РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 10 «КАЗАЧОК» Г. НОВОКУБАНСКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОКУБАНСКИЙ РАЙОН

ПРИКАЗ

Номер документа	Дата утверждения
250 - О	**01.09. 2021**

Об утверждении десятидневного меню для организации питания в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении детском саду № 10 «Казачок» г. Новокубанска муниципального образования Новокубанский район в 2021-2022 учебном году

В целях организации сбалансированного и рационального питания воспитанников в 2021 - 2022 учебном году в соответствии с технологией приготовления блюд, нормами питания детей дошкольного возраста, с учётом удовлетворения физиологических потребностей детей в основных пищевых веществах и энергии, распределения общей калорийности суточного рациона питания детей в зависимости от времени пребывания ребенка в МДОАУ № 10, для максимального разнообразия блюд с обязательным введением в него всех групп продуктов, включая мясные, рыбные, молочные продукты, свежие фрукты и овощи в натуральном виде и др., а также исключения частой повторяемости блюд в течение срока действия меню, руководствуясь Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с изменениями от 8 декабря 2020 года, санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить и ввести в действие с 01.09.2021 года:

1.1. Десятидневное меню для организации питания воспитанников в возрасте от 1,5 до 3-х лет в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении детском саду № 10 «Казачок» г. Новокубанска муниципального образования Новокубанский район в 2021-2022 учебном году (*Приложение 1*).

1.2. Десятидневное меню для организации питания воспитанников в возрасте от 3 до 7 лет в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении детском саду № 10 «Казачок» г. Новокубанска муниципального образования Новокубанский район в 2021-2022 учебном году (*Приложение 2*).

2. Контроль над исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий О.П. Синельникова

Приложение 1

к приказу от 01.09.2021 № 250 – О «Об утверждении десятидневного меню для организации питания в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении детском саду № 10 «Казачок» г. Новокубанска муниципального образования Новокубанский район в 2021 - 2022 учебном году»

Примерное десятидневное меню для организации питания воспитанников в возрасте от 1,5 до 3-х лет с 10,5-часовым пребыванием

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
			Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 ДЕНЬ											
Завтрак											
50	Икра кабачковая	40	0,60	2,70	2,55	36,60	12,30	0,21	0,01	0,01	2,10
215	Омлет натуральный	70	7,80	9,84	1,46	125,83	81,86	2,53	0,06	0,46	0,28
392	Чай с сахаром	150	0,15	0,00	10,50	21,00	4,50	0,30	0,00	0,00	0,00
3	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное 72,5% жирности порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	6	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
	ИТОГО:		10,09	23,3	24,39	313,75	169,34	3,34	0,9	0,49	2,48
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	150	0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
	ИТОГО:		0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	40	0,44	0,04	1,40	8,00	4,00	0,32	0,00	0,01	6,00
57	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной 5% жирности	180/5	1,80	1,98	9,73	64,80	41,40	0,90	0,04	0,05	7,74
247	Рыба тушеная с овощами	70/30	8,52	6,84	7,80	128,40	13,20	0,96	0,05	0,07	0,00
321	Картофельное пюре со сливочным маслом 72,5% жирности	120/3	2,52	0,96	17,64	90,00	32,40	0,84	0,12	0,08	4,44
376	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0,00	18,57	70,65	4,80	0,14	0,00	0,01	0,81
1103	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		16,6	10,28	33,34	385,45	105,20	4,25	0,26	0,24	18,99
Полдник											

531	Плов рисовый с яблоком	120	3,37	6,33	31,60	136,61	38,25	0,43	0,01	0,04	0,10
400	Молоко кипяченое (жирность 2,5%)	150	5,22	4,50	8,64	97,20	216,00	0,18	0,07	0,27	2,34
	ИТОГО:		8,59	10,83	40,24	233,81	254,25	0,61	0,08	0,31	2,44
	ВСЕГО за 1 день:		***35,58***	***44,71***	***105,32***	***933,01***	***528,79***	***8,2***	***1,24***	***1,04***	***23,91***
2 ДЕНЬ											
Завтрак											
255	Котлета рыбная	70	8,80	4,12	10,48	103,43	44,93	0,84	0,07	0,09	0,28
321	Картофельное пюре со сливочным маслом 72,5 % жирности	130/3	2,73	1,04	19,11	97,50	35,10	0,91	0,13	0,09	4,81
392	Чай с сахаром	150	0,15	0,00	10,50	21,00	4,50	0,30	0,00	0,00	0,00
3	Батон йодированный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное 72,5% жирности порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	6	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
	ИТОГО:		14,74	10,84	49,88	325,98	153,53	2,34	0,22	0,20	5,19
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	40	0,32	0,04	0,68	5,20	9,20	0,24	0,01	0,01	2,00
4	Свекольник со сметаной 5% на курином бульоне	180/7	1,62	4,05	11,37	83,21	33,09	1,04	0,04	0,04	4,73
	Плов из вареной птицы	190	18,78	22,21	31,35	277,32	17,86	1,49	0,07	0,11	1,26
372	Компот из яблок	150	2,64	2,79	19,12	88,90	91,54	0,42	0,03	0,11	0,98
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		23,35	29,54	76,04	568,23	161,09	4,28	0,02	0,29	8,97
Полдник											
236	Суп молочный пшеничный со сливочным маслом 72,5% жирности	180/2	4,20	6,75	24	173,55	156,18	2,75	0,01	0,01	1,20
395	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	150	5,22	4,50	7,20	95,40	216,00	0,18	0,07	0,31	1,26
	ИТОГО:		9,42	11,25	31,2	268,95	372,18	2,93	0,08	0,32	2,46
	ВСЕГО за 2 день:		***47,83***	***51,95***	***164,96***	***1198,36***	***699,60***	***11,31***	***0,52***	***0,83***	***24,62***
3 ДЕНЬ											
Завтрак											
314	Каша янтарная на молоке 2,5% жирности со сливочным маслом 72,5% жирности	150/2	3,40	5,00	19,00	135,00	8,00	0,50	0,04	0,01	0,00
395	Кофейный напиток с молоком 2,5 % жирности	150	1,05	1,50	16,80	57,00	25,50	0,00	0,02	0,06	0,00
1	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

