

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад №6 «Березка» г.Усть-Джегуты»

В.А.Семенова

"04" мая 2022г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ (ОСНОВНОЕ) МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ,
ПОСЕЩАЮЩИХ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ УСТЬ-ДЖЕГУТИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
С 12-ТИ ЧАСОВЫМ РЕЖИМОМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ НА 2022 ГОД

Вводится с 01.05.2022

Сезон: весенний

| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------|--|---------------|----------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| Неделя 1 День 1 | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Суп молочный с макаронными изделиями | 93 | 200 | 11,38 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн-2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| | итого завтрак | | 460 | 28,64 | 12,63 | 13,66 | 38,23 | 351 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Яблоки свежие | 368 | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| <i>Обед</i> | Салат из белокачанной капусты (с морковью) | 20 | 60 | 5,26 | 0,84 | 3,05 | 5,41 | 52 |
| | Суп картофельный с чечевицей | 81 | 200 | 7,31 | 5,43 | 4,26 | 14,33 | 117 |
| | Биточки, рубленые из говядины с соусом сметанным с томатом и луком | 282 | 110 | 50,04 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183 |
| | Каша рассыпчатая гречневая (гарнир) | 313 | 150 | 11,65 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 244 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Компот из сушеных фруктов | 376 | 180 | 3,54 | 0,40 | 0,02 | 24,99 | 102 |
| | итого обед | | 750 | 80,80 | 31,56 | 23,46 | 120,73 | 818 |
| <i>Полдник</i> | Ватрушки творожные | 458 | 70 | 10,58 | 9,22 | 5,48 | 29,18 | 202 |

| | | | | | | | | |
|------------------------|--|---------------|----------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Сок натуральный (3 л банка) виноградный | 0 | 200 | 5,20 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | 100 |
| | итого полдник | | 270 | 15,78 | 9,82 | 5,88 | 61,78 | 302 |
| <i>Ужин</i> | Рагу овощное (4-ый вариант) (гарнир) со сметанным соусом | 344 | 150 | 16,41 | 2,80 | 6,41 | 14,99 | 129 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Чай с молоком | 394 | 180 | 6,61 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89 |
| | итого ужин | | 360 | 24,82 | 7,72 | 9,35 | 44,90 | 293 |
| | итого первый день первой недели | | 1940 | 159,16 | 62,13 | 52,75 | 275,44 | 1811 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| | | | | | | | | |
| Неделя 1 День 2 | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Каша жидкая овсяная с сахаром и маслом | 185 | 208 | 10,00 | 4,91 | 6,00 | 28,41 | 187 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2ГН-2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| | итого завтрак | | 468 | 27,26 | 11,79 | 14,45 | 47,80 | 393 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Бананы | 368 | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| <i>Обед</i> | Салат из свеклы с зеленым горошком | 34 | 60 | 6,55 | 1,00 | 2,51 | 4,92 | 46 |
| | Рассольник ленинградский с рисом | 76 | 200 | 8,35 | 1,60 | 4,09 | 13,54 | 97 |
| | Тефтели мясные (2-й вариант) из говядины со сметанным соусом | 287 | 80 | 47,70 | 10,91 | 12,53 | 13,79 | 212 |
| | Картофель отварной с маслом (гарнир) | 318 | 150 | 13,33 | 2,86 | 4,32 | 23,01 | 142 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Компот из яблок | 372 | 180 | 4,76 | 0,14 | 0,14 | 21,49 | 88 |
| | итого обед | | 720 | 83,69 | 20,36 | 24,39 | 101,55 | 705 |
| <i>Полдник</i> | Печенье сахарное "Юбилейное" | 0 | 20 | 2,40 | 1,50 | 3,70 | 13,40 | 91 |
| | Айран | 401 | 190 | 19,36 | 5,32 | 4,75 | 8,36 | 97 |
| | итого полдник | | 210 | 21,76 | 6,82 | 8,45 | 21,76 | 188 |
| <i>Ужин</i> | Макароны, запеченные с сыром, с маслом | 207 | 205 | 13,59 | 9,56 | 8,58 | 39,24 | 272 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,40 | 0,30 | 13,80 | 68 |
| | Чай с молоком | 394 | 180 | 6,61 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89 |

