

# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий \_\_\_\_\_ /С.Ю. Ивашова

1 день – понедельник

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюда)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы,мг			Витамины, мг		
							Ca	Fe	В1	В2	С	
<b>Завтрак</b>												
7.8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,8	5,6	21,9	151	78,5	0,9	0,1	0,1	0,1	0,3
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	2,2	10,0	67	79,4	0,1	0	0,1	0,1	0,4
3/13	Батон с сыром	30/10	4,91	2,93	14,01	103,4	100	0,07	0	0	0	0,1
7.01	Масло сливочное	10	0,00005	0,00825	0,00008	75,14312	2,4	0,02	0	0,012	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>350</b>	<b>12,01</b>	<b>10,74</b>	<b>45,91</b>	<b>396,5</b>	<b>260,3</b>	<b>10,09</b>	<b>0,1</b>	<b>0,22</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>
<b>10-00</b>												
	Сок или фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>												
7.30/1	Салат из отварного картофеля, моркови, с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	30	0,4	4,5	3,2	53	5,8	0,2	0	0	0	1,3
7.32/2	Суп фасолевый	150	2,8	2,9	10,8	74	22,3	0,9	0,1	0	0	2,2
7.8/3/1	Капуста тушеная	120	2,76	2,28	13,92	74,4	65,52	0,84	0	0	0	25,08
4/10	Компот из сухофрукты	150	0,2	0	14,5	53	5,6	0,1	0	0	0	37,6
4/14	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,0	0,0	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0	0,0
7.1/8	Мясо говядины отварное	60	16,1	11,5	0,6	170	10,0	2,1	0	0,1	0,1	0,1
	<b>Итого за прием</b>	<b>560</b>	<b>25,89</b>	<b>21,79</b>	<b>67,49</b>	<b>534,68</b>	<b>124,8</b>	<b>5,24</b>	<b>0,09</b>	<b>1,02</b>	<b>66,28</b>	<b>66,28</b>
<b>Полдник</b>												
7.17/5/1	Пудинг из творога	120	17,5	12,6	26,5	285	148,3	1,0	0,1	0,2	0,2	0,2
7.185	Повидло	15	0,6	1,8	2,2	26	16,4	0,1	0	0	0	0
7.10/10/2	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	46	0,2	0	0	0	0	0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>315</b>	<b>19,81</b>	<b>13,0</b>	<b>48</b>	<b>395</b>	<b>156,5</b>	<b>1,78</b>	<b>0,14</b>	<b>0,22</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1375</b>	<b>58,21</b>	<b>45,56</b>	<b>171,5</b>	<b>1368</b>	<b>548,6</b>	<b>18,51</b>	<b>0,34</b>	<b>1,47</b>	<b>69,28</b>	<b>69,28</b>



# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

2 день – вторник

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/С.Ю. Ивашова

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки г,	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг		
							Са	Fe	В1	В2	С	
7.4/4	Завтрак Каша кукурузная молочная с маслом	150	3,3	4,5	16,9	119	94	0,2	0	0	0,1	0,4
14/10	Какао с молоком	150	2,9	2,6	18,4	101	83,8	0,8	2	0,1	0,1	0,4
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>350</b>	<b>8,8</b>	<b>12,22</b>	<b>51,02</b>	<b>340,4</b>	<b>179,4</b>	<b>10,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,8</b>
	<b>10-00</b>											
	Сок или фрукт в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
	<b>Обед</b>											
7.8/2	Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной	150	1,2	1,9	6,0	42	25,7	0,4	0	0	0	8,3
7.18/3/1	Рагу из овощей	120	1,92	3,0	12,84	78	27,36	0,72	0	0	0	8,52
7.7/10	Компот из яблок	150	0,00005	0,00005	0,0111	46,329	7,6	0,2	0	0	0	52,6
5/7	Рыба жареная	70	11,66	2,0	2,414	62	27,88	0,59	0,07	0,07	0,07	0,26
4/14	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	25	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,0	0,0	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>545</b>	<b>15,31</b>	<b>8,04</b>	<b>68,37</b>	<b>382,28</b>	<b>129,58</b>	<b>2,9</b>	<b>0,19</b>	<b>0,22</b>	<b>0,22</b>	<b>70,3</b>
	<b>Полдник</b>											
7.22/2	Суп молочный с крупой	150	2,6	3,1	10,9	86	81,4	0,2	0	0,1	0,1	0,4
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином	20	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,02	0,0
7.209	Пряник	40	0,00192	0,00112	0,03108	140	29,92	0,56	0,06	0,05	0,05	0,1
7.10/10 /2	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	46	0,2	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>360</b>	<b>10,51</b>	<b>11,92</b>	<b>64,33</b>	<b>398,64</b>	<b>128,7</b>	<b>1,58</b>	<b>0,14</b>	<b>0,22</b>	<b>0,22</b>	<b>0,5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1405</b>	<b>35,02</b>	<b>32,58</b>	<b>193,5</b>	<b>1190,32</b>	<b>453,7</b>	<b>16,68</b>	<b>2,36</b>	<b>0,66</b>	<b>0,66</b>	<b>81,6</b>