	72,5%) порционно										
	ИТОГО:		6,08	15,37	45,68	318,92	39,18	0,73	0,08	0,08	0,0
					2 завтрак						
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
					Обед						
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	40	0,32	0,04	0,68	5,20	9,20	0,24	0,01	0,01	2,00
81	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	180	5,67	5,46	26,17	167,89	33,49	2,22	0,22	0,07	8,25
298	Ленивые голубцы из мяса говядины	170	6,58	7,81	6,38	144,67	51,89	1,40	0,03	0,07	17,68
379	Кисель из смеси сухофруктов	150	0,15	0,00	24,45	99,00	13,50	0,45	0,00	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		14,19	13,77	72,2	530,36	117,48	5,40	0,31	0,17	28,11
					Полдник						
1101	Оладьи со сгущенным молоком	80/15	5,53	5,61	26,86	181,05	19,55	1,11	0,13	0,09	0,00
401	Кефир (жирность 2,5%)	150	5,22	4,50	7,20	95,40	216,00	0,18	0,07	0,31	1,26
	ИТОГО:		10,75	10,11	34,06	276,45	235,55	1,29	0,20	0,40	1,26
	ВСЕГО за 3 день:		***31,33***	***39,57***	***159,78***	***1160,93***	***405,01***	***9,18***	***0,61***	***0,67***	***37,37***
					4 ДЕНЬ						
					Завтрак						
237	Пудинг из творога со сметаной 5%	120/9	3,88	2,36	24,78	143,64	5,32	1,06	0,10	0,04	0,00
395	Кофейный напиток на молоке (жирность 2,5%)	150	1,05	1,50	16,80	87,00	25,50	0,00	0,02	0,06	0,00
1	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	ИТОГО:		6,55	12,73	51,46	358,01	36,5	1,29	0,14	0,11	0,0
					2 завтрак						
368	Яблоко свежее	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	Конфета шоколадная	26	1,68	1,78	15,26	45,54	5,65	0,19	0,02	0,01	0,00
	ИТОГО:		2,00	2,1	23,1	80,74	18,45	1,95	0,04	0,03	8,00
					Обед						
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	40	0,44	0,04	1,40	8,00	4,00	0,32	0,00	0,01	6,00
77	Суп картофельный с гренками на мясном бульоне	180/20	1,44	1,80	2,70	34,20	39,60	0,54	0,02	0,04	9,00
277	Гуляш из отварного мяса	60	9,85	5,65	15,95	153,50	30,50	1,80	0,12	0,14	5,65
688	Макаронные изделия отварные, со сливочным маслом 72,5% жирности	120/3	2,57	3,32	16,63	108,95	21,20	0,44	0,05	0,00	0,00
379	Кисель из смеси сухофруктов	150	0,15	0,00	24,45	99,00	13,50	0,45	0,00	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00

	ИТОГО:		17,44	11,27	68,7	363,75	118,2	4,64	0,24	0,21	20,65
Полдник											
236	Суп молочный с пшенной крупой со сливочным маслом 72,5% жирности	180/2	9,77	5,18	10,21	98,02	54,76	0,44	0,04	0,15	0,15
397	Какао с молоком 2,5%	150	5,22	7,50	7,56	97,20	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
	ИТОГО:		14,99	12,68	17,77	195,22	277,96	0,62	0,8	0,38	0,69
	ВСЕГО за 4 день:		***40,98***	***38,78***	***161,03***	***997,72***	***451,11***	***8,5***	***0,05***	***0,73***	***29,34***