| | | | | | | | | |
|------------------------|---|---------------|----------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | итого ужин | | 415 | 22,00 | 14,63 | 11,22 | 67,35 | 429 |
| | итого второй день первой недели | | 1913 | 171,16 | 55,10 | 59,01 | 259,46 | 1811 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| | | | | | | | | |
| Неделя 1 День 3 | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Каша вязкая рисовая с маслом | 168 | 208 | 10,58 | 3,09 | 4,07 | 36,98 | 197 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 396 | 180 | 9,70 | 2,65 | 1,79 | 18,83 | 102 |
| | итого завтрак | | 448 | 36,26 | 12,42 | 14,31 | 75,20 | 479 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Бананы | 368 | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| <i>Обед</i> | Салат из свежих помидоров с луком | 14 | 60 | 10,43 | 0,68 | 3,71 | 2,83 | 47 |
| | Суп картофельный с фасолью | 81 | 200 | 6,95 | 4,09 | 4,28 | 12,91 | 107 |
| | Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом | 305 | 80 | 46,19 | 15,64 | 0,25 | 13,46 | 151 |
| | Картофельное пюре (гарнир) | 321 | 150 | 13,43 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Кисель из джема малинового (клубничного) | 383 | 180 | 4,37 | 0,10 | 0,00 | 21,09 | 85 |
| | итого обед | | 720 | 84,37 | 27,42 | 13,84 | 95,53 | 647 |
| <i>Полдник</i> | Пирожки печеные с повидлом яблочным | 454 | 50 | 4,22 | 2,88 | 1,17 | 27,78 | 133 |
| | Кефир | 401 | 190 | 19,67 | 5,22 | 4,50 | 17,20 | 130 |
| | итого полдник | | 240 | 23,89 | 8,10 | 5,67 | 44,98 | 263 |
| <i>Ужин</i> | Омлет натуральный с маслом | 215 | 85 | 19,23 | 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Чай с молоком | 394 | 180 | 6,61 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89 |
| | итого ужин | | 295 | 27,64 | 12,44 | 16,40 | 31,42 | 321 |
| | итого третий день первой недели | | 1803 | 188,61 | 61,88 | 50,72 | 268,13 | 1806 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая |

| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | ценность, ккал |
|---|--|------------------|-------------------|---------------|------------------|--------------|---------------|--|
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Каша жидкая манная с сахаром и маслом | 185 | 208 | 9,54 | 3,18 | 3,89 | 26,38 | 153 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн- 2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| итого завтрак | | | 468 | 26,80 | 10,06 | 12,34 | 45,77 | 359 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Конфеты сливочные "Лёвушка" | 0 | 20 | 6,80 | 0,34 | 2,08 | 14,94 | 77 |
| итого 2-ой завтрак | | | 20 | 6,80 | 0,34 | 2,08 | 14,94 | 77 |
| <i>Обед</i> | Винегрет овощной (с зеленым горошком) | 45 | 60 | 5,99 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 82 |
| | Борщ с картофелем | 58 | 200 | 9,65 | 1,63 | 4,00 | 11,29 | 88 |
| | Рыба (хек), запеченная в сметанном соусе | 252 | 80 | 29,26 | 9,40 | 5,47 | 1,94 | 95 |
| | Каша рассыпчатая гречневая (гарнир) | 313 | 150 | 11,65 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 244 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Кисель из сока натурального | 382 | 180 | 6,34 | 0,51 | 0,05 | 27,18 | 111 |
| итого обед | | | 720 | 65,89 | 24,81 | 20,12 | 108,91 | 740 |
| <i>Полдник</i> | Булочка домашняя | 469 | 50 | 3,51 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 179 |
| | Сок натуральный (3 л банка) виноградный | 0 | 200 | 5,20 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | 100 |
| | итого полдник | | | 250 | 8,71 | 4,24 | 6,66 | 59,56 |
| <i>Ужин</i> | Запеканка из творога с манной крупой | 237 | 130 | 32,01 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн- 2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| | итого ужин | | | 360 | 35,09 | 19,99 | 12,65 | 32,75 |
| итого четвертый день первой недели | | | 1818 | 143,29 | 59,44 | 53,85 | 261,93 | 1803 |
| Наименование блюд | | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергети- ческая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | | углеводы | |
| Неделя 1 День 5 | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---------------|----------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| <i>Завтрак</i> | Суп молочный с пшеном | 94 | 200 | 11,70 | 5,80 | 5,48 | 18,57 | 147 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай с лимоном | 393 | 180 | 2,23 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 41 |
| | итого завтрак | | 440 | 29,91 | 12,60 | 13,95 | 48,16 | 368 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Яблоки свежие | 368 | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| <i>Обед</i> | Томаты соленые | 0 | 35 | 4,03 | 0,39 | 0,04 | 0,56 | 5 |
| | Суп картофельный с горохом | 81 | 200 | 5,33 | 4,39 | 4,22 | 13,06 | 108 |
| | Плов из курицы | 304 | 210 | 59,33 | 21,47 | 19,69 | 35,69 | 377 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Компот из сушеных фруктов | 376 | 180 | 3,54 | 0,40 | 0,02 | 24,99 | 102 |
| | итого обед | | 675 | 75,23 | 30,50 | 24,77 | 99,10 | 712 |
| <i>Полдник</i> | Пряники | 0 | 40 | 4,80 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134 |
| | Сок натуральный (апельсин яблоч. виноград.) | 0 | 180 | 12,06 | 1,26 | 0,18 | 23,76 | 108 |
| | итого полдник | | 220 | 16,86 | 3,18 | 1,30 | 54,84 | 242 |
| <i>Ужин</i> | Оладьи с джемом абрикосовым | 449 | 130 | 10,47 | 9,06 | 8,11 | 55,77 | 332 |
| | Какао с молоком | 397 | 180 | 9,20 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 |
| | итого ужин | | 310 | 19,67 | 12,73 | 11,30 | 71,59 | 439 |
| | итого пятый день первой недели | | 1745 | 150,79 | 59,41 | 51,72 | 283,49 | 1808 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| | | | | | | | | |
| Неделя 2 День 1 (6) | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Каша молочная "Дружба" | 54-16к-2020 | 200 | 15,04 | 5,10 | 10,90 | 25,00 | 217 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай с лимоном | 393 | 180 | 2,23 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 41 |
| | итого завтрак | | 440 | 33,25 | 11,90 | 19,37 | 54,59 | 438 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Конфеты желейные (мармелад) | 0 | 20 | 5,50 | 0,02 | 0,02 | 18,48 | 74 |
| | итого 2-ой завтрак | | 20 | 5,50 | 0,02 | 0,02 | 18,48 | 74 |
| <i>Обед</i> | Салат из белокачанной капусты (с морковью) | 20 | 60 | 5,26 | 0,84 | 3,05 | 5,41 | 52 |

| | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---------------|----------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Суп картофельный с горохом | 81 | 200 | 5,33 | 4,39 | 4,22 | 13,06 | 108 |
| | Гуляш из отварного мяса с соусом томатным | 277 | 160 | 94,96 | 20,63 | 16,30 | 5,24 | 250 |
| | Картофельное пюре (гарнир) | 321 | 150 | 13,43 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Компот из яблок | 372 | 180 | 4,76 | 0,14 | 0,14 | 21,49 | 88 |
| | итого обед | | 800 | 126,74 | 32,91 | 29,31 | 90,44 | 755 |
| <i>Полдник</i> | Булочка домашняя | 469 | 50 | 3,51 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 179 |
| | Сок натуральный (апельсин яблоч. виноград.) | 0 | 180 | 12,06 | 1,26 | 0,18 | 23,76 | 108 |
| | итого полдник | | 230 | 15,57 | 4,90 | 6,44 | 50,72 | 287 |
| <i>Ужин</i> | Яйца вареные | 213 | 40 | 8,10 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63 |
| | Икра кабачковая | 0 | 30 | 2,70 | 0,48 | 1,89 | 1,78 | 27 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Чай с молоком | 394 | 180 | 6,61 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89 |
| | итого ужин | | 280 | 19,21 | 10,48 | 9,43 | 31,97 | 254 |
| | итого первый день второй недели | | 1770 | 200,27 | 60,21 | 64,57 | 246,20 | 1808 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| | | | | | | | | |
| Неделя 2 День 2 (7) | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Каша вязкая пшенная с маслом | 168 | 208 | 11,34 | 5,67 | 5,28 | 37,44 | 220 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай с лимоном | 393 | 180 | 2,23 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 41 |
| | итого завтрак | | 448 | 29,55 | 12,47 | 13,75 | 67,03 | 441 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Яблоки свежие | 368 | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| <i>Обед</i> | Винегрет овощной (с зеленым горошком) | 45 | 60 | 5,99 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 82 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 57 | 200 | 9,44 | 1,45 | 3,93 | 10,19 | 82 |
| | Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом | 305 | 80 | 46,19 | 15,64 | 0,25 | 13,46 | 151 |
| | Макаронные изделия отварные (гарнир) | 317 | 150 | 6,17 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |

| | | | | | | | | |
|----------------------------|--|---------------|----------------|-------|------------------|-------|----------|-------------------------------|
| | Кисель из джема малинового (клубничного) | 383 | 180 | 4,37 | 0,10 | 0,00 | 21,09 | 85 |
| | итого обед | | 720 | 75,16 | 27,38 | 13,21 | 101,05 | 688 |
| <i>Полдник</i> | Коржики молочные | 496 | 74 | 5,06 | 4,89 | 8,43 | 46,48 | 281 |
| | Йогурт питьевой 1,5 % жирности | 0 | 100 | 12,50 | 2,40 | 1,50 | 11,70 | 70 |
| | итого полдник | | 174 | 17,56 | 7,29 | 9,93 | 58,18 | 351 |
| <i>Ужин</i> | Запеканка манная с соусом яблочным | 188 | 230 | 19,83 | 6,62 | 4,79 | 43,95 | 245 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн-2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| | итого ужин | | 430 | 21,11 | 6,82 | 4,79 | 43,95 | 271 |
| | итого второй день второй недели | | 1872 | 153 | 54 | 42 | 280 | 1798 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| | | | | | | | | |
| Неделя 2 День 3 (8) | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Каша жидкая рисовая с сахаром и маслом | 185 | 208 | 10,00 | 2,17 | 3,89 | 27,45 | 154 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 396 | 180 | 9,70 | 2,65 | 1,79 | 18,83 | 102 |
| | итого завтрак | | 448 | 35,68 | 11,50 | 14,13 | 65,67 | 436 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Бананы | 368 | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| <i>Обед</i> | Огурец в нарезке | 54-2з-2020 | 60 | 9,00 | 0,50 | 0,00 | 1,80 | 9 |
| | Суп картофельный с чечевицей | 81 | 200 | 7,31 | 5,43 | 4,26 | 14,33 | 117 |
| | Птица, тушенная в соусе с овощами | 302 | 230 | 39,58 | 11,94 | 8,64 | 20,88 | 209 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 50 | 3,00 | 4,00 | 0,50 | 23,00 | 113 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 50 | 3,00 | 3,75 | 1,00 | 26,00 | 125 |
| | Компот из сушеных фруктов | 376 | 180 | 3,54 | 0,40 | 0,02 | 24,99 | 102 |
| | итого обед | | 770 | 65,43 | 26,02 | 14,42 | 111,00 | 675 |
| <i>Полдник</i> | Кексы | 0 | 55 | 10,45 | 3,41 | 7,48 | 18,92 | 152 |
| | Кефир | 0 | 180 | 18,36 | 4,70 | 5,10 | 6,70 | 91 |
| | итого полдник | | 235 | 28,81 | 8,11 | 12,58 | 25,62 | 243 |
| <i>Ужин</i> | Сырники из творога с вареньем | 231 | 120 | 32,15 | 18,69 | 12,67 | 11,40 | 234 |
| | Какао с молоком | 397 | 180 | 9,20 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 |

| | | | | | | | | |
|---------------------|--|---------------|----------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | итого ужин | | 300 | 41,35 | 22,36 | 15,86 | 27,22 | 341 |
| | итого третий день второй недели | | 1853 | 187,72 | 69,49 | 57,49 | 250,51 | 1791 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |
| | | | | | | | | |
| | Неделя 2 День 4 (9) | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Суп молочный с макаронными изделиями | 93 | 200 | 11,38 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн-2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| | итого завтрак | | 460 | 28,64 | 12,63 | 13,66 | 38,23 | 351 |
| <i>2-ой завтрак</i> | Бананы | 368 | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| | итого 2-ой завтрак | | 100 | 16,45 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| <i>Обед</i> | Помидоры в нарезке | 54-3з-2020 | 60 | 10,80 | 0,40 | 0,00 | 2,50 | 12 |
| | Суп картофельный из перловой крупы | 80 | 200 | 5,89 | 2,01 | 2,23 | 13,60 | 83 |
| | Тефтели мясные (2-й вариант) из говядины со сметанным соусом | 287 | 80 | 47,70 | 10,91 | 12,53 | 13,79 | 212 |
| | Каша рассыпчатая гречневая (гарнир) | 313 | 150 | 11,65 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 244 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 20 | 1,20 | 1,60 | 0,20 | 9,20 | 45 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 30 | 1,80 | 2,25 | 0,60 | 15,60 | 75 |
| | Компот из сушеных фруктов | 376 | 180 | 3,54 | 0,40 | 0,02 | 24,99 | 102 |
| | итого обед | | 720 | 82,58 | 26,17 | 21,67 | 118,32 | 773 |
| <i>Полдник</i> | Печенье сахарное "Юбилейное" | 0 | 20 | 2,40 | 1,50 | 3,70 | 13,40 | 91 |
| | Сок натуральный (3 л банка) виноградный | 0 | 200 | 5,20 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | 100 |
| | итого полдник | | 220 | 7,60 | 2,10 | 4,10 | 46,00 | 191 |
| <i>Ужин</i> | Блинчики со сгущенным молоком | 447 | 120 | 11,73 | 6,52 | 3,71 | 40,47 | 221 |
| | Кофейный напиток с молоком | 395 | 180 | 7,85 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 |
| | итого ужин | | 480 | 31,64 | 10,63 | 6,30 | 78,59 | 420 |
| | итого четвертый день второй недели | | 1980 | 166,91 | 53,03 | 46,23 | 302,14 | 1831 |
| | Наименование блюд | номер рецепта | 3-7 лет | | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | выход блюда, г | цена | белки | жиры | углеводы | |