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/С.Ю. Ивашова

3 день – среда

возрастная категория с-2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг		
							Ca	Fe	В1	В2	С	
<b>Завтрак</b>												
7.11/4/4	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150	4,9	4,5	24,4	154	73,1	0,8	0,1	0,1	0,1	0,3
14/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	2,2	10,0	67	79,4	0,1	0	0	0,1	0,4
7.11/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>350</b>	<b>9,8</b>	<b>11,82</b>	<b>50,12</b>	<b>341,4</b>	<b>154,1</b>	<b>0,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,7</b>
<b>10-00</b>												
	Сок или фрукт в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>												
7.27/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы, р. лука с растительным маслом	30	0,6	2,1	4,0	36	3,4	0,2	0	0	0	1,0
7.30/2	Уха рыбацкая	140	4,76	1,54	7,7	60,2	15,54	0,56	0	0	0	3,78
7.16/3/1	Свекла, тушеная в сметанном соусе	120	2,04	2,16	13,44	69,6	43,2	1,44	0	0	0	4,56
7.14/8	Биточки (котлеты) из говядины запеченные со сметанным соусом	60	8,5	8,3	3,9	161	6,1	1,1	0	0	0,1	0
7.15/10	Компот из сухофруктов	150	0,2	0,1	13,6	54	3,1	0,2	0	0	0	66,8
4/14	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,05	0,0	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>19,73</b>	<b>14,74</b>	<b>67,11</b>	<b>491,08</b>	<b>86,92</b>	<b>4,6</b>	<b>0,09</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>76,14</b>
<b>Полдник</b>												
7.43-2/3/1	Макаронные изделия с сыром	130	4,6	303	29,6	198,71	11,1	0,6	0,1	0	0	0
7.10/10/2	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	46	0,2	0	0	0	0	0
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	20	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>300</b>	<b>6,91</b>	<b>303,42</b>	<b>51,03</b>	<b>308,35</b>	<b>18,3</b>	<b>1,38</b>	<b>0,14</b>	<b>0,14</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1310</b>	<b>36,84</b>	<b>330,38</b>	<b>178,06</b>	<b>1209,83</b>	<b>275,32</b>	<b>9,08</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>0,34</b>	<b>86,84</b>



