

№ рецептуры	Наименование блюда	1-3 лет				3-7 лет			
		Объем порции (гр.)	Закладка сырья (гр.)	Цена (руб.)	Сумма (руб)	Объем порции (гр.)	Закладка сырья (гр.)	Цена (руб.)	Сумма (руб)
1 день Понедельник									
	Завтрак								
334	Рис отварной с овощами	130				150			
	-Крупа рисовая		38,2	117	4,47		44	117	5,15
	-вода		80,6				93		
	Масса готовой каши		106,6				123		
	-масло сливочное		5,3	711	3,77		6,1	711	4,3
	-морковь		16,3	70	1,14		18,8	70	1,32
	-лук репчатый		15,5	69	1,07		17,9	69	1,24
131	Зеленый горошек консервированный	30				50			
	-горошек консервированный		46,2	160	7,4		77	160	12,32
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10				40/5/15			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		40	60	2,4
	-масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	Сыр российский		10,6	690	7,3		16	690	11
411/	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	-чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	-вода		162				194		
	-сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	ИТОГО ЗАВТРАК	362							
	2-й завтрак								
418	Сок фруктовый (рекомендуемый)	150				180			
			150	18	2,7		180	18	3,2
	Обед								
87	Суп картофельный с горохом	150				180			
	Картофель(с1.09 по31.10)		37,5				45		

	(с1.11 по 31.12)		39	60	2,34		46,8	60	2,8
	(с1.01 по 28-29.02)		40,5				48,6		
	(с 1.03 до молодого)		42				50,4		
	(молодой до 1.09)		36				43,2		
	-горох лущеный		12	64	0,77		14,4	64	0,92
	-морковь		9,6	70	0,67		11,5	70	0,8
	-лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	-масло растительное		3	158	0,47		3,6	158	0,57
	-вода		105				126		
	-соль		1,4	25	0,035		1,6	25	0,04
	Шницель говяжий	50/5				70/5			
299	-говядина (котлетное мясо)		50	700			70	700	
	Или фарш		36,7	520	19,08		51,4	520	26,7
	-хлеб пшеничный		9,2	60	0,55		12,9	60	0,77
	-молоко или вода		6,7	83	0,56		9,4	83	0,78
	-сухари		5	158	0,79		7	158	1,1
	Лук репчатый		5	69	0,35		7	69	0,48
	Масса полуфабриката		61,7				86,4		
	Масло сливочное (смазка противеня)		3,3	711	2,35		4,6	711	3,27
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
372	Или соус №372		30				50		
	сметана <i>Томат</i>		7,5	350	2,63		12,5	350	4,38
	Мука пшеничная		2,25	45	0,1		3,75	45	0,17
	Вода		22,5				37,5		
	соль		0,2	25	0,005		0,28	25	0,007
3	Макароны отварные	110				130			
	-макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия		39,7	65	2,58		46,9	65	3,05
	-масло сливочное		3,9	711	2,77		4,7	711	3,34
	соль		0,6	25	0,015		0,8	25	0,02
55	Икра свекольная	30				50			
	свекла		30,6	60	1,84		51	60	3,06
	Лук репчатый		5,9	69	0,4		9,8	69	0,67
	Томатное пюре		8,3	228	1,9		13,7	228	3,12
	Масло растительное		1,5	158	0,24		2,5	158	0,39

	сахар		0,36	82	0,03		0,6	82	0,05
394	Компот из смеси сухофруктов	150				180			
	Фрукты сушеные (смесь)								
	-яблоки, груши, курага, урюк, изюм и др.		15	150	2,25		18	150	1,68
	сахар		12	82	0,98		14,4	82	1,18
	Кислота лимонная		0,15	800	0,12		0,18	800	0,14
	вода		152,3				182,8		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	80	1,6	40	40	80	3,2
	ИТОГО ОБЕД								
	Полдник								
414	Кофейный напиток	150				180			
	Кофейный напиток		2	583	1,17		3	583	1,75
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	молоко		75	83	6,23		90	83	7,47
	вода		90				108		
443	Крендель сахарный	50				70			
	Мука пшеничная		28	45	1,26		39,2	45	1,76
W	сахар		8	82	0,66		11,2	82	0,92 9,6
	маргарин сливочный		7	192	1,34		9,8	192	1,88
W	яйцо f		3,44	300	1,03		4,8	300	1,44 4,12
	соль		0,15	25	0,004		0,21	25	0,005
	дрожжи (сухие)		0,2	594	0,12		0,28	594	0,17
	вода		10				14		
	масса теста		54				76		
W	сахар для посыпки		3	82	0,25		4,2	82	0,34 3,6
	масло растительное для смазки листов		0,25	158	0,04		0,35	158	0,06
W	яйца для смазки кренделя f		0,36	300	0,1		0,5	300	0,15 0,43
	ИТОГО ПОЛДНИК:								
	ВСЕГО за 1 день:								
	2 день Вторник								
	Завтрак								