5 ДЕНЬ

Завтрак											
236	Суп молочный рисовый со сливочным маслом 72,5% жирности	180/2	3,78	5,17	17,64	133,56	39,06	1,13	0,08	0,11	5,80
395	Кофейный напиток с молоком 2,5 % жирности	150	5,22	4,50	8,64	97,20	216,00	0,18	0,07	0,27	2,34
3	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	6	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
	ИТОГО:		12,12	20,43	36,16	381,08	325,74	1,61	0,17	0,4	8,14
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	150	0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
	ИТОГО:		0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
Обед											
145	Овощная нарезка огурцов свежих / квашеных	40	0,32	0,04	0,68	5,20	9,20	0,24	0,01	0,01	2,00
85	Суп картофельный с клецками	180/15	3,64	4,88	18,70	154,32	20,22	0,95	0,07	0,04	5,75
282	Зразы рубленые	60	7,29	9,43	7,80	146,56	18,86	0,94	0,05	0,08	2,83
409	Гороховое пюре со сливочным маслом 72,5% жирности	110/3	2,57	3,32	16,63	108,95	21,20	0,44	0,05	0,00	0,00
372	Компот из свежих яблок	150	0,75	0	17,55	70,50	12,00	0,30	0,02	0,02	3,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		17,56	18,13	84,88	599,13	90,88	3,96	0,25	0,17	13,58
Полдник											
1102	Булочка промышленного производства	50	5,53	5,61	26,86	181,05	19,55	1,11	0,13	0,09	0,00
400	Молоко кипяченое 2,5% жирности	150	0,15	0,00	10,50	21,00	4,50	0,30	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:		5,68	5,61	37,36	202,05	24,05	1,41	0,13	0,09	0,00
	ВСЕГО за 5 день:		***35,66***	***44,47***	***165,75***	***1217,51***	***452,67***	***8,63***	***0,57***	***0,68***	***29,22***

6 ДЕНЬ

Завтрак											
50	Икра кабачковая	40	0,60	2,70	2,55	36,60	12,30	0,21	0,01	0,01	2,10
313	Омлет натуральный	60/10	5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	1,00	0,03	0,18	0,00
392	Чай с сахаром	150	1,26	1,44	14,76	77,40	29,70	0,36	0,02	0,07	0,00

1	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	ИТОГО:		8,58	24,06	27,42	373,27	87,68	2,76	0,08	0,27	2,10
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	40	0,32	0,04	0,68	5,20	9,20	0,24	0,01	0,01	2,00
80	Суп рисовый на мясном бульоне	180	1,53	3,66	14,54	80,13	11,27	0,65	0,06	0,04	5,87
588	Жаркое по-домашнему с мясом	50/110	3,62	3,95	17,58	122,56	6,68	1,91	0,10	0,05	0,00
372	Компот из свежих яблок	150	0,75	0	17,55	70,50	12,00	0,30	0,02	0,02	3,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		9,21	8,11	73,87	391,99	48,55	4,19	0,24	0,14	10,87
Полдник											
314	Каша ячневая вязкая на молоке 2,5 % жирности со сливочным маслом	150/2	14,45	12,88	21,06	179,12	129,92	0,90	0,08	0,25	0,78
397	Какао с молоком (жирность 2,5%)	150	5,22	4,50	8,64	97,20	216,00	0,18	0,07	0,27	2,34
	ИТОГО:		19,67	17,38	29,70	276,32	345,92	1,08	0,15	0,52	3,12
	ВСЕГО за 6 день:		***37,78***	***49,87***	***138,83***	***1076,78***	***494,95***	***9,79***	***0,49***	***0,95***	***24,09***
7 ДЕНЬ											
Завтрак											
236	Суп молочный геркулесовый со сливочным маслом жирность 72,5%	150	2,14	2,76	13,86	90,79	17,67	0,37	0,04	0	0
3	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	6	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
392	Чай с сахаром	150	1,05	1,20	12,30	64,50	24,75	0,30	0,02	0,06	0,00
	ИТОГО:		6,31	14,72	36,04	306,06	113,1	0,97	0,08	0,08	0,1
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	150	0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
	ИТОГО:		0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	40	0,72	0,00	0,88	7,60	19,20	0,24	0,00	0,00	12,00
82	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	180	5,82	5,69	14,71	136,16	20,54	2,06	0,13	0,06	10,90
336	Капуста тушеная с мясом	100	12,88	14,30	19,20	185,00	88,00	1,80	0,08	0,11	17,10