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/С.Ю. Иващова

4 день – четверг

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг		
							Ca	Fe		B1	B2	C
415/4	Завтрак Каша пшеничная молочная с маслом слив.	150	4,9	4,5	24,4	154	73,1	0,8		0,1	0,1	0,3
7084	Кофейный напиток на молоке	150	2,3	2,2	10,0	67	79,4	0,1		0	0,1	0,4
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0		0	0	0
7435/6	Сыр	7	0,00167	0,00173	0,00000	22,77740	70	0,05		0	0,03	0,05
	<b>Итого за прием</b>	<b>357</b>	<b>9,81</b>	<b>11,83</b>	<b>50,12</b>	<b>364,18</b>	<b>224,1</b>	<b>0,95</b>		<b>0,1</b>	<b>0,23</b>	<b>0,75</b>
	<b>10-00</b>											
	Сок или фрукт в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3		0,04	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>		<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
	<b>Обед</b>											
7.13/1	Салат из моркови с растительным маслом	30	0,3	2,0	3,7	31	7,2	0,3		0	0	0,9
7.9/2	Рассольник с крупой и сметаной	150	1,4	3,3	10,4	74	16,7	0,5		0	0	4,0
7.18/3/1	Рагу из овощей	120	1,92	3,0	12,84	78	27,36	0,72		0	0	8,52
7.2/8/9	Суфле из мяса кур паровое	50	9,9	11,36	2,22	125	36,83	0,85		0,03	0,10	0,22
7.1/10	Компот из яблок и изюм	150	0,2	0	14,5	54	5,6	0,1		0	0	37,6
4/14	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32		0,05	0,0	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78		0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>13,55</b>	<b>15,44</b>	<b>67,01</b>	<b>434,28</b>	<b>79,44</b>	<b>3,22</b>		<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>51,32</b>
	<b>Полдник</b>											
7.3/6/6	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	100	6,6	4,6	6,5	85	53,8	1,1		0,1	0,2	2,1
7.10/10/2	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	46	0,2	0		0	0	0
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	25	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78		0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>275</b>	<b>8,91</b>	<b>5,02</b>	<b>27,93</b>	<b>174,6</b>	<b>61,0</b>	<b>1,88</b>		<b>0,14</b>	<b>0,22</b>	<b>2,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1332</b>	<b>32,67</b>	<b>32,69</b>	<b>154,86</b>	<b>1062,1</b>	<b>380,54</b>	<b>8,25</b>		<b>0,36</b>	<b>0,47</b>	<b>64,17</b>



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/С.Ю. Ивашова



5 день – пятница

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы, мг		
							Ca	Fe	Витамины, мг
							B1	B2	C
<b>Завтрак</b>									
7.5/4	Каша манная молочная со сливочным маслом	150	4,0	3,8	21,4	133	0	0,1	0,3
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	2,2	10,0	67	0	0,1	0,4
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>350</b>	<b>8,9</b>	<b>11,12</b>	<b>47,12</b>	<b>320,4</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,7</b>
<b>10-00</b>									
	Сок фруктовый или фрукт	150	0,6	0,6	14,7	69	0,04	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>									
7.20/1/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	0,4	2,5	2,7	32	0	0	0,6
7.18/2	Суп пюре из овощей с крупой	150	1,3	0,8	9,1	69,75	0	0	1,8
7.36/8	Макаронные изделия отварные	120	11,52	10,54	21,01	178	2,4	0,14	10,8
7.7/10	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,1	15,0	54	0,2	0	52,6
7.9/8	Печень по -строгановски	60	15,1	15,8	3,0	108	2,09	0,1	6,0
4/14	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,32	0,12	9,84	46,64	0,32	0,05	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	0,78	0,04	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>560</b>	<b>16,13</b>	<b>11,94</b>	<b>74,87</b>	<b>552,03</b>	<b>4,3</b>	<b>0,19</b>	<b>65,9</b>
<b>Полдник</b>									
7.38/3	Морковная запеканка	100	2,6	3,0	19,8	105	0,9	0,1	2,1
7.2/11	Сдоба обыкновенная	50	0,5	0,9	3,0	145	0	0	0,1
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	25	2,31	0,42	14,63	63,64	0,78	0,04	0,0
7.10/10	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	26,25	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>325</b>	<b>9,51</b>	<b>7,82</b>	<b>87,93</b>	<b>339,89</b>	<b>2,58</b>	<b>0,14</b>	<b>2,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1385</b>	<b>34,94</b>	<b>31,28</b>	<b>219,72</b>	<b>1212,32</b>	<b>9,48</b>	<b>0,36</b>	<b>78,9</b>



