Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ МО г.Краснодар "Центр-детский сад № 100"

УТВЕРЖДАЮ

И.о заведующего **Петерсон Г.Ю.**

подпись расшифровка подписи

"01" сентября 2023г.

Возрастная категория: 3-7 лет

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД № 100"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД № 100"
DN: C=RU, S=Краснодарский край, STREET="ул. им. Дзержинского, 100/2", L=КРАСНОДАР Г., T=Заместитель заведующего, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР "" ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД № 100""", ОГРН=1112311008029, СНИЛС=00376422314, ОID.1.2.643.100.4=2311140237, ИНН=231201354567, E=gdmbu.petersonglyu@mail.ru, G=Гелена Юрьевна, SN=Петерсон, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР "" ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД № 100"""
Дата: 2023.09.01 15:59:10+03'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Пудинг из творога (запеченный)	100	**16,4**	**12,3**	**25,4**	**281,3**	**249**
	Соус яблочный	30	**0,0**	**0,0**	**5,1**	**20,9**	**380**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Чай с повидлом	150/30	**0,1**	**0,0**	**19,5**	**75,0**	**943**
	Чай-заварка	50	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**942**
	Плоды свежие	100	**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**	**386**
Общий выход всех блюд на Завтрак		505	**21,2**	**13,2**	**90,9**	**567,8**	
Завтрак2	Напиток витаминизированный	100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Обед	Суп картофельный с крупой	200	**1,9**	**2,4**	**13,7**	**84,9**	**86**
	Суфле из отварного мяса с рисом	80	**19,5**	**19,1**	**3,9**	**265,5**	**295**
	Капуста тушёная	150	**3,7**	**6,2**	**15,9**	**136,7**	**143**
	Компот из сушёных фруктов	180	**0,0**	**0,0**	**15,6**	**62,3**	**394**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		655	**28,3**	**28,2**	**68,9**	**643,9**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**6,1**	**4,5**	**9,9**	**109,8**	**420**
	Икра баклажанная	60	**1,2**	**3,1**	**4,7**	**51,8**	**53**
	Рыба припущенная	80	**15,7**	**0,6**	**0,3**	**68,8**	**259**
	Пюре картофельное	150	**3,3**	**5,4**	**22,1**	**150,8**	**339**
	Яйца варёные	20	**5,6**	**5,1**	**0,3**	**69,1**	**227**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Булочка "Веснушка"	50	**5,5**	**4,6**	**29,9**	**182,9**	**456**
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**707**
Общий выход всех блюд на Полдник2		760	**39,0**	**23,4**	**76,9**	**680,4**	