199	Каша жидкая молочная(манная,овсяная)	150/5/5				170/5/5			
	Крупа пшеничная или овсяная		30	65	1,95		34	65	2,21 <i>32</i>
	Или манная, или рисовая		23,3				26,4	<i>32,4</i>	<i>24,85</i>
	или ячневая ,или перловая		33,3				37,7		<i>35,5</i>
	вода		56				63,5		
	молоко		70	83	5,81		79,3	83	6,23
	сахар		5	82	0,41		5	82	0,37
	соль		0,7	25	0,018		0,8	25	0,02
	Масло сливочное		5	711	3,55		5	711	5,3
	<i>Выход: с маслом и сахаром</i>		<i>160</i>				<i>180</i>		
413	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай (сухой)		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
1	Хлеб пшеничный с маслом	30/10				30/10			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		30	60	1,8
	Масло сливочное		10	711	7,11		10	711	7,11
	ИТОГО								
	2-й завтрак								
386	Фрукты свежие	95				100			
	Фрукты(яблоко)		108	105	11,3		114	105	11,97
	банан(рекомендуемые)		158,6	225			167	225	
	Обед								
73	Щи из свежей капусты с картофелем	150				180			
	капуста		38	64	2,43		45	64	2,88
	Картофель(с1.09 по31.10)		22,5				27		
	(с1.11 по31.12)		23,4	60	1,4		28	60	1,68
	(с 1.01 по 29.02)		24,3				29,2		
	(с 1.03 до молодого)		25,2				30,2		
	(молодой до 1.09)		21,6				25,9		

	морковь		9,5	70	0,67		11	70	0,77
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	Томатное пюре		1,5	228	0,34		1,8	228	0,41
	Масло растительное		3	158	0,47		3,6	158	0,57
	вода		120				144		
	соль		1,2	25	0,03		1,44	25	0,036
261/229	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50				70/70			
	Минтай с/м		101,3	220	22,29		141,8	220	31,2
	или филе минтая, выпускаемое промышленностью		62				86,8		
	вода		21,6				30,2		
	Лук репчатый		13,3	69	0,92		18,6	69	1,28
	Томатное пюре		2	228	0,46		2	228	0,46
	морковь		35	70	2,45		49	70	3,43
	Масло растительное		5	158	0,79		7	158	1,1
	соль		1	25	0,025		1,2	25	0,03
	Масса тушеной рыбы		50				70		
	Масса тушеных овощей и соуса		100				140		
125	Картофель отварной	110				130			
	Картофель(с1.09 по 31.10)		151				178		
	(с1.11 по 31.12)		122,2	60	7,33		144,4	60	8,7
	(с1.01 по 29.02)		126,9				150		
	(с1.03 до молодого)		131,6				155,5		
	(молодой до 1.09)		112,8				133,3		
	Масло сливочное		5,5	711	2,49		6,5	711	3,2
	соль		1,4	25	0,035		1,6	25	0,04
349	Компот из смеси сухофруктов	150				180			
	сухофрукты		15	150	2,25		18	150	2,7
	сахар		12	82	0,98		14	82	1,15
	вода		152				182		

	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано -пшеничный	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	ИТОГО								
	Полдник								
413	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай (сухой)		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
431/432	Оладьи	50				70			
	Мука пшеничная		28,5	45	1,28		39,9	45	1,8
	Яйцо (гр)		1,42	300	0,43		1,99	300	0,6
	Молоко или вода		28,5	83	2,35		39,9	83	3,31
	Дрожжи сухие		0,4	594	0,24		0,56	594	0,33
	сахар		1	82	0,082		1,4	82	0,11
	соль		0,5	25	0,013		0,7	25	0,018
	Масса теста		59,17				82,8		
	Масло растительное		2,5	158	0,4		3,5	158	0,55
	Масло сливочное ,		5	711			10	711	
	Или повидло		5	184	0,92		10	184	1,84
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 2 день								
3 день Среда									
	Завтрак								
57	Икра кабачковая	40				60			
	икра кабачковая		42	159	6,68		63	159	10
229	Омлет натуральный	130/5				150/5			