	птицы										
376	Компот из смеси сухофруктов	150	0,15	0,15	16,73	82,50	9,00	0,60	0,02	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		32,41	26,25	90,99	678,36	176,64	12,99	0,4	0,33	45,65
Полдник											
1101	Оладьи со сгущенным молоком	80/15	3,00	6,36	16,56	136,80	45,60	0,60	0,09	0,06	3,24
401	Кефир 2,5% жирности	150	5,22	4,50	7,20	95,40	216,00	0,18	0,07	0,31	1,26
	ИТОГО:		8,22	10,86	23,76	232,2	261,6	0,78	0,16	0,37	4,50
	ВСЕГО за 7 день:		***47,24***	***52,13***	***158,14***	***1251,87***	***563,34***	***6,39***	***0,66***	***0,80***	***57,75***
8 ДЕНЬ											
Завтрак											
236	Суп молочный гречневый со сливочным маслом 72,5% жирности	180/2	12,14	2,90	9,80	115,92	78,20	0,37	0,04	0,17	0,23
1	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное 72,5% жирности порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
392	Чай с сахаром	150	0,15	0,00	10,50	21,00	4,50	0,30	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:		13,91	11,77	30,18	263,84	88,38	0,9	0,06	0,18	0,23
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	40	0,32	0,04	0,68	5,20	9,20	0,24	0,01	0,01	2,00
80	Суп картофельный с пшеничной крупой	180	1,41	1,74	12,62	66,08	10,04	0,66	0,06	0,03	5,28
286	Тефтеля из мяса говядины	60	13,25	12,98	0,43	172,36	24,19	1,72	0,04	0,10	0,01
344	Рагу из овощей	120	2,28	5,40	12,72	99,20	45,60	0,96	0,06	0,06	9,60
372	Компот из свежих яблок	150	0,15	0,15	16,73	82,50	9,00	0,60	0,02	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		20,40	20,77	66,70	538,94	107,43	5,27	0,24	0,22	16,89
Полдник											
462	Сырники со сметаной	110/30	5,53	5,61	26,86	181,05	19,55	1,11	0,13	0,09	0,00
395	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	150	0,75	0	17,55	70,50	12,00	0,30	0,02	0,02	3,00
	ИТОГО:		6,28	5,61	44,41	251,55	31,55	1,41	0,15	0,11	3,00
	ВСЕГО за 8 день:		***40,91***	***38,47***	***149,13***	***1091,53***	***240,16***	***9,34***	***0,47***	***0,53***	***28,12***
9 ДЕНЬ											
Завтрак											
321	Картофельное пюре со сливочным маслом 72,5% жирности	130/2	2,52	0,96	17,64	90	32,4	0,84	0,12	0,12	0,08
258	Шницель рыбный натуральный	50	3,04	3,75	9,16	77,80	87,40	0,19	0,06	0,11	0,49
1	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00

	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
392	Чай с сахаром	150	5,22	4,50	8,64	97,20	216,00	0,18	0,07	0,27	2,34
	ИТОГО:		12,4	18,08	45,32	391,92	341,48	1,44	0,27	0,51	2,45
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	150	0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
	ИТОГО:		0,30	0,30	7,35	35,25	12,00	1,65	0,02	0,02	7,50
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	40	0,32	0,04	0,68	5,20	9,20	0,24	0,01	0,01	2,00
202	Суп из овощей со сметаной	180/5	1,26	3,60	8,14	70,15	17,49	0,56	0,05	0,03	6,12
379	Котлета из говядины	60	8,52	6,84	7,80	128,40	13,20	0,96	0,05	0,07	0,00
126	Свекла тушеная	100	2,30	6,80	11,70	119,00	39,00	6,60	0,03	0,03	6,60
379	Кисель из смеси сухофруктов	150	0,15	0,00	24,45	99,00	13,50	0,45	0,00	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		15,54	17,74	76,29	535,35	101,79	9,90	0,19	0,16	14,72
	Полдник										
212	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	110/20	2,09	2,77	11,32	129,00	47,20	0,43	0,04	0,08	0,11
395	Кофейный напиток с молоком 2,5 % жирности	150	1,05	1,20	12,30	64,50	24,75	0,30	0,02	0,06	0,00
1101	Печенье	26,5	1,71	1,81	15,55	46,41	5,76	0,19	0,02	0,01	0,00
	ИТОГО:		4,85	5,78	39,17	239,91	77,71	0,92	0,08	0,18	0,49
	ВСЕГО за 9 день:		***33,09***	***41,9***	***168,13***	***1202,43***	***532,98***	***13,91***	***0,56***	***0,71***	***25,16***
10 ДЕНЬ											
Завтрак											
236	Суп молочный с манной крупой со сливочным маслом 72,5% жирности	180/2	3,06	3,26	11,16	79,54	84,75	0,23	0,03	0,10	0,49
3	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	6	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
397	Какао с молоком 2,5 % жирности	150	5,22	4,50	8,64	97,20	216,00	0,18	0,07	0,27	2,34
	ИТОГО:		11,4	18,52	29,68	327,06	371,43	0,71	0,12	0,39	2,93
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:	150	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	40	0,93	0,06	1,95	12,00	6,00	0,21	0,03	0,01	0,21
67	Щи из капусты с картофелем со сметаной на мясном бульоне	180/5	1,17	3,57	5,36	61,87	25,34	0,52	0,05	0,03	12,96
626	Запеканка картофельная с	40/110/9	8,27	9,3	13,01	168,59	15,03	1,65	0,11	0,1	2,54