Итого за 1 день:	**88,5**	**64,8**	**246,0**	**1929,0**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	**5,8**	**5,4**	**20,0**	**152,6**	**100**
	Бутерброд с маслом	40/5	**3,1**	**4,5**	**19,7**	**131,4**	**1**
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Кофейный напиток с молоком	180	**2,6**	**2,3**	**14,3**	**88,5**	**414**
	Сыр (порциями)	15	**3,5**	**4,4**	**0,0**	**54,6**	**7**
Общий выход всех блюд на Завтрак		465	**16,6**	**16,7**	**64,1**	**474,6**	
Завтрак2	Молоко кипяченое	180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	**419**
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	
Обед	Салат из белокачанной капусты	60	**0,9**	**3,1**	**5,6**	**54,3**	**21**
	Суп картофельный протёртый (с гренками)	180/20	**2,3**	**2,6**	**11,7**	**80,2**	**85**
	Гренки из пшеничного хлеба	20	**2,9**	**0,3**	**18,4**	**88,1**	**123**
	Жаркое по-домашнему	220	**27,1**	**26,1**	**23,5**	**438,1**	**292**
	Кисель из яблок	180	**0,1**	**0,1**	**26,2**	**107,0**	**871**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		725	**36,5**	**32,6**	**105,4**	**862,3**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**5,2**	**4,5**	**7,6**	**97,2**	**420**
	Салат из кукурузы (консервированной)	60	**0,0**	**3,6**	**1,2**	**37,1**	**12**
	Рыба, запечённая в омлете	80	**18,1**	**8,5**	**2,8**	**160,5**	**263**
	Каша рассыпчатая	150/3	**5,0**	**3,7**	**32,7**	**184,4**	**179**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Сдоба обыкновенная	50	**5,6**	**4,2**	**29,7**	**178,5**	**449**
	Чай с повидлом	150/20	**0,1**	**0,0**	**13,0**	**50,0**	**411**
	Чай-заварка	30	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**410**
Общий выход всех блюд на Полдник2		743	**35,6**	**24,7**	**96,8**	**754,7**	
Итого за 2 день:			**94,2**	**78,7**	**275,4**	**2193,6**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Пудинг из творога с рисом	100	**16,1**	**11,1**	**19,8**	**246,2**	**250**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Какао с молоком	180	**3,7**	**3,0**	**15,5**	**105,1**	**416**
	Плоды свежие	100	**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**	**386**
Общий выход всех блюд на Завтрак		425	**24,4**	**15,0**	**76,2**	**541,7**	
Завтрак2	Напиток витаминизированный	100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Обед	Салат из свежих помидоров с луком	60	**0,7**	**3,7**	**2,8**	**48,7**	**14**
	Суп с рыбными консервами	200	**8,4**	**4,6**	**13,6**	**130,9**	**95**
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	80	**13,2**	**14,8**	**13,8**	**241,4**	**322**
	Пюре картофельное с морковью	150	**3,1**	**5,2**	**20,0**	**140,1**	**340**
	Компот из свежих плодов	180	**0,1**	**0,1**	**21,5**	**88,7**	**390**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		715	**28,6**	**29,0**	**91,5**	**744,3**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**5,2**	**5,8**	**7,2**	**106,2**	**420**
	Макаронник с печенью	160	**16,8**	**10,2**	**38,0**	**311,2**	**309**
	Суп молочный с крупой	200	**5,3**	**5,3**	**16,8**	**136,9**	**101**
	Хлеб пшеничный	30	**2,3**	**0,2**	**14,8**	**70,5**	
	Чай с лимоном	150/15/7	**0,1**	**0,0**	**15,2**	**62,2**	**944**
	Чай-заварка	50	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**942**
Общий выход всех блюд на Полдник2		792	**29,7**	**21,4**	**91,9**	**687,0**	
Итого за 3 день:			**82,8**	**65,4**	**268,9**	**2010,0**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
День 4							
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	

	Чай с повидлом	150/20	**0,1**	**0,0**	**13,0**	**50,0**	**411**
	Чай-заварка	30	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**410**
Общий выход всех блюд на Завтрак		470	**10,7**	**10,4**	**61,7**	**380,6**	
Завтрак2	Плоды свежие	100	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**386**
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	**0,6**	**3,7**	**2,2**	**45,3**	**15**
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	200	**2,4**	**4,6**	**11,9**	**99,9**	**65**
	Шницель рубленный	80	**13,3**	**15,0**	**13,2**	**241,1**	**299**
	Каша рассыпчатая	150/3	**6,8**	**4,7**	**43,2**	**242,3**	**179**
	Компот из сушёных фруктов	180	**0,0**	**0,0**	**15,6**	**62,3**	**394**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		718	**26,2**	**28,5**	**105,9**	**785,4**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**160,2**	**5,2**	**7,4**	**95,4**	**420**
	Рыба припущенная	80	**15,7**	**0,6**	**0,3**	**68,8**	**259**
	Свекла, тушённая в белом соусе	114	**2,1**	**3,6**	**14,8**	**99,8**	**357**
	Соус белый основной	36	**0,2**	**1,5**	**1,3**	**19,8**	**365**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Яйцо варёное	40	**11,1**	**10,1**	**0,6**	**137,4**	**227**
	Булочка "Веснушка"	50	**5,5**	**4,6**	**29,9**	**182,9**	**456**
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**707**
Общий выход всех блюд на Полдник2		720	**196,4**	**25,7**	**64,1**	**651,2**	
Итого за 4 день:			**233,7**	**65,0**	**241,5**	**1864,1**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Омлет натуральный	80	**17,3**	**18,9**	**2,0**	**248,0**	**229**
	Салат из горошка зелёного консервированного	60	**1,8**	**3,1**	**3,8**	**50,1**	**10**
	Кофейный напиток с молоком	180	**2,6**	**2,3**	**14,3**	**88,5**	**414**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Плоды свежие	100	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**386**