	Яйца (гр)		99,6	300	29,9		114,9	300	34,47
	молоко		34,7	83	2,88		40	83	3,32
	Масло сливочное		6,5	711	4,62		7,5	711	5,33
	Масса готового омлета		130				150		
	соль		0,8	25	0,02		0,9	25	0,023
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай(сухой)		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
	Хлеб пшеничный	20				30			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		30	60	1,8
	ИТОГО;	352				435			
2-й завтрак									
	Напиток из груши дички (шиповника)	150	150	55,6	8,34	180	180	55,6	10
	ИТОГО :								
Обед									
86	Суп картофельный с крупой	150				180			
	Картофель(с1.09 по 31.10)		56,25				67,5		
	(с1.11 по 31.12)		58,5	60	3,51		70,2	60	4,2
	(с1.01 по 29.02)		60,75				72,9		
	(с1.03 до молодого)		63				75,6		
	(молодой до 1.09)		54				64,8		
	Крупа: рисовая,пшено		3	117	0,35		3,6	117	0,42
	Или перловая ,пшеничная		6				7,2		
	морковь		7,5	70	0,53		9	70	0,63
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	Масло растительное		1,5	158	0,24		1,8	158	0,28
	Бульон или вода		112,5				135		

319	Птица, тушенная в соусе с овощами	50/110				70/130		
	куры		99,5	325			139,3	325
	Или цыпленок-бройлер		82,5	325			115,5	325
	Или филе птицы (полуфабрикат)		70	520	36,4		98	520
	Масса отварной птицы		50				70	50,96
	Соус № 373		22				27,4	
	сметана <i>ТОМАТ</i>		5,5	350	1,93		6,85	350
	Мука пшеничная		1,65	45	0,07		2,06	45
	вода		16,5				20,6	0,093
	Томатное пюре		2,2	228	0,5		2,74	228
	соль		0,17	25	0,004		0,2	25
	Картофель (с1.09 по 31.10)		70,6				83,4	0,005
	(с1.11 по 31.12)		73,45	60	4,4		86,8	60
	(с1.01 по 29.02)		76,3				90,2	5,2
	(с1.03 до молодого)		79,1				93,5	
	(молодой до 1.09)		67,8				80,1	
	морковь		29,3	70	2,05		36,4	70
	Лук репчатый		16,1	69	1,11		19	69
	Горошек зеленый консервированный		5,87	160	0,94		6,9	160
	Масса овощей и соуса		110				130	1,1
	Выход		160				200	
400	Кисель из сока	150				180		
	Сок плодовой или ягодный натуральный		45	18	0,81		54	18
	сахар		18	82	1,47		21,6	82
	Крахмал картофельный		7,5	158	1,19		9	158
	вода		105				126	1,42
	Хлеб пшеничный	20				20		
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40		1,2

	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	ИТОГО								
	Полдник								
416	Какао с молоком	150				180			
	Какао-порошок		2	627	1,25		2	627	1,25
	сахар		8	82	0,66		10	82	0,82
	молоко		92	83	7,64		110	83	9,13
	вода		65				80		
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10				40/5/15			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		40	60	2,4
	масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	Сыр российский		10,6	690	7,31		16	690	11,04
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 3 день				130,684				166,741
	4 День Четверг								
	Завтрак								
226	Лапшевник с творогом с маслом сливочным	130/5				150/5			
	Лапша или вермишель		31,2	65	2,03		36	65	2,34
	вода		69,3				80		
	творог		44,2	372	16,4		51	372	18,97
	яйца		4,3	300	1,29		5	300	1,5
	сахар		4,3	82	0,35		5	82	0,41
	Масло растительное (для смазки противня)		1,7	158	0,27		2	158	0,32
	сметана		2,6	350	0,91		3	350	1,05
	Сухари		1,7	158	0,27		2	158	0,32
	Масса полуфабриката		151,7				175		
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	Или стуженное молоко		20	355			30	355	

411	Чай с сахаром	180/10				200/10			
	Чай(сухой)		0,5	610	0,3		0,55	610	0,34
	сахар		10	82	0,82		10	82	0,82
	вода		194,4				216		
	Хлеб пшеничный	30				30			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		30	60	1,8
	2-й завтрак								
386	Фрукты свежие(рекомендуемые)	95				100			
	яблоко		108	105	11,34		114	105	11,97
	банан		158,6	195			167		
	Обед								
70	Овощи натуральные соленые	30	33	132	4,36	50	55	132	7,26
63	Борщ с капустой и картофелем	150				180			
	свекла		30	60	1,8		36	60	2,16
	капуста		15	64	0,96		18	64	1,15
	Картофель(с 1.09 по31.10)		15				18		
	(с 1.11 по31.12)		15,6	60	0,94		18,7	60	1,12
	(с 1.01 по29.02)		16,2				19,4		
	(с 1.03 до молодого)		16,8				20,1		
	(молодой до 1.09)		14,4				17,3		
	морковь		9,5	70	0,67		11,4	70	0,8
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	Масло растительное		3	158	0,47		4,3	158	0,68
	Томатное пюре		4,5	228	1,03		5,4	228	1,23
	вода		120				144		
	соль		1,4	25	0,035		1,6	25	0,04
305	Фрикадельки мясные в соусе с томатом	50/40				70/60			