	сметаной на мясном бульоне										
626	Запеканка картофельная с отварным мясом говядины со сметаной	40/110/9	8,27	9,3	13,01	168,59	15,03	1,65	0,11	0,1	2,54
372	Компот из свежих яблок	150	0,15	0,15	16,73	82,50	9,00	0,60	0,02	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,72	47,60	4,00	0,22	0,02	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,80	66,00	5,40	0,87	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		13,51	13,54	60,57	438,56	64,77	4,07	0,26	0,16	15,71
Полдник											
1102	Булочка промышленного производства	50	14,45	12,88	21,06	179,12	129,92	0,90	0,08	0,25	0,78
401	Ряженка (жирность 2,5%)	150	5,22	7,50	7,56	97,20	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
	ИТОГО:		19,67	20,38	28,62	276,32	353,12	1,08	0,17	0,34	3,08
	ВСЕГО за 10 день:		***44,9***	***52,76***	***126,71***	***1077,14***	***802,12***	***7,62***	***0,52***	***1,05***	***27,96***

Старшая медицинская сестра С.А. Шапошникова

Приложение 2

к приказу от 01.09.2021 № 250 – О «Об утверждении десятидневного меню для организации питания в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении детском саду № 10 «Казачок» г. Новокубанска муниципального образования Новокубанский район в 2021 - 2022 учебном году»

Примерное десятидневное меню для организации питания воспитанников в возрасте от 3 до 7 лет с 10,5-часовым пребыванием

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
			Белки, г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 ДЕНЬ											
Завтрак											
50	Икра кабачковая	68	1,20	5,40	5,10	73,20	24,60	0,42	0,01	0,02	4,20
2015	Омлет натуральный	80	7,71	12,72	1,20	149,64	40,40	1,57	0,29	0,22	0,00
392	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	5,40	0,36	0,00	0,00	0,00
3	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное 72,5% жирности порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	8	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
	ИТОГО:		12,97	29,68	33,65	428,77	143,32	2,77	0,34	0,26	4,3
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	150	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	018	0,01	0,01	1,08
	ИТОГО:		0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	60	0,66	0,06	2,10	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
57	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной 5% жирности	250/7	2,50	2,75	13,51	90,01	57,50	1,25	0,06	0,07	10,75
247	Рыба тушеная с овощами	70/30	9,94	7,98	9,10	149,79	15,40	1,12	0,06	0,08	0,00
321	Картофельное пюре со сливочным маслом 72,5% жирности	150/3	3,15	1,20	22,05	112,50	40,50	1,05	0,15	0,10	5,55
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		20,29	12,59	102,2	606,90	138,10	5,43	0,35	0,30	26,38
Полдник											
531	Плов рисовый с яблоком	180	5,56	10,44	52,14	225,41	63,11	0,71	0,02	0,07	0,17

400	Молоко кипяченое (жирность 2,5%)	180	5,80	5,00	9,60	108,00	240,00	0,20	0,08	0,30	2,60
	ИТОГО:		11,36	15,44	61,74	333,41	303,11	0,91	0,1	0,37	2,77
	ВСЕГО за 1 день:		***44,66***	***57,71***	***222,35***	***1463,28***	***590,93***	***9,29***	***0,8***	***0,94***	***34,53***
					2 ДЕНЬ						
					Завтрак						
255	Котлета рыбная	80	8,80	4,12	10,48	103,43	44,93	0,84	0,07	0,09	0,28
344	Овощное рагу	150	2,85	6,75	15,90	124,00	57,00	1,20	0,08	0,08	12,00
392	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	5,40	0,36	0,00	0,00	0,00
3	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное 72,5% жирности порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	8	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
	ИТОГО:		15,71	22,43	53,73	433,36	180,25	2,82	0,19	0,19	12,38
					2 завтрак						
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
					Обед						
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	50	0,66	0,06	2,10	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
4	Свекольник со сметаной 5% на курином бульоне	250/6	2,25	5,63	15,79	115,58	45,96	1,44	0,06	0,06	6,57
646	Плов из вареной птицы	230	22,50	26,61	37,55	352,07	21,39	1,79	0,09	0,13	1,51
372	Компот из свежих яблок	180	3,17	3,35	22,94	106,68	109,85	0,50	0,04	0,13	1,18
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		32,58	36,248	109,06	734,73	195,5	5,56	0,26	0,36	18,26
					Полдник						
236	Суп молочный пшеничный со сливочным маслом 72,5% жирности	200/3	5,60	9,00	32,00	231,39	208,23	3,67	0,01	0,01	1,60
395	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	180	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
	ИТОГО:		11,4	14,0	40,00	337,39	448,23	3,87	0,09	0,35	3,00
	ВСЕГО за 3 день:		***60,01***	***72,998***	***210,63***	***1540,68***	***836,78***	***14,01***	***0,56***	***0,92***	***41,64***
					3 ДЕНЬ						
					Завтрак						
313	Макароны отварные с сыром	130	5,44	8,00	30,40	166,00	12,80	0,80	0,06	0,02	0,00
395	Кофейный напиток на молоке (жирность 2,5%)	180	1,26	1,80	20,16	68,40	30,60	0,00	0,02	0,07	0,00
1	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5%) порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	ИТОГО:		34,98	33,47	80,15	548,53	68,12	2,41	0,15	0,16	0,16
					2 завтрак						
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00