Общий выход всех блюд на Завтрак		465	**25,3**	**25,1**	**49,8**	**528,1**	
Завтрак2	Напиток витаминизированный	100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	**0,5**	**3,7**	**1,4**	**40,3**	**13**
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/4	**1,6**	**4,6**	**7,6**	**79,5**	**73**
	Запеканка картофельная с печенью	160	**10,8**	**8,3**	**30,1**	**238,7**	**308**
	Соус сметанный	30	**0,4**	**0,8**	**1,9**	**16,4**	**372**
	Кисель из яблок	180	**0,1**	**0,1**	**26,2**	**107,0**	**871**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		679	**16,7**	**17,8**	**87,1**	**576,6**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**6,1**	**4,5**	**9,9**	**109,8**	**420**
	Суп молочный с крупой	200	**5,5**	**5,9**	**16,2**	**140,8**	**101**
	Запеканка овощная	150	**7,3**	**13,0**	**30,0**	**267,7**	**169**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Булочка домашняя	50	**5,2**	**8,0**	**30,9**	**216,0**	**452**
	Чай с повидлом	150/30	**0,1**	**0,0**	**19,5**	**75,0**	**943**
	Чай-заварка	50	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**942**
	Сыр (порциями)	15	**3,5**	**4,4**	**0,0**	**54,6**	**7**
Общий выход всех блюд на Полдник2		845	**29,3**	**36,0**	**116,3**	**910,9**	
Итого за 5 день:			**71,3**	**78,9**	**262,4**	**2052,5**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	**5,7**	**5,4**	**19,2**	**148,6**	**101**
	Бутерброд с маслом	40/5	**3,1**	**4,5**	**19,7**	**131,4**	**1**
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Какао с молоком	180	**3,7**	**3,0**	**15,5**	**105,1**	**416**
Общий выход всех блюд на Завтрак		450	**14,1**	**13,1**	**64,4**	**432,6**	
Завтрак2	Молоко кипяченое	180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	**419**
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	
Обед	Салат из свежих помидоров с луком	60	**0,7**	**3,7**	**2,8**	**48,7**	**14**
	Суп картофельный с крупой	200	**1,9**	**2,4**	**13,7**	**84,9**	**86**