	Говядина(котлетное мясо)		47,3	666			66,2	666	
	Или фарш		34,6	525	18,16		48,4	525	25,4
	Хлеб пшеничный		7,5	60	0,45		10,5	60	0,63
	Молоко или вода		10	83	0,83		14	83	1,16
	Лук репчатый		4,17	69	0,29		5,8	69	0,4
	соль		0,17	25	0,004		0,2	25	0,005
	Масса полуфабриката		59,17				82,8		
	Масло сливочное		3	711	2,13		4	711	2,84
	Масса готовых фрикаделек		50				70		
	Соус № 373		40				60		
	сметана		10	350	3,5		15	350	5,25
	Мука пшеничная		3	45	0,14		4,5	45	0,2
	вода		30				45		
	Томатное пюре		4	228	0,91		6	228	1,37
	соль		0,3	25	0,008		0,48	25	0,012
335	Макаронные изделия отварные	110				130			
	макароны		38,5	65	2,5		45,5	65	2,96
	Масло сливочное		3,85	711	2,74		4,55	711	3,24
	соль		1,1	25	0,028		1,3	25	0,033
394	Компот из смеси сухофруктов	150				180			
	Сухофрукты(смесь)		15	150	2,25		18	150	2,7
	сахар		12	82	0,98		14	82	1,15
	вода		152				182		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	60	1,2		40	80	3,2
	ИТОГО								
	Полдник								

419	Молоко кипяченое	150				180			
			158	83	13,1		189	83	15,69
452	Булочка домашняя	40				60			
	Мука пшеничная		26	45	1,17		38,5	45	1,73
	Мука пшеничная(на подпыл)		1,3	45	0,059		2	45	0,09
	сахар		4,4	82	0,36		6,6	82	0,54
	Сахар(для отделки)		1,3	82	0,11		1,9	82	0,16
	маргарин		5,9	192	1,13		8,9	192	1,71
	Яйцо(гр.) (для смазки)		0,7	300	0,21		1,1	300	0,33
	соль		0,3	25	0,008		0,4	25	0,01
	Дрожжи сухие		0,17	594	0,1		0,26	594	0,15
	вода		11,4				17,1		
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 4 день								
5 день пятница									
Завтрак									
101	Суп молочный с крупой	150				180			
	молоко		105	83	8,72		126	83	10,46
	вода		45				54		
	Крупа рисовая или манная,хлопья		9	63	0,57		10,8	63	0,68
	Ячневая или гречневая,перловая,пшено		12				14,4		
	сахар		1,2	82	0,098		1,4	82	0,11
	Масло сливочное		1,5	711	1,07		1,8	711	1,28
	соль		0,9	25	0,02		1,1	25	0,028
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,31
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10				40/5/15			
	хлеб пшеничный		30	60	1,8		40	60	2,4

	масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	сыр российский		10,6	690	7,31		16	690	11,04
	ИТОГО								
	2-й завтрак								
386	Фрукты свежие(рекомендуемые)	95				100			
	Яблоко или		108	105	11,3		114	105	11,97
	банан		158,6	195			167	195	
	Обед								
82	Рассольник ленинградский	150				180			
	Картофель(с1.09 по31.10)		56,3				67,5		
	(с1.11 по31.12)		58,5	60	3,51		70,2	60	4,21
	(с1.01 по29.02)		60,8				72,9		
	(с1.03 до молодого)		63				75,6		
	(молодой до 1.09)		54				64,8		
	Крупа(перловая,или пшеничная,или рисовая)		3	117	0,35		3,6	117	0,42
	морковь		7,5	70	0,53		9	70	0,63
	Лук репчатый		3,6	69	0,25		4,3	69	0,3
	Огурцы соленые		10	132	1,32		12	132	1,58
	Масло растительное		3	158	0,47		3,6	158	0,57
	Бульон или вода		112,5				135		
	соль		1	25	0,025		1,2	25	0,03
310	Пельмени с маслом сливочным	130/5				150/5			
	Пельмени(полуфабрикат)промышленного производства замороженные(весовые)		120	350	42		138,9	350	48,6
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	Выход с маслом		135				155		
394	Компот из смеси сухофруктов	150				180			

	Сухофрукты(смесь)		15	150	2,25		18	150	2,7
	сахар		12	82	0,98		14	82	1,15
	вода		152				182		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	ИТОГО:								
Полдник									
	Печенье(кондитерские изделия)	50	50	165	8,25	70	70	165	11,55
414	Кофейный напиток с молоком	150				180			
	Кофейный напиток		2	583	1,17		3	583	1,75
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	молоко		75	83	6,23		90	83	7,47
	вода		90				108		
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 5 день								120,848
6 день понедельник									
Завтрак									
227	Яйцо отварное	1шт./40				1шт./40			
	Яйца (гр)		40	300	12		40	300	12
57	Икра кабачковая	110				130			
	Икра кабачковая для детского питания		115,5	159	18,36		136,5	159	21,7
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10				40/5/15			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		40	60	2,4