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий \_\_\_\_\_ /С.Ю. Ивашова

возрастная категория с 2 до 3 лет

6 день – понедельник

Номер	Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Витамины, мг					
							Минеральные элементы, мг	Ca	Fe	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	с
4.14/4	Завтрак Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,5	3,9	25,3	146	87,1	0,6	0,1	0,1	0,1	0,3
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0	0
14/10	Какао с молоком	150	2,9	2,6	18,4	101	83,8	0,8	2	0,1	0,1	0,4
	<b>Итого за прием 10-00</b>	<b>350</b>	<b>10,0</b>	<b>11,62</b>	<b>59,42</b>	<b>367,4</b>	<b>172,5</b>	<b>1,4</b>	<b>2,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,7</b>
7.031-4	Напиток с витаминами «Витошка»	150	0,4	0,4	9,8	42,68	16,0	2,2	0,03	0,0	0,0	10,0
	<b>Итого за прием Обед</b>	<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42,68</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
5/2	Свекольник со сметаной	150	1,3	3,3	10,3	70	23,8	0,8	0	0	0	4,1
7.28/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и раст.	30	0,5	2,0	3,7	33	5,4	0,2	0	0	0	1,1
7.4/8/1	Плов из мяса говядины	180	13,3	14,9	33,0	314	19,2	2,0	0,1	0,1	0,1	0,9
7.115/1	Компот из сухофруктов	150	0,4	0	14,9	54	10,9	0,2	0	0	0	37,6
7.051	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,0	0,0	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0	0,0
	<b>Итого за прием Полдник</b>	<b>560</b>	<b>19,13</b>	<b>20,74</b>	<b>86,37</b>	<b>581,28</b>	<b>74,88</b>	<b>4,3</b>	<b>0,19</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>43,7</b>
7.11/5/2	Запеканка из творога	120	19,4	11,5	21,0	265	164,3	0,6	0	0,3	0,3	0,3
7.1/11/2	Повидло	15	0,4	1,2	1,4	17	12,5	0	0	0	0	0,1
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,02	0,0
7.10/10	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	26	0,2	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием Итого за день</b>	<b>315</b>	<b>22,11</b>	<b>13,12</b>	<b>43,83</b>	<b>371,64</b>	<b>184</b>	<b>1,38</b>	<b>0,04</b>	<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1375</b>	<b>51,64</b>	<b>45,88</b>	<b>199,42</b>	<b>1363</b>	<b>447,38</b>	<b>9,28</b>	<b>2,36</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>54,8</b>



# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/С.Ю. Ивашова

7 день – вторник

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг		
							Ca	Fe	Bi	B2	B1	B2
4.8/4	Завтрак Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,8	5,6	21,9	151	78,5	0,9	0,1	0,1	0,1	0,3
7.084	Кофейный напиток на молоке	150	2,3	2,2	10,0	67	79,4	0,1	0	0,1	0,1	0,4
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0	0
7.435/6	Сыр	7	0,00167	0,00173	0,00000	22,77740	70	0,05	0	0,03	0,03	0,05
	<b>Итого за прием</b>	<b>350</b>	<b>9,71</b>	<b>12,93</b>	<b>47,62</b>	<b>361,18</b>	<b>229,5</b>	<b>1,05</b>	<b>0,1</b>	<b>0,23</b>	<b>0,23</b>	<b>0,45</b>
	<b>10-00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
	<b>Обед</b>											
7.1/3/1	Суп пюре гороховый	150	3,9	1,3	13,1	72	24,5	1,2	0,1	0	0	0,4
7.23/1	Салат из свеклы с соленым огурцом и растительным маслом	30	0,4	2,5	2,3	31	9,0	0,3	0	0	0	0,7
7.4/8/1	Отварной картофель	120	2,28	3,36	18,96	111,6	14,76	0,96	0,12	0,12	0,12	4,8
7.9/7	Биточки (котлеты) рыбные	60	8,2	1,2	4,8	63	35,5	0,5	0,1	0,1	0,1	0,4
7.2/10	Компот из яблок и изюма	150	0,2	0	14,5	54	4,5	0,1	0	0	0	37,5
7.051	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,05	0,05	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>560</b>	<b>18,61</b>	<b>8,9</b>	<b>78,13</b>	<b>441,88</b>	<b>103,84</b>	<b>4,16</b>	<b>0,41</b>	<b>0,24</b>	<b>0,24</b>	<b>43,8</b>
	<b>Полдник</b>											
83	Гарнир овощной сборный	130	3,0	2,5	15,0	81	71,0	1,0	0	0	0,1	27,1
7.308/2	Сдоба обыкновенная	50	2,25	15,5	31,5	275	8,0	0,6	0,05	0,02	0,02	0,0
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,02	0,0
7.10/10	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	26	0,2	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>360</b>	<b>12,71</b>	<b>10,82</b>	<b>65,53</b>	<b>384,64</b>	<b>122,3</b>	<b>2,38</b>	<b>0,14</b>	<b>0,22</b>	<b>0,22</b>	<b>27,2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1420</b>	<b>41,03</b>	<b>32,64</b>	<b>191,29</b>	<b>1256,7</b>	<b>471,64</b>	<b>351,72</b>	<b>9,79</b>	<b>0,71</b>	<b>0,71</b>	<b>81,45</b>