	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	50	0,66	0,06	2,10	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
81	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	5,67	5,46	26,17	167,89	33,49	2,22	0,22	0,07	8,25
298	Ленивые голубцы из мяса говядины	220	8,51	10,11	8,26	187,23	67,16	1,81	0,04	0,09	22,88
379	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,20	0,00	32,60	132,00	18,00	0,60	0,00	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		19,04	16,23	99,81	647,52	136,95	6,46	0,33	0,20	40,13
Полдник											
1101	Оладьи со сгущенным молоком	80/20	7,06	7,16	34,32	231,32	24,98	1,41	0,16	0,12	0,00
401	Кефир (жирность 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
	ИТОГО:		12,86	12,16	42,32	337,32	264,98	1,61	0,24	0,46	1,40
	ВСЕГО Здень:		***67,2***	***62,18***	***230,12***	***1568,57***	***482,85***	***12,24***	***0,74***	***0,84***	***49,53***

4 ДЕНЬ

Завтрак											
237	Пудинг из творога с изюмом со сметаной 5%	150/13	15,34	8,13	16,03	153,89	85,97	0,69	0,06	0,24	0,24
395	Кофейный напиток на молоке (жирность 2,5%)	180	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
1	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	ИТОГО:		123,52	22,8	38,78	417,22	333,89	1,24	0,18	0,59	1,64
2 завтрак											
368	Яблоко свежее	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	Конфеты шоколадные	75	4,82	5,11	43,86	130,92	16,24	0,54	0,07	0,02	0,00
	ИТОГО:		5,14	5,43	51,7	166,12	29,04	2,3	0,09	0,04	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	50	0,66	0,06	2,10	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
77	Суп картофельный с гренками на мясном бульоне	250/20	2,00	2,50	3,75	47,50	55,00	0,75	0,03	0,06	12,50
277	Гуляш из отварного мяса	50	13,54	7,77	21,93	211,06	41,94	2,48	0,17	0,19	7,77
688	Макаронные изделия отварные, со сливочным маслом 72,5% жирности	150	3,21	4,14	20,79	136,18	26,51	0,55	0,06	0,00	0,00
379	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,20	0,00	32,60	132,00	18,00	0,60	0,00	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	10	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		23,61	15,07	111,85	687,14	159,75	6,21	0,33	0,29	29,27
Полдник											

236	Суп молочный с пшенной крупой со сливочным маслом	200/3	5,60	9,00	32,00	231,39	208,23	3,67	0,01	0,01	1,60
397	Какао с молоком 2,5%	180	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
	ИТОГО:		11,4	14,00	40,00	337,39	448,23	3,87	0,09	0,35	3,00
	ВСЕГО за 4 день:		***63,67***	***57,30***	***242,33***	***1607,87***	***970,91***	***13,62***	***0,69***	***1,27***	***41,91***
5 ДЕНЬ											
Завтрак											
236	Суп молочный рисовый со сливочным маслом	200/3	4,41	6,03	20,59	155,86	45,58	1,32	0,09	0,13	6,77
395	Кофейный напиток с молоком 2,5 % жирности	180	5,80	5,00	9,60	108,00	240,00	0,20	0,08	0,30	2,60
3	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	8	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
	ИТОГО:		14,15	22,59	44,94	444,59	358,5	1,94	0,21	0,45	9,47
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	180	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
	ИТОГО:		0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	50	0,66	0,06	2,10	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
85	Суп картофельный с клецками	250/30	3,64	4,88	18,70	154,32	20,22	0,95	0,07	0,04	5,75
282	Зразы рубленые	70	8,50	11,00	9,10	171,00	22,00	1,10	0,06	0,09	3,30
409	Гороховое пюре со сливочным маслом 72,5% жирности	120/3	3,21	4,14	20,79	136,18	26,51	0,55	0,06	0,00	0,00
372	Компот из свежих яблок	180	0,90	0,00	21,06	84,60	14,40	0,36	0,02	0,02	3,60
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		20,91	20,68	102,43	706,5	101,43	4,79	0,28	0,19	21,65
Полдник											
1102	Булочка промышленного производства	50	7,06	7,16	34,32	231,32	24,98	1,41	0,16	0,12	0,00
400	Молоко кипяченое 2,5% жирности	180	0,18	0,00	12,60	25,20	5,40	0,36	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:		7,24	7,16	70,92	256,52	30,38	1,77	0,16	0,12	0,00
	ВСЕГО за 5 день:		***42,34***	***50,43***	***219,05***	***1407,61***	***496,71***	***8,68***	***0,66***	***0,77***	***32,20***
6 ДЕНЬ											
Завтрак											
50	Икра кабачковая	68	1,20	5,40	5,10	73,20	24,60	0,42	0,01	0,02	4,20
313	Омлет натуральный	80	7,71	12,72	1,20	149,64	40,40	1,57	0,29	0,22	0,00
392	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	5,40	0,36	0,00	0,00	0,00
1	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00