	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	Сыр российский		10,6	690	7,31		16	690	11,04
	ИТОГО								
	2-й завтрак								
417	Напиток из груши дички(шиповника)	150				180			
	(рекомендуемый)		150	18	2,7		180	18	3,24
	Обед								
70	Овощи натуральные соленые	30				50			
	Огурцы соленые		33	132	4,36		55	132	7,26
63	Борщ с капустой и картофелем	150				180			
	свекла		30	60	1,8		36	60	2,16
	Капуста свежая		15	64	0,96		18	64	1,15
	Картофель(с1.09 по31.10)		15				18		
	(с1.11 по31.12)		15,6	60	0,94		18,7	60	
	(с1.01 по29.02)		16,2				19,4		
	(с1.03 до молодого)		16,8				20,1		
	(молодой до 1.09)		14,4				17,3		
	морковь		9,45	70	0,66		11,3	70	0,79
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	Томатное пюре		4,5	228	1,03		5,4	228	1,23
	Масло растительное		3	158	0,47		3,6	158	0,57
	Вода или бульон		120				144		
	соль		1,4	25	0,035		1,6	25	0,04
292	Жаркое по -домашнему	50/70				70/90			
	Говядина(без кости)		81	666	53,9		112,9	666	75,19
	Картофель(с1.09 по31.10)		92,3				105,2		
	(с1.11 по31.12)		95,9	60	5,75		109,5	60	6,57
	(с1.01 по29.02)		99,6				113,6		

	(с1,03 до молодого)		103,3			117,9		
	(молодой до 1.09)		88,6			101		
	Лук репчатый		7,6	69	0,52	8,4	69	0,58
	Масло сливочное		2,5	711	1,78	3,9	711	2,77
	Томатное пюре		---	228		6,4	228	1,46
	Масса отварного мяса		50			70		
	Масса готовых овощей		70			90		
394	Компот из смеси сухофруктов	150				180		
	Сухофрукты(смесь)		15	150	2,25	18	150	2,7
	сахар		12	82	0,98	14,4	82	1,18
	вода		152					
	Хлеб пшеничный	20				20		
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2	20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40		
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6	40	80	3,2
	ИТОГО							
	Полдник					180		
416	Какао с молоком	150						
	Какао-порошок		2	627	1,25	2	627	1,25
	Сахар		8	82	0,66	10	82	0,82
	молоко		92	83	7,64	110	83	9,13
	вода		65			80		
	Печенье	50				70		
	(кондитерские изделия)		50	165	8,25	70	165	11,5
	ИТОГО							
	ВСЕГО за 6 день							
7 день вторник								
Завтрак								

251	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/15				150/30			
	творог		121,9	372	45,3		140,7	372	52,34
	Крупа манная		7,8	63	0,49		9	63	0,57
	Или мука пшеничная		10,4	45			12	45	
	сахар		10,4	82	0,85		12	82	0,98
	яйца		5,2	300	1,56		6	300	1,8
	Масло сливочное		5,2	711	3,7		6	711	4,27
	сухари		5,2	158	0,82		6	158	0,95
	сметана		5,2	350	1,82		6	350	2,1
	Масса готовой запеканки		130				150		
	Сгущенное молоко		15	355	5,33		30	355	10,6
411	Чай с сахаром	180/10				180/10			
	Чай(сухой)		0,5	610	0,3		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	ИТОГО								
2-й завтрак									
	Фрукты свежие(рекомендованные)	95				100			
	яблоко		108	105	11,34		114	105	11,97
	Или банан		158,6				167		
	ИТОГО								
Обед									
86	Суп картофельный с перловой крупой	150				180			
	Картофель(с1.09 по31.10)		56,25				67,5		
	(с1.11 по31.12)		58,5	60	3,51		70,2	60	4,21

	(с1.01 по29.02)		60,8			73		
	(с1.03 до молодого)		63			75,6		
	(молодой до 1.09)		54			64,8		
	Крупа перловая,пшеничная		6	46	0,28	7,2	46	0,33
	Или рисовая,пшено		3			3,6		
	морковь		7,5	70	0,53	9	70	0,63
	Лук репчатый		7,2	69	0,5	8,6	69	0,59
	Масло растительное		1,5	158	0,24	1,8	158	0,28
	Бульон или вода		112,5			135		
	Соль		1,5	25	0,038	1,8	25	0,045
70	Овощи натуральные соленые	30				50		
	Огурцы консервированные		33	132	4,36	55	132	7,26
308	Запеканка картофельная с печенью или мясом(говядина)	130/5				150/5		
	Печень говяжья		41,2	380	15,66	46,9	380	17,82
	или говядина (котлетное мясо)		58,5			67,5		
	Масло сливочное		2,17	711	1,54	2,5	711	1,78
	Масса готовых мясopодуkтoв		27			31,2		
	Картофель(с1.09 по31.10)		155,7			179,7		
	(с1.11 по31.12)		162	60	9,72	186,9	60	11,21
	(с1.01 по29.02)		168,2			194		
	(с1.03 до молодого)		174,4			201,2		
	(молодой до 1.09)		149,5			172,5		
	Лук репчатый		10,8	69	0,75	12,5	69	0,86
	Масло сливочное		1,08	711	0,77	1,25	711	0,89
	Масса припущенного лука		6,5			7,5		
	Масло сливочное(смазка противеня)		1,08	711	0,77	1,25	711	0,89
	сухари		2,2	158	0,35	2,5	158	0,4