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий

  
/С.Ю. Ивашова

8 день – среда

возрастная категория с 2 до 3 лет

Ном ер	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ калл.	Витамины, мг					
							Минеральные элементы,мг					
							Ca	Fe	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	с	
<b>Завтрак</b>												
7.19/4	Каша ассорти (пшенично-кукурузная) со сливочным маслом	150	4,5	4,5	21,3	141	87,9	0,5	0,1	0,1	0,4	
14/10	Какао с молоком	150	2,9	2,6	18,4	101	83,8	0,8	2	0,1	0,4	
7.1/13	Батон с маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>							362,4	173,3	0,13	2,1	0,2	0,8
	Сок фруктовый в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	10	
<b>Итого за прием</b>							69	24	3,3	0,04	0	10
<b>Обед</b>												
2/2	Борщ со сметаной	150	1,3	3,2	7,6	60	25,1	0,6	0	0	6,5	
1/1	Салат из припущенной моркови и яблок с раст.маслом	30	0,35	0,2	3,3	32	7,1	0,19	0,01	0,02	1,3	
7.3/3/4	Картофельное пюре	120	2,52	3,36	17,88	108	29,64	0,84	0,12	0,12	8,64	
7.14/8	Биточки (котлеты) мясные	60	8,5	8,3	3,9	125	6,1	1,1	0	0,1	0	
7.138	Компот из кураги и изюма	150	0,2	0	14,5	53	5,6	0,1	0	0	37,6	
7.051	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,0	0,0	
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0	
<b>Итого за прием</b>							470,68	86,18	3,88	0,23	0,26	54,7
<b>Полдник</b>												
7.17/5/1	Пудинг из творога	120	17,5	12,6	26,5	285	148,3	1,0	0,1	0,2	0,2	
11/10	Чай с сахаром	150	0,1	0	6,8	27	1,5	0	0	0	0,6	
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0	
<b>Молоко стущ.</b>							46					
<b>Итого за прием</b>							375,64	156,8	1,78	0,14	0,04	0,8
<b>Итого за день</b>							1277,72	432,28	7,99	2,5	0,5	66,3



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий

*М.В. Иванова*

9 день – четверг

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
							Ca	Fe	В1	В2	С
7.7/4	Завтрак Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,5	4,4	32,8	186	84,5	0,4	0	0,1	0,4
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	2,2	10,0	67	79,4	0,1	0	0,1	0,4
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0
7.435/6	Сыр	7	0,00167	0,00173	0,00000	22,77740	70	0,05	0	0,03	0,05
	<b>Итого за прием</b>	<b>357</b>	<b>9,41</b>	<b>11,73</b>	<b>58,52</b>	<b>396,18</b>	<b>235,5</b>	<b>0,55</b>	<b>0</b>	<b>0,23</b>	<b>0,84</b>
	<b>10-00</b>										
	Сок или фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	10
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
	<b>Обед</b>										
7.13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком	30	0,3	2,0	3,7	31	7,2	0,3	0	0	0,9
7.27/2	Суп-пюре из разных овощей с крупой	150	2,0	2,7	8,4	61	39,4	0,4	0,1	0,1	4,7
7.2/9/2	Мясо кур отварное в соусе	50	6,1	6,6	1,1	88	7,0	0,5	0	0	0,3
7.43/3	Макаронные изделия отварные	120	4,2	3,0	27,24	150	10,2	0,6	0	0	0
7.15/10	Компот из яблок и кураги	150	0,1	0,1	0,0127	52,76	3,1	0,2	0	0	66,8
7.051	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,0	0,0
7.002/1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>16,43</b>	<b>14,94</b>	<b>78,51</b>	<b>493,04</b>	<b>82,48</b>	<b>3,1</b>	<b>0,19</b>	<b>0,12</b>	<b>72,7</b>
	<b>Полдник</b>										
7.9/7	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	8,2	1,2	4,8	32	35,5	0,5	0,1	0,1	0,4
7.3/3/4	Картофельное пюре с морковью	150	3,7	5,1	26,8	136,5	44,5	1,3	0,1	0,1	12,9
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	25	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,0
7.10/10	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	26	0,2	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>355</b>	<b>14,21</b>	<b>6,72</b>	<b>53,03</b>	<b>314,64</b>	<b>87,2</b>	<b>2,58</b>	<b>0,24</b>	<b>0,22</b>	<b>13,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1412</b>	<b>40,05</b>	<b>33,39</b>	<b>190,07</b>	<b>1272,86</b>	<b>421,18</b>	<b>8,43</b>	<b>0,46</b>	<b>0,59</b>	<b>96,84</b>



# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

Заведующий: \_\_\_\_\_  
 УТВЕРЖДАЮ  
 /С.Ю. Ивашова

10 день – ПЯТНИЦА

возрастная категория с 2 до 3 лет

Номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ калл.	Минеральные элементы,мг				Витамины, мг			
							Са	Fe	Вi	В2	В1	В2	Вc	
415/4	Завтрак Каша пшеничная молочная с маслом слив.	150	4,9	4,5	24,4	154	73,1	0,8	0,1	0,1	0,1	0,3		
14/10	Какао с молоком	150	2,9	2,6	18,4	101	83,8	0,8	2	0,1	0,1	0,4		
7.1/13	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	40/10	2,6	5,12	15,72	120,4	1,6	0	0	0	0	0		
7.435/6	Сыр	7	0,00167	0,00173	0,00000	22,77740	70	0,05	0	0,03	0,03	0,05		
	<b>Итого за прием</b>	<b>357</b>	<b>10,41</b>	<b>5,13</b>	<b>58,52</b>	<b>398,18</b>	<b>228,5</b>	<b>1,65</b>	<b>2,1</b>	<b>0,23</b>	<b>0,23</b>	<b>0,75</b>		
	<b>10-00</b>													
	Сок или фруктовый в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	69	24	3,3	0,04	0	0	10		
	<b>Итого за прием</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>69</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>		
	<b>Обед</b>													
7.15/2	Щи из свежей капусты со сметаной (вегетарианский)	150	3,8	9,2	11,5	141	17,0	0,9	0,1	0,1	0,1	5,3		
7.44/3/1	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	7,5	5,9	39,6	217	20,6	3,7	0,2	0,1	0,1	0,8		
7.11/8/1	Гуляш из мяса говядины	60	8,9	9,4	3,2	132	10,0	1,4	0	0,1	0,1	0,3		
7.1/10	Компот яблок и изюма	150	0,2	0	14,5	53	5,6	0,1	0	0	0	37,6		
7.051	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	8,58	0,32	0,05	0,0	0,0	0,0		
7.003-1	Хлеб ржаной	30	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,02	0,0		
	<b>Итого за прием</b>	<b>545</b>	<b>24,03</b>	<b>25,04</b>	<b>93,27</b>	<b>653,28</b>	<b>68,78</b>	<b>7,2</b>	<b>0,39</b>	<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>44,0</b>		
	<b>Полдник</b>													
7.21/2	Суп молочный с лапшой	150	2,6	2,7	9,3	71	66,4	0,2	0	0,1	0,1	0,3		
7.002/1	Батон Золотинка с В-каротином и маслом	20	2,31	0,42	14,63	63,64	7,0	0,78	0,04	0,02	0,02	0,0		
7.10/10	Чай с сахаром	150	0	0	6,8	26	0,2	0	0	0	0	0		
3.8/14/4	пряник	40	0,00192	0,00112	0,03108	140	29,92	0,56	0,06	0,05	0,05	0,1		
	<b>Итого за прием</b>	<b>360</b>	<b>4,91</b>	<b>3,12</b>	<b>30,73</b>	<b>300,64</b>	<b>73,6</b>	<b>0,98</b>	<b>0,04</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>0,3</b>		
	<b>Итого за день</b>	<b>1412</b>	<b>39,75</b>	<b>33,69</b>	<b>192,32</b>	<b>1421</b>	<b>386,9</b>	<b>12,03</b>	<b>2,56</b>	<b>0,67</b>	<b>0,67</b>	<b>55</b>		



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884109

Владелец Ивашова Светлана Юрьевна

Действителен с 28.08.2024 по 28.08.2025