

Сезон: холодный период, 2 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6 ПОНЕДЕЛЬНИК							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом	25/5	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00495-Я
	Каша молочная рисовая с маслом жидкая	150/3	5,44	8,96	28,19	215,4	ДУ0093-Я
	Кофейный напиток	150	2,63	2,82	17,9	107	Д00257-Я
итого за завтрак			9,69	14,47	58,11	435,66	
II ЗАВТРАК:	Йогурт	150	9,4	2,64	15,47	123	Д000007-Я
итого за II завтрак			9,4	2,64	15,47	123	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Суп с клецками на курином бульоне с зеленью	180/1	5,38	2,45	19,93	137,8	ДУ0046-Я
	Картофельное пюре	110	1,82	3,33	13,15	95,25	Д000206-Я
	Гуляш из отварной курицы	80	18,8	21	2,66	275	Д00179
	Морковь припущенная	30	0,8	2,16	4,33	39	ДУ0086-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,56	0	27,89	114	Д00241-Я
	итого за обед		32,86	30,17	111,85	786,5	
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Творожно-печенная запеканка со сгущенным молоком	100/20	30,51	26,35	45,24	396,76	Д000121-Я
	Чай с сахаром	150	9	2,45	9,75	36,96	ДУ0140-Я
итого за уплотненный полдник			41,67	29,38	70,98	520,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			93,62	76,66	256,41	1865,77	

Сезон: холодный период, 2 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7 ВТОРНИК							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом с сыром	25/5/8	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00499-Я
	Каша молочная геркулесовая с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д000093-Я
	Кофейный напиток на молоке	150	2,38	3,78	16,12	109	Д00253-Я
итого за завтрак			4,59	9,52	34,43	417,05	
II ЗАВТРАК:	Ряженка	150	5,26	5,63	7,46	102	Д00251-Я
	Вафли	25	1,51	8,96	17,91	155,45	Д000062-Я
итого за II завтрак			6,77	14,59	25,37	257,45	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Суп картофельный с фрикадельками с зеленью	180/1	3,42	1,81	14,04	101,92	Д000008-Я
	Капуста тушеная с мясом	180	20,14	19,3	14,62	141,15	ДУ00062-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,56	0	27,89	114	Д00241-Я
	итого за обед			29,62	22,34	100,44	482,52
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Рагу овощное	100	2,5	3,39	9,66	84,21	ДУ0061-Я
	Котлета рыбная	60	17,88	2,49	4,77	109,3	ДУ0048-Я
	Чай с сахаром (с лимоном)	150/10	9	2,45	9,75	36,96	Д00260-Я
итого за уплотненный полдник			31,54	8,91	40,17	317,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			72,52	55,36	200,41	1474,38	

Сезон: холодный период, 2 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8 СРЕДА							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом с сыром	25/5/8	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00499-Я
	Каша молочная манная с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д00088-Я
	Какао напиток на молоке	150	4,66	4,84	16,81	127,68	Д00248-Я
итого за завтрак			6,87	10,58	35,12	435,73	
II ЗАВТРАК:	Фрукты	100	0,68		11	44	Д000004,8,5-Я
итого за II завтрак			0,68	0	11	44	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Щи на мясокостном бульоне с зеленью(со сметаной)	180/1/9	1,51	1,21	6,64	44,39	Д00056-Я
	Запеканка вермишелевая с мясом	180	26,12	25,04	48,1	526,2	ДУ0059-Я
	Соус томатный	30	0,18	0,76	0,83	11	ДУ0111-Я
	Свекла припущенная	30	0,81	0,88	4,71	30	ДУ0085-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,56	0	27,89	114	Д00241-Я
	итого за обед		34,68	29,12	132,06	851,04	
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Сырники творожные запеченные	90	27,39	21,5	20,89	239,85	Д00130-Я
	Сметанный соус	25	0,87	1,31	1,88	31,81	Д00226-Я
	Кисель из плодово- ягодного концентрата	150			14,7	60	Д00233-Я
итого за уплотненный полдник			30,42	23,39	53,46	418,55	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			72,65	63,09	231,64	1749,32	

Сезон: холодный период, 2 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9 ЧЕТВЕРГ							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом с сыром	25/5/8	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00499-Я
	Каша молочная пшеничная с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д00091-Я
	Кофейный напиток	150	2,63	2,82	17,9	107	Д00257-Я
	Конфета шоколадная	20	0,24	0,3	27,36	113,1	Д000063-Я
итого за завтрак			5,08	8,86	63,57	528,15	
II ЗАВТРАК:	Фрукты	100	0,68		11	44	Д000004,8,5-Я
	Сок фруктовый	100	0,68	0	11	44	Д00407-Я
итого за II завтрак			1,36	0	22	88	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Рассольник на мясокостном бульоне с зеленью (со сметаной)	180/1/9	3,04	1,71	11,02	85,27	Д00022-Я
	Капуста тушеная	110	4,66	9,85	10,23	175,56	ДУ0083-Я
	Тефтели из говядины с рисом	60	13,9	15,8	13,09	291	ДУ0069-Я
	Компот из ягоды свежемороженой	150	0,15	0,06	13,07	52,08	Д00127-Я
итого за обед			27,25	28,65	91,3	729,36	
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Суп молочный с гречкой	150	6,02	6,35	21,05	165,5	Д00096-Я
	Пирожок с картошкой	80	21,75	6,45	48,85	372,45	Д00118-Я
	Чай с сахаром (с лимоном)	150/10	9	2,45	9,75	36,96	Д00260-Я
итого за уплотненный полдник			38,93	15,83	95,64	661,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			72,62	53,34	272,51	2007,31	