	соль		1,7	25	0,043		1,9	25	0,048
	Масса полуфабриката		152,8				176,3		
	Масса готового изделия		130				150		
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	Выход с маслом		135				155		
	Или соус №372		20				30		
	сметана		5	350			7,5	350	
	Мука пшеничная		1,5	45			2,25	45	
	вода		15				22,5		
	соль		0,16	25			0,2	25	
400	Кисель из сока плодового	150				180			
	Сок плодовый натуральный		45	18	0,81		54	18	0,97
	сахар		18	82	1,48		21,6	82	1,77
	Крахмал картофельный		7,5	158	1,19		9	158	1,42
	вода		105				126		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	ИТОГО								
Полдник									
452	Булочка домашняя	50				70			
	Мука пшеничная		32,5	45	1,46		45,5	45	2,05
	Мука пшеничная(на подпыл)		1,6	45	0,072		2,2	45	0,099
	сахар		5,5	82	0,45		7,7	82	0,63
	Сахар(для отделки)		1,6	82	0,13		2,2	82	0,18
	маргарин		7,4	192	1,42		10,4	192	2
	Яйцо(для смазки)		0,88	300	0,26		1,2	300	0,36
	соль		0,4	25	0,01		0,56	25	0,014

	Дрожжи сухие		0,2	594	0,12		0,28	594	0,17
	вода		13,7				19,2		
	Масса полуфабриката		60,4				84,5		
414	Кофейный напиток	150				180			
	Кофейный напиток		2	583	1,17		3	583	1,75
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	молоко		75	83	6,23		90	83	7,48
	вода		90				108		
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 7 день				128,743				152,216
8 день Среда									
	Завтрак								
100	Суп молочный с макаронными	150				180			
	молоко		105	83	8,72		126	83	10,46
	вода		45				54		
	Вермишель, фигурные изделия, макароны		12	65	0,78		14,4	65	0,94
	сахар		1,2	82	0,098		1,44	82	0,12
	Масло сливочное		1,5	711	1,07		1,8	711	1,28
	соль		0,75	25	0,019		0,9	25	0,023
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10				30/10			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		30	60	1,8
	Масло сливочное		10	711	7,11		10	711	7,11
	ИТОГО								
	2-й завтрак								
417	Напиток из груши дички(шиповника)	150				180			

	(рекомендуемый)		150	18	2,7		180	18	3,24
	Обед								
87	Суп картофельный с горохом	150				180			
	Картофель(с1.09 по31.10)		37,5				45		
	(с1.11 по 31.12)		39	60	2,34		46,8	60	2,8
	(с1.01 по 29.02)		40,5				48,6		
	(с1.03 до молодого)		42				50,4		
	(молодой до 1.09)		36				43,2		
	горох		12,15				14,6		
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	морковь		9,6	70	0,67		11,5	70	0,81
	Масло растительное		3	158	0,47		3,6	158	0,57
	вода		105				126		0,57
	соль		1,4	25	0,035		1,44	25	0,036
318	Птица, тушенная в соусе	50/40				70/60			
	куры		99,5	325			139,3	325	
	Или бройлер-цыпленок		82,5	325	26,8		115,5	325	37,5
	Или филе птицы(полуфабрикат)		70	520			98	520	
	соль		0,5	25	0,013		0,7	25	0,018
	Масса отварной птицы		50				70		
	Соус сметанный №372		40				60		
	сметана <i>ТО ММММ</i>		10	350	3,5		15	350	5,25
	Мука пшеничная		3	45	0,14		4,5	45	0,2
	вода		30				45		
	соль		0,3	25	0,008		0,45	25	0,011
	Масса белого соуса		40				60		
331	Каша гречневая вязкая(гарнир)	110/5				130/5			
	Крупа гречневая		27,5	95	2,61		32,5	95	3,09
	вода		88				104		