	ИТОГО:		11,47	27,79	33,65	405,37	78,32	2,7	0,34	0,25	4,20
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	50	1,08	0,00	1,32	11,40	28,80	0,36	0,00	0,00	18,00
80	Суп рисовый на мясном бульоне	250	2,13	5,08	20,20	111,30	15,65	0,90	0,08	0,06	8,15
588	Жаркое по-домашнему с мясом	57/160	4,53	4,94	21,98	153,20	8,35	2,39	0,13	0,06	0,00
372	Компот из свежих яблок	180	0,95	0,00	22,29	89,54	15,24	0,38	0,03	0,03	3,81
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		12,69	10,62	96,47	513,84	80,34	5,38	0,31	0,17	29,96
Полдник											
314	Каша ячневая вязкая на молоке 2,5 % жирности со сливочным маслом	180/3	5,60	9,00	32,00	231,39	208,23	3,67	0,01	0,01	1,60
397	Какао с молоком (жирность 2,5%)	180	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
	ИТОГО:		11,40	14,00	40,00	337,39	448,23	3,87	0,09	0,35	3,00
	ВСЕГО за 6 день:		***35,88***	***52,73***	***177,96***	***1291,8***	***619,69***	***13,71***	***0,76***	***0,79***	***45,16***

7 ДЕНЬ

Завтрак											
236	Суп молочный геркулесовый со сливочным маслом жирность 72,5%)	180/3	5,60	9,00	32,00	231,39	208,23	3,67	0,01	0,01	1,60
3	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	8	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
392	Чай с сахаром	180	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
	ИТОГО:		15,28	25,56	54,75	518,12	521,15	4,29	0,13	0,37	3,1
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	180	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
	ИТОГО:		0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	50	1,08	0,00	1,32	11,40	28,80	0,36	0,00	0,00	18,00
82	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	5,82	5,69	14,71	136,16	20,54	2,06	0,13	0,06	10,90
643	Гуляш из отварных кур	80	12,55	12,67	11,72	124,69	27,71	1,06	0,06	0,10	0,12
336	Капуста тушеная	150	3,00	4,95	13,80	112,50	87,00	1,20	0,05	0,05	25,50

376	Компот из смеси сухофруктов	180	0,95	0,00	22,29	89,54	15,24	0,38	0,03	0,03	3,81
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		27,4	23,91	94,52	622,69	191,59	6,41	0,34	0,26	57,7
Полдник											
1101	Оладьи со сгущенным молоком	80/15	7,06	7,16	34,32	231,32	24,98	1,41	0,16	0,12	0,00
401	Кефир 2,5% жирности	200	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	0,20	0,08	0,34	1,40
	ИТОГО:		12,86	12,16	42,32	337,32	264,98	1,61	0,24	0,46	1,40
	ВСЕГО за 7день:		***55,58***	***61,63***	***216,35***	***1572,33***	***984,12***	***12,49***	***0,72***	***1,10***	***63,28***

8 ДЕНЬ

Завтрак											
236	Суп молочный гречневый со сливочным маслом 72,5% жирности	200/3	19,06	4,55	15,39	181,99	122,77	0,58	0,06	0,27	0,36
1	Батон йодированный	20	2,34	6,04	14,68	124,28	7,92	0,35	0,04	0,01	0,00
	Масло сливочное 72,5% жирности порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	5,40	0,36	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:		21,62	14,22	42,74	364,52	136,09	1,29	1,00	0,28	0,36
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
	ИТОГО:		0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
Обед											
145	Овощная нарезка из помидоров квашеных свежих / квашеных	50	0,48	0,06	1,02	7,80	13,80	0,36	0,02	0,02	3,00
80	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	1,96	2,42	17,53	91,79	13,95	0,92	0,08	0,04	7,33
286	Тефтеля из мяса говядины	70	8,02	7,93	12,23	156,36	19,64	1,32	0,03	0,08	0,14
344	Рагу из овощей	150	2,85	6,75	15,90	124,00	57,00	1,20	0,08	0,08	12,00
372	Компот из свежих яблок	180	0,18	0,18	20,08	99,00	10,80	0,72	0,02	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	20	2,66	0,28	17,01	83,30	7,00	0,38	0,05	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		17,87	17,98	99,87	639,25	128,49	5,92	0,31	0,24	22,47
Полдник											
462	Сырники со сметаной	130	6,14	6,23	29,84	201,15	21,72	1,23	0,14	0,10	0,00
395	Кофейный напиток на молоке 2,5% жирности	200	5,80	8,00	8,40	108,00	248,00	0,20	0,04	0,26	0,60
	ИТОГО:		11,94	14,23	38,24	309,15	269,72	1,43	0,18	0,36	0,60
	ВСЕГО за 8 день:		***52,75***	***46,75***	***188,691***	***1348,12***	***547,1***	***10,40***	***1,51***	***0,90***	***31,43***