Сезон: холодный период, 2 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10 ПЯТНИЦА							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом	25/5	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00495-Я
	Каша молочная "Дружба" с маслом жидкая	150/3	5,69	9,16	23,71	200,84	Д00084-Я
	Кофейный напиток на молоке	150	2,38	3,78	16,12	109	Д00253-Я
итого за завтрак			9,69	15,63	51,85	423,1	
II ЗАВТРАК:	Сок фруктовый	130	0,68	0	11	44	Д00407-Я
итого за II завтрак			0,68	0	11	44	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Борщ на мясокостном бульоне с зеленью(со сметаной)	180/1/9	1,51	1,21	6,64	44,39	Д00041-Я
	Картофельное пюре	110	1,82	3,33	13,15	95,25	Д000206-Я
	Суфле мясное	90	20,45	19,74	28,7	265	Д00114-Я
	Лук припущенный	25	0,39	2,64	2,37	35	ДУ0017-Я
	Компот из ягоды свежемороженой	150	0,15	0,06	13,07	52,08	Д00127-Я
	итого за обед		29,82	28,21	107,82	617,17	
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Гороховое пюре	110	2,61	3,74	6,43	99,12	Д00107-Я
	Рыба тушеная в томате	60	17,88	2,49	4,77	109,3	Д00144-Я
	Чай с сахаром	150	9	2,45	9,75	36,96	ДУ0140-Я
итого за уплотненный полдник			31,65	9,26	36,94	332,27	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			71,84	53,1	207,61	1416,54	
ИТОГО за весь период			383,25	301,55	1168,58	8513,32	
Среднее значение за период			76,65	60,31	233,716	1702,664	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			4,5	3,5	14		

Сезон: холодный период, 1 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1 ПОНЕДЕЛЬНИК							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом	25/5	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00495-Я
	Каша молочная манная с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д00088-Я
	Кофейный напиток	150	2,63	2,82	17,9	107	Д00257-Я
итого за завтрак			4,84	8,56	36,21	415,05	
II ЗАВТРАК:	Йогурт	150	9,4	2,64	15,47	123	Д000007-Я
	Вафли	25	1,51	8,96	17,91	155,45	Д000062-Я
итого за II завтрак			10,91	11,6	33,38	278,45	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Борщ на курином бульоне с зеленью(со сметаной)	180/1/9	1,51	1,21	6,64	44,39	Д00042-Я
	Жаркое по-домашнему с мясом курицы	180	26,35	20,14	28,33	414,22	Д00154-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	Д00241-Я
	итого за обед			34,14	22,58	99,08	664,64
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Творожно-рисовая запеканка	100	24	7,36	51,5	257,41	Д00128-Я
	Соус молочный сладкий	30	2,35	6,89	14,2	117	Д00220-Я
	Кисель из плодово- ягодного концентрата	150			14,7	60	Д00233-Я
итого за уплотненный полдник			28,51	14,83	96,39	521,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			78,4	57,57	265,06	1879,44	

Сезон: холодный период, 1 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2 ВТОРНИК							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом с сыром	25/5/8	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00499-Я
	Каша молочная пшеничная с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д00091-Я
	Какао напиток на молоке	150	4,66	4,84	16,81	127,68	Д00248-Я
итого за завтрак			6,87	10,58	35,12	435,73	
II ЗАВТРАК:	Ряженка	150	5,26	5,63	7,46	102	Д00251-Я
	Печенье	20	2,25	3,54	22,47	125,1	Д000060-Я
итого за II завтрак			7,51	9,17	29,93	227,1	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	20	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Суп картофельный на мясокостном бульоне с бобами с зеленью(с гренками)	180/1/20	4,13	1,94	12,5	117,34	Д00035-Я
	Запеканка рисовая с мясом	180	8,51	19,54	34,73	354,6	ДУ0062-Я
	Соус томатный	30	0,18	0,76	0,83	11	ДУ0111-Я
	Морковь припущенная	30	0,8	2,16	4,33	39	ДУ0086-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	Д00241-Я
	итого за обед		19,9	25,63	116,5	727,97	
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Картофельное пюре	110	1,82	3,33	13,15	95,25	Д000206-Я
	Рыба тушеная в томате	60	17,88	2,49	4,77	109,3	Д00144-Я
	Чай с сахаром (с лимоном)	150/10	9	2,45	9,75	36,96	Д00260-Я
итого за уплотненный полдник			30,86	8,85	43,66	328,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			65,14	54,23	225,21	1719,2	

