,5	14,5	0,6	179,3	0,1
13.3-120	Картофельное пюре	120	1,6	4	16,8	109,8	4,2
5.7-150	Компот из свежих плодов	150	0,4	0,2	10,5	45,5	1,9
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	ИТОГО	585	17,6	22,0	52,9	478,6	12,2
9	Полдник						
9.4-90	Вареники ленивые с маслом сливочным	90	12,7	4,4	13,1	142,2	0,2
5.11-150	Ряженка	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,0
	ИТОГО	240	16,9	7,7	19,2	213,1	1,2
	ВСЕГО	1275	43,8	36,7	150,6	1103,5	24,8

	Прием пищи,		Пище	вые веш	ества	Энергетиче	
№ TK	наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
	День 8						
	Завтрак						
6.2-150	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишелью)	150	3,9	1,3	13,6	82,8	0,6
5.1-150	Чай с сахаром	150	0,1	0,0	11,6	46,7	0,0
17.1-15	Сыр порционный	15	3,6	4,5	0,0	55,7	0,1
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,2	9,8	42,8	0,0
	ИТОГО	355	10,2	6,2	45,2	277,0	0,7

	Второй завтр	ак					
1.1-100	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,8	0,2	7,5	38,1	27,0
	ИТОГО	100	0,8	0,2	7,5	38,1	27,0
	Обед		Company of the Company of the Company	,			
2.1-40	Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	0,3	0,0	1,3	6,9	2,0
10.1-180	Свекольник	180	1,6	3,7	8,4	73,0	3,2
12.2-60	Котлеты рыбные любительские	60	7,3	5,9	4,7	100,9	0,6
13.5-120	Рагу из овощей	120	1,8	6,4	15,5	127,2	8,2
5.9-150	Кисель из повидла ягодного	150	0,1	0,0	29,0	116,5	0,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
	итого .	585	13,5	16,4	76,5	505,6	14,0
	Полдник				_		
8.2-1	Яйцо отварное	48	6,1	5,2	0,3	76,0	0,0
3.6-110	Икра свекольная	110	1,7	7,0	6,4	94,6	2,8
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,9	21,4	0,0
5.6-150	Сок фруковый	150	1,5	0,2	2,8	18,7	6
	ИТОГО	318	9,8	12,5	14,4	210,7	8,8
	ВСЕГО	1358	34,3	35,3	143,6	1031,4	50,5
	Прием пищи,		Пище	вые веп	цества	Энергетиче	
№ TK	наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витами С, мг
	День 9						
	Завтрак				мранимамической		
8.1-130	Омлет натуральный	130	11,6	16,6	2,3	205,6	0,3
3.7-40	Икра кабачковая консервированная	40	0,5	2,8	2,9	38,8	0,9
5.4-150	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	0,0	14,9	67,9	0,8
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
			1	1	4,9	21,4	0,0

	ИТОГО	350	16,3	19,7	35,2	382,7	2,0
	Второй зав	трак					
5.11-150	Напиток кисломолочный "Снежок"	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,00
	ИТОГО	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1
	Обед	â					
2.1-40	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,4	0,1	1,8	9,8	2,0
10.9-180	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,2	2,4	5,3	51,9	3,3
12.3-60	Шницель мясной	60	8,9	7,4	11,7	149,1	0,1
13.4-120	Капуста тушеная	120	3,1	4,0	8,4	88,4	21,2
5.5-150	Напиток из шиповника	150	0,5	0,0	17,3	71,2	45,0
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
9	ИТОГО	585	17,5	14,3	62,1	451,5	71,6
	Полдни	К					
9.1-170	Пудинг творожный с молоком сгущенным	150/20	22,3	7,0	50,6	353,6	0,5
5.10-150	Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	7,6	90,1	0,4
\	ИТОГО	320	26,5	11,8	58,2	443,7	0,9
	ВСЕГО	1405	64,5	49,1	161,6	1348,8	75,5

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда		Пищевые вещества			Энергетиче	
		Масса порции	Б	Ж	У	ская ценность, (Ккал)	Витамин С, мг
	День 10					-	
Завтрак							
7.5-150	Каша "Дружба"	150	3,5	3,5	16,8	112,4	0,2
5.2-150	Чай с лимоном	150	0,2	0,0	11,8	47,7	0,9
17.1-15	Сыр порционный	15	3,6	4,5	0,0	55,7	0,1
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,2	9,8	42,8	0,0

	ИТОГО	355	9,9	8,4	48,6	307,6	1,2
	Второй завтра	ак					
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
	ИТОГО	100	0,4	0,4	10,4	45,0	10,0
	Обед	*	-		ayaaan aa		
3.1-40	Салат из белокачанной капусты с морковью	40	0,6	3,6	3,8	44,8	6,1
10.11-180	Суп картофельный с клецками	180	1,8	2,3	7,0	56,3	2,1
12.11-80	Оладьи из печени, запеченные под сметанным соусом	60/20	14,6	11,1	9,2	180,9	28,0
13.3-120	Картофельное пюре	120	1,6	4	16,8	109,8	4,2
5.7-150	Компот из свежих плодов	150	0,4	0,2	10,5	45,5	1,9
14.1-20	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,2	49,0	0,0
14.2-15	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,8	0,2	7,4	32,1	0,0
э	ИТОГО	605	21,4	21,6	64,9	518,4	42,3
	Полдник						
16.1-60	Пирожки, печенные из сдобного теста	60	4,3	4	40,1	216,3	0,00
5.11-150	Кефир	150	4,2	3,3	6,1	70,9	1,00
λ	ИТОГО	210	8,5	7,3	46,2	287,2	1,0
	ВСЕГО	1270	40,2	37,7	170,1	1158,2	54,5
	ВСЕГО ЗА 2-ю НЕДЕЛЮ	6686	161,8	155,1	639,5	4504,2	221,3
	ВСЕГО за 10 дней	13299	349,7	364,0	1575,6	11098,6	406,6
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ	1330	35,0	36,4	157,6	1109,9	40,7

Примечание:

- 1. Неотъемлемым приложением к меню является таблица замен блюд.
- 2. После 1 марта не рекомендуется использование свежих овощей урожая прошлого года без тепловой обработки.
- 3. При приготовлении блюд используется йодированная соль.

Таблица замен блюд и пищевых продуктов

2.2-40	Овощи натуральные соленые (огурцы)	2.1-40	Овощи натуральные (огурцы)
3.6-40	Икра морковная	3.5-40	Салат из моркови
3.2-40	Салат из квашеной капусты с луком	3.1-40	Салат из белокочанной капусты с морковью
2.2-40	Овощи натуральные соленые (помидоры)	2.1-40	Овощи натуральные (помидоры)
10.4-180	Щи из квашеной капусты с картофелем	10.3-180	Щи из свежей капусты с картофелем
1.1-95	Фрукты свежие (мандарины)	1.1-95	Фрукты свежие (яблоко)
5.2-150	Чай с лимоном -	5.1-150	Чай с сахаром
13.3-120	Пюре картофельное	13.7-120	Картофель отварной

Начальник отдела дошкольного образования управления обравзования

6, Frol-

Е.В. Костюченко

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849484

Владелец Языкова Яна Ивановна

Действителен С 04.09.2025 по 04.09.2026