	соль		0,27	25	0,007		0,3	25	0,008
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
394	Компот из смеси сухофруктов	150					180		
	Сухофрукты(смесь)		15	150	2,25		18	150	2,7
	сахар		12	82	0,98		14	82	1,15
	вода		152				182		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	ИТОГО								
	Полдник								
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,3
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
	Печенье								
	(кондитерские изделия)	50	50	165	8,25	70	70	165	11,55
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 8 день								

9 день ЧЕТВЕРГ

Завтрак

199	Каша жидкая молочная(пшенная)	150/5/5				170/5/5			
	Крупа пшениная или овсяная		30	65	1,95		34	65	2,34
	Или ячневая,или перловая		33,3				37,7		
	Или рисовая,или манная		23,3				26,4		
	молоко		70	83	6,23		79,3	83	7,47
	вода		56				63,5		
	сахар		5	82	0,41		5	82	0,41

	соль		0,7	25	0,018		0,8	25	0,02
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
	С маслом и сахаром		160				180		
414	Кофейный напиток	150				180			
	Кофейный напиток		2	583	1,17		3	583	1,75
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	молоко		75	83	6,23		90	83	7,47
	вода		90				108		
	Хлеб пшеничный	30	30	60	1,2	40	40	60	2,4
7	Сыр российский	10	10,6	690	7,31	15	16	690	11,04
	2-й завтрак								
417	Напиток из груши дички(шиповника)	150				180			
	(рекомендуемый)		150				180		
	Обед								
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	150				180			
	Картофель(с1.09 по31.10)		56,2				67,4		
	(с1.11 по 31.12)		58,5	60	3,51		70,2	60	4,21
	(с1.01 по 29.02)		60,7				72,8		66,7
	(с1.03 до молодого)		63				75,6		
	(молодой до 1.09)		54				64,8		
	морковь		7,5	70	0,53		9	70	0,63
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,6	69	0,59
	Масло растительное		1,5	158	0,24		1,8	158	0,28
	вода		105				126		
	соль		1,4	25	0,035		1,6	25	0,04

274/235	Шницель рыбный(минтай) с маслом	50/2				70/3			
	Минтай(неразделанный)		74,8	220	16,5		104,7	220	23
	или филе минтая ,выпускаемое промышленностью		45						
	Лук репчатый		12,5	69	0,86		17,5	69	1,21
	молоко		4,2	83	0,35		5,9	83	0,49
	Яйца (гр)		1,67	300	0,5		2,3	300	0,69
	сахар		5,8	158	0,92		8,1	158	1,28
	Масса полуфабриката		62,5				87,5		
	Масло растительное		1,7	158	0,27		2,4	158	0,38
	Выход готового шницеля		50				70		
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
125	картофель отварной	110				130			
	Картофель(с1.09 по31.10)		151				178		
	(с1.11 по31.12)		122,2	60	7,3		144,4	60	8,67
	(с1.01 по29.02)		126,9				150		
	(с1.03 до молодого)		131,6				155,5		
	(молодой до 1.09)		112,9				133,4		
	Масло сливочное		5,5	711	2,74		6,5	711	3,24
	соль		1,1	25	0,028		1,3	25	0,033
145	Свекла,тушенная в томатном соусе	30				50			
	свекла		32,7	60	1,96		54,5	60	3,27
	Лук репчатый		9,6	69	0,66		16	69	1,1
	Масло сливочное		0,9				1,5		
	сметана		6	350	2,1		10	350	3,5
	сахар		0,9	82	0,74		1,5	82	0,12
400	Кисель из сока	150				180			
	Сок плодовый натуральный		45	18	0,81		54	18	0,97
	сахар		18	82	1,48		21,6	82	1,77

	Крахмал картофельный		7,5	158	1,19		9	158	1,42
	вода		105				126		
	Хлеб пшеничный	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	Полдник								
	Булочка домашняя	50				70			
	Мука пшеничная		32	45	1,44		44,8	45	2,02
	Мука пшеничная(на подпыл)		1,7	45	0,077		2,4	45	0,11
	сахар		5,5	82	0,45		7,7	82	0,63
	Сахар(для отделки)		1,6	82	0,13		2,2	82	0,18
	маргарин		7,4	192	1,42		10,4	192	2
	Яйцо(для смазки)		0,95	300	0,29		1,3	300	0,39
	соль		0,3	25	0,008		0,4	25	0,01
	Дрожжи сухие		0,2	594	0,12		0,3	594	0,18
	вода		14,3				20		
	Масло растительное(для смазки)		0,16	158	0,025		0,2	158	0,032
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 10 день				#ССЫЛКА!				#ССЫЛКА!
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,31
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 9 день								
	10 день ПЯТНИЦА								
	Завтрак								
426	Вареники с картофелем отварные	150/5				180/5			