9 ДЕНЬ

Завтрак											
258	Шницель рыбный натуральный	50	11,64	6,59	5,48	100,54	43,77	0,8	0,09	0,09	0,00
321	Картофельное пюре со сливочным маслом 72,5% жирности	150/3	4,05	5,00	12,21	103,74	116,53	0,25	0,08	0,14	0,65

3	Батон йодированный	20	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр порционно	8	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
392	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	5,40	0,36	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:		18,99	22,35	40,17	378,80	236,38	1,71	0,19	0,25	0,75
2 завтрак											
967	Сок натуральный промышленного производства	180	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
	ИТОГО:		0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08
Обед											
145	Овощная нарезка из огурцов свежих / квашеных	50	1,08	0,00	1,32	11,40	28,80	0,36	0,00	0,00	18,00
202	Суп из овощей со сметаной	250/8	1,75	5,00	11,30	97,42	24,29	0,78	0,07	0,04	8,50
379	Котлета из говядины	70	9,94	7,98	9,10	149,79	15,40	1,12	0,06	0,08	0,00
126	Свекла тушеная	150	3,45	10,20	17,55	178,50	58,50	9,90	0,05	0,05	9,90
379	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,20	0,00	32,60	132,00	18,00	0,60	0,00	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	30	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		20,42	23,78	102,55	717,51	157,29	14,11	0,25	0,19	36,40
Полдник											
212	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	120/20	2,60	3,44	14,08	160	58,74	0,54	0,05	0,10	0,13
395	Кофейный напиток с молоком 2,5 % жирности	180	1,26	1,44	14,76	77,4	29,70	0,36	0,02	0,07	0,00
1102	Печенье	75	4,82	5,11	43,86	131	16,24	0,54	0,07	0,02	0
	ИТОГО:		8,68	9,99	72,70	368,40	104,68	1,44	0,14	0,19	0,13
	ВСЕГО за 9 день:		***48,13***	***56,12***	***240,18***	***1558,91***	***504,75***	***17,44***	***0,59***	***0,64***	***38,36***

10 ДЕНЬ

Завтрак											
236	Суп молочный с манной крупой со сливочным маслом 72,5% жирности	200/3	4,08	4,35	14,88	106,05	113,00	0,30	0,05	0,14	0,65
3	Батон йодированный	15	1,58	5,24	9,81	93,87	5,68	0,23	0,02	0,01	0,00
	Масло сливочное, жирность 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0,00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Сыр твердых сортов порционно	6	1,50	1,89	0,00	23,40	65,00	0,07	0,00	0,01	0,10
397	Какао с молоком 2,5 % жирности	180	3,17	3,35	22,94	106,68	109,85	0,50	0,04	0,13	1,18
	ИТОГО:		10,37	18,46	47,70	363,05	293,53	1,10	0,11	0,28	1,93
2 завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,02	8,00
967	Напиток витаминизированный промышленного производства	180	0,95	0,00	22,29	89,54	15,24	0,38	0,03	0,03	3,81
	ИТОГО:		1,27	0,32	30,13	124,74	28,04	2,14	0,05	0,05	11,81
Обед											

					Обед							
145	Овощная нарезка из помидоров свежих / квашеных	50	1,08	0,00	1,32	11,40	28,80	0,36	0,00	0,00	18,00
67	Щи из капусты с картофелем со сметаной на мясном бульоне	250	1,62	4,96	7,44	85,93	35,19	0,72	0,07	0,04	18,00
626	Картофельная запеканка с вареным мясом со сметаной	40/150/6	11,28	12,68	17,74	229,89	20,49	2,25	0,15	0,14	3,46
372	Компот из свежих фруктов	180	0,18	0,18	20,08	99,00	10,80	0,72	0,02	0,00	0,00
1103	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,04	0,01	0,00
1104	Хлеб ржаной	37,5	1,72	0,358	16,10	77,00	6,30	1,02	0,03	0,01	0,00
	ИТОГО:		18,16	18,42	77,26	574,62	107,58	5,40	0,31	0,20	39,46
					Полдник						
1102	Булочка промышленного производства	50	14,45	12,88	21,06	179,12	129,92	0,90	0,08	0,25	0,78
401	Ряженка (жирность 2,5%)	200	5,80	8,00	8,40	108,00	248,00	0,20	0,04	0,26	0,60
	ИТОГО:		20,25	20,88	29,46	287,12	377,92	1,1	0,12	0,51	1,38
	ВСЕГО за 10 день:		***50,05***	***58,08***	***184,55***	***1349,53***	***807,07***	***9,74***	***0,59***	***1,04***	***54,58***

Старшая медицинская сестра С.А. Шапошникова