Сезон: холодный период, 1 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3 СРЕДА							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом с сыром	25/5/8	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00499-Я
	Каша молочная геркулесовая с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д000093-Я
	Кофейный напиток на молоке	150	2,38	3,78	16,12	109	Д00253-Я
итого за завтрак			4,59	9,52	34,43	417,05	
II ЗАВТРАК:	Фрукты	200			22	95	Д0000004,8,5-Я
итого за II завтрак			0	0	22	95	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д0000066-Я
	Хлеб ржаной	20	3,51	0,55	29,4	89,25	Д0000065-Я
	Суп вермишелевый на мясокостном бульоне с зеленью (со сметаной)	180/1/9	3,13	0,49	13,07	77,08	Д0000038-Я
	Капуста тушеная с мясом	180	19,7	18	5,37	158,18	ДУ0061-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	Д00241-Я
итого за обед			29,11	19,72	82,55	441,29	
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:							
	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д0000064-Я
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	90/20	28,26	22,81	22,77	271,66	Д00128-Я
	Чай с сахаром (с лимоном)	150/10	9	2,45	9,75	36,96	Д00260-Я
итого за уплотненный полдник			39,42	25,84	48,51	395,51	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			73,12	55,08	187,49	1348,85	

Сезон: холодный период, 1 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4 ЧЕТВЕРГ								
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом	25/5	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00495-Я	
	Каша молочная рисовая с маслом жидкая	150/3	5,44	8,96	28,19	215,4	ДУ0093-Я	
	Кофейный напиток	150	2,63	2,82	17,9	107	Д00257-Я	
	Конфета шоколадная	20	0,24	0,3	27,36	113,1	Д000063-Я	
	итого за завтрак			9,93	14,77	85,47	548,76	
II ЗАВТРАК:	Фрукты	100	0,68		11	44	Д000004,8,5-Я	
	Сок фруктовый	100	0,68	0	11	44	Д00407-Я	
итого за II завтрак			1,36	0	22	88		
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я	
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я	
	Свекольник на мясокостном бульоне с зеленью(со сметаной)	180/1/9	4,68	2,13	12,73	91,03	Д00039-Я	
	Отварные макароны	110	4,68	4,92	25	165,9	Д00194-Я	
	Котлета из говядины	60	10,06	9,47	2,55	88,54	ДУ0053-Я	
	Соус томатный	30	0,18	0,76	0,83	11	ДУ0111-Я	
	Лук припущенный	25	0,39	2,64	2,37	35	ДУ0017-Я	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	Д00241-Я	
	итого за обед			26,27	21,15	107,59	597,5	
	УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,94	8,1	18,57	168,33	ДУ0028-Я	
	Ватрушка с повидлом	65	0,84	1,32	22,11	117,01	Д00289-Я	
	Чай с сахаром	150	9	2,45	9,75	36,96	ДУ0140-Я	
итого за уплотненный полдник			17,94	12,45	66,42	409,19		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			55,5	48,37	281,48	1643,45		

Сезон: холодный период, 1 неделя

Возрастная категория: с 1,5 до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетичес- кая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5 ПЯТНИЦА							
ЗАВТРАК:	Батон со сливочным маслом	25/5	1,62	2,69	12,02	113,26	Д00495-Я
	Каша молочная пшенная с маслом жидкая	150/3	0,59	3,05	6,29	194,79	Д00097-Я
	Кофейный напиток на молоке	150	2,38	3,78	16,12	109	Д00253-Я
итого за завтрак			4,59	9,52	34,43	417,05	
II ЗАВТРАК:	Сок фруктовый	130	0,68	0	11	44	Д00407-Я
итого за II завтрак			0,68	0	11	44	
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	10	1,99	0,68	14,49	36,2	Д000066-Я
	Хлеб ржаной	40	3,51	0,55	29,4	89,25	Д000065-Я
	Щи на мясокостном бульоне с зеленью(со сметаной)	180/1/9	1,51	1,21	6,64	44,39	Д00056-Я
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,84	5,78	32,94	136,4	Д00185-Я
	Гуляш из отварной говядины	60	10,06	9,47	2,55	88,54	Д00180-Я
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	Д00241-Я
	итого за обед			24,69	17,69	106,24	475,36
УПЛОТНЕН- НЫЙ ПОЛДНИК:	Батон	25	2,16	0,58	15,99	86,89	Д000064-Я
	Рагу овощное	100	2,5	3,39	9,66	84,21	ДУ0061-Я
	Тефтели рыбные	60	17,88	2,49	4,77	109,3	ДУ0045-Я
	Чай с сахаром	150	9	2,45	9,75	36,96	ДУ0140-Я
итого за уплотненный полдник			31,54	8,91	40,17	317,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			61,5	36,12	191,84	1253,77	
ИТОГО за весь период			333,66	251,37	1151,08	7844,71	
Среднее значение за период			66,732	50,274	230,216	1568,942	
Среднее значение за период 10 дней			71,691	55,292	231,966	1635,803	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			4,4	3,4	14,3		