| Неделя 2 День 5 (10) | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---|-------------|--------------|----------------|---------------|---------------|----------------|--------------|
| Завтрак | Каша вязкая манная с сахаром и маслом | 168 | 208 | 9,92 | 4,52 | 4,07 | 35,46 | 197 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 3 | 60 | 15,98 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн-2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| итого завтрак | | | 468 | 27,18 | 11,40 | 12,52 | 54,85 | 403 |
| 2-ой завтрак | Яблоки свежие | 368 | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| | итого 2-ой завтрак | | | 100 | 9,12 | 0,40 | 0,40 | 9,80 |
| Обед | Салат из свежих помидоров и огурцов с луком зеленым | 15 | 60 | 12,80 | 0,58 | 3,68 | 1,85 | 43 |
| | Суп картофельный с клецками | 85 | 200 | 5,85 | 1,68 | 2,69 | 9,71 | 70 |
| | Плов из курицы | 304 | 210 | 59,33 | 21,47 | 19,69 | 35,69 | 377 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 50 | 3,00 | 4,00 | 0,50 | 23,00 | 113 |
| | Хлеб пшенично-ржаной (нарезной) | 0 | 50 | 3,00 | 3,75 | 1,00 | 26,00 | 125 |
| | Кисель из джема малинового (клубничного) | 383 | 180 | 4,37 | 0,10 | 0,00 | 21,09 | 85 |
| | 0 | 0 | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0 |
| итого обед | | | 750 | 88,35 | 31,58 | 27,56 | 117,34 | 813 |
| Полдник | Пирожки печеные с фаршем яблочным | 454 | 50 | 3,84 | 2,88 | 1,24 | 23,94 | 118 |
| | Сок натуральный (3 л банка) виноградный | 0 | 200 | 5,20 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | 100 |
| итого полдник | | | 250 | 9,04 | 3,48 | 1,64 | 56,54 | 218 |
| Ужин | Каша кукурузная вязкая | 405 | 200 | 8,75 | 3,00 | 0,40 | 25,80 | 120 |
| | Айран | 0 | 100 | 10,20 | 1,40 | 0,50 | 1,80 | 17 |
| | Хлеб пшеничный (нарезной) | 0 | 40 | 2,40 | 3,20 | 0,40 | 18,40 | 90 |
| | Чай черный байховый с сахаром | 54-2гн-2020 | 200 | 1,28 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 26 |
| | 0 | 0 | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0 |
| итого ужин | | | 540 | 22,63 | 7,80 | 1,30 | 46,00 | 253 |
| итого пятый день второй недели | | | 2108 | 156,32 | 54,66 | 43,42 | 284,53 | 1734 |
| Завтрак | | | 4548 | 303,17 | 119,40 | 142,14 | 535,53 | 4019 |
| 2-ой завтрак | | | 840 | 114,58 | 7,96 | 5,70 | 156,62 | 723 |
| Обед | | | 7345 | 828,24 | 278,71 | 212,75 | 1063,97 | 7326 |
| Полдник | | | 2299 | 165,58 | 58,04 | 62,65 | 479,98 | 2564 |
| Ужин | | | 3770 | 265,16 | 125,60 | 98,60 | 475,74 | 3369 |
| Всего за две недели (10 дней) | | | 18802 | 1677,23 | 589,35 | 521,76 | 2711,83 | 18001 |
| Среднесуточное потребление | | | 1880 | 167,72 | 58,94 | 52,18 | 271,18 | 1800 |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|-------|-------|--------|------|
| | Рекомендуемая норма | | | | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800 |
| | Отклонение (-) дефицит, (+) больше нормы | | | | 4,94 | -7,82 | 10,18 | 0 |

Составил: руководитель-главный бухгалтер Централизованной бухгалтерии

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575959

Владелец Джазаева Фатима Аубекировна

Действителен с 18.04.2022 по 18.04.2023

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 2241331179433258965477892812032749152869128122

Владелец Семенова Венера Азретовна

Действителен с 14.10.2022 по 14.10.2023