	Вареники(полуфабрикат)промышленного производства замороженные(с картофелем)		139,1	170	23,65		167	170	28,39
	Масса отварных вареников		150				180		
	Масло сливочное		5	711	3,56		5	711	3,56
411	Чай с сахаром	150/7				180/10			
	Чай сухой		0,38	610	0,23		0,5	610	0,31
	сахар		7	82	0,57		10	82	0,82
	вода		162				194,4		
3	Бутерброд с сыром	30/10				30/15			
	Хлеб пшеничный		30	60	1,8		30	60	1,8
	Сыр российский		10	690	7,31		15	690	11,04
	2-й завтрак								
417	Напиток из груши дички(шиповника)	150				180			
	(рекомендуемый)		150				180		
	Обед								
86	Суп картофельный с крупой	150				180			
	Картофель(с1.09 по31.10)		56,2				67,4		
	(с1.11 по 31.12)		58,5	60	3,51		70,2	60	4,21
	(с1.01 по 29.02)		60,7				72,8		
	(с1.03 до молодого)		63				75,6		
	(молодой до 1.09)		54				64,8		
	Крупа:перловая,пшеничная		6	46	0,28		7,2	46	0,33
	Или рисовая,пшено		3				3,6		
	морковь		7,5	70	0,53		9	70	0,63
	Лук репчатый		7,2	69	0,5		8,64	69	0,6
	Масло растительное		1,5	158	0,24		1,8	158	0,28
	вода		105				135		
304	Тефтели мясные с томатным соусом	50/30				70/50			

	Говядина(котлетное мясо)(без кости)		43,3	666			60,6	666	
	Или фарш		31,7	520	16,48		44,4	520	23,1
	вода		5				7		
	Крупа рисовая		4,2	117	0,49		5,9	117	0,69
	Масса готового риса		12,5				17,5		
	Лук репчатый		10,8	69	0,75		15,1	69	1,04
	Масло сливочное		1,7	711	1,21		2,4	711	1,7
	соль		0,6	25	0,015		0,8	25	0,02
	масса полуфабриката		59,17				82,8		
	Масса готовых тефтелей			50			70		
	Соус №373		30				50		
	Сметана		7,5	350	2,63		12,5	350	4,38
	Мука пшеничная		2,25	45	0,1		3,75	45	0,17
	вода		22,5				37,5		
	Томатное пюре		3	228	0,68		5	228	1,14
	соль		0,2	25	0,005		0,3	25	0,008
335	Макаронны отварные	110				130			
	Макаронные изделия		38,5	65	2,5		45,5	65	2,96
	Масло сливочное		3,85	711	2,74		4,55	711	3,24
	соль		1,1	25	0,028		1,3	25	0,033
143	Капуста тушеная	30				50			
	Капуста свежая		41,4	64	2,65		69	64	4,42
	Масло растительное		1,2	158	0,19		2	158	0,32
	Томатное пюре		-	228			2,5	228	0,57
	морковь		3	70	0,21		5	70	0,35
	Лук репчатый		2,7	69	0,19		4,5	69	0,31
	Мука пшеничная		0,6	45	0,027		1	45	0,045
	сахар		0,9	82	0,074		1,5	82	0,12
	соль		0,4	25	0,01		0,6	25	0,015

394	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	150				180			
	Сухофрукты(смесь)		15	150	2,25		18	150	2,7
	сахар		12	82	0,98		14	82	1,15
	вода		152				182		
	<u>Хлеб пшеничный</u>	20				20			
	Хлеб пшеничный		20	60	1,2		20	60	1,2
	<u>Хлеб ржано-пшеничный</u>	20				40			
	Хлеб ржано-пшеничный		20	80	1,6		40	80	3,2
	<u>Полдник</u>								
416	<u>Какао с молоком</u>	150				180			
	Какао порошок		2	627	1,25		2	627	1,25
	сахар		8	82	0,66		10	82	0,82
	молоко		92	83	7,64		110	83	9,13
	вода		65				80		
	<u>Булочка домашняя</u>	50				70			
	Мука пшеничная		32	45	1,44		44,8	45	2,02
	Мука пшеничная(на подпыл)		1,7	45	0,077		2,4	45	0,11
	сахар		5,5	82	0,45		7,7	82	0,63
	Сахар(для отделки)		1,6	82	0,13		2,2	82	0,18
	маргарин		7,4	192	1,42		10,4	192	2
	Яйцо(для смазки)		0,95	300	0,29		1,3	300	0,39
	соль		0,3	25	0,008		0,4	25	0,01
	Дрожжи сухие		0,2	594	0,12		0,3	594	0,18
	вода		14,3				20		
	Масло растительное(для смазки)		0,16	158	0,025		0,2	158	0,032
	ИТОГО								
	ВСЕГО за 10 день				92,699				121,603

Составила технолог Ярцева Л.И. (Составлено на основании сборника рецептов для питания детей в ДОО 2017г)