	Тефтели рыбные тушёные	80	**10,8**	**4,0**	**11,0**	**123,4**	**277**
	Соус сметанный	30	**0,4**	**0,8**	**1,9**	**16,4**	**372**
	Пюре картофельное	150	**3,3**	**5,4**	**22,1**	**150,8**	**339**
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**707**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		765	**20,3**	**16,8**	**71,3**	**518,8**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**5,2**	**4,5**	**7,6**	**97,2**	**420**
	Плоды свежие	100	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**386**
	Голубцы ленивые	160	**15,1**	**14,4**	**11,6**	**236,8**	**315**
	Соус сметанный с томатом	30	**0,6**	**0,8**	**2,2**	**18,4**	**373**
	Рагу из овощей	105	**2,0**	**6,3**	**12,8**	**116,6**	**148**
	Соус сметанный	45	**0,7**	**1,2**	**2,8**	**24,8**	**372**
	Булочка "Веснушка"	50	**5,5**	**4,6**	**29,9**	**182,9**	**456**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Чай с повидлом	150/20	**0,1**	**0,0**	**13,0**	**50,0**	**411**
	Чай-заварка	30	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**410**
Общий выход всех блюд на Полдник2		890	**31,0**	**32,3**	**99,5**	**820,8**	
Итого за 6 день:			**70,8**	**66,9**	**244,3**	**1874,2**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Пудинг из творога (паровой)	100	**17,4**	**11,9**	**24,6**	**278,4**	**248**
	Соус сметанный	30	**0,4**	**0,8**	**1,9**	**16,4**	**372**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Сыр (порциями)	15	**3,5**	**4,4**	**0,0**	**54,6**	**7**
	Яйцо варёное	40	**11,1**	**10,1**	**0,6**	**137,4**	**227**
	Чай с повидлом	150/20	**0,1**	**0,0**	**13,0**	**50,0**	**411**
	Чай-заварка	30	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**410**
Общий выход всех блюд на Завтрак		430	**35,6**	**27,6**	**60,0**	**631,3**	
Завтрак2	Напиток витаминизированный	100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	**4,8**	**4,5**	**15,6**	**122,4**	**87**

	Суфле из отварного мяса с рисом	80	**19,5**	**19,1**	**3,9**	**265,5**	**295**
	Пюре картофельное с морковью	150	**3,1**	**5,2**	**20,0**	**140,1**	**340**
	Кисель из яблок	180	**0,1**	**0,1**	**26,2**	**107,0**	**871**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		655	**30,6**	**29,4**	**85,6**	**729,5**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**160,2**	**5,2**	**7,4**	**95,4**	**420**
	Плоды свежие	100	**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**	**386**
	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	**0,9**	**3,7**	**8,2**	**69,8**	**33**
	Рыба, тушенная с овощами	80	**8,3**	**4,3**	**2,5**	**82,5**	**261**
	Макароны, запеченные с яйцом	150	**10,4**	**9,8**	**31,5**	**255,4**	**222**
	Хлеб пшеничный	25	**1,9**	**0,2**	**12,3**	**58,8**	
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**707**
Общий выход всех блюд на Полдник2		795	**183,2**	**23,7**	**82,8**	**657,8**	
Итого за 7 день:			**249,5**	**80,6**	**237,7**	**2055,6**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп-туры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 8							
Завтрак	Омлет натуральный	80	**17,3**	**18,9**	**2,0**	**248,0**	**229**
	Икра кабачковая	50	**0,9**	**4,5**	**3,9**	**59,5**	**50**
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Кофейный напиток с молоком	180	**2,6**	**2,3**	**14,3**	**88,5**	**414**
	Плоды свежие	100	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**386**
Общий выход всех блюд на Завтрак		435	**22,9**	**26,3**	**40,0**	**490,5**	
Завтрак2	Молоко кипяченое	180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	**419**
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	
Обед	Салат из белокачанной капусты	60	**0,9**	**3,1**	**5,6**	**54,3**	**21**
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	200	**2,4**	**4,6**	**11,9**	**99,9**	**65**
	Плов из птицы	210	**37,3**	**41,0**	**36,6**	**663,8**	**321**
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**707**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		715	**43,8**	**49,0**	**74,0**	**912,5**	

Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**6,1**	**4,5**	**9,9**	**109,8**	**420**
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	**5,8**	**5,4**	**20,0**	**152,6**	**100**
	Хлеб пшеничный	30	**2,3**	**0,2**	**14,8**	**70,5**	
	Сырники из творога	100	**20,5**	**14,2**	**12,2**	**262,5**	**245**
	Соус сметанный	30	**0,4**	**0,8**	**1,9**	**16,4**	**372**
	Чай с повидлом	150/30	**0,1**	**0,0**	**19,5**	**75,0**	**943**
	Чай-заварка	50	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**942**
Общий выход всех блюд на Полдник2		770	**35,3**	**25,1**	**78,2**	**686,9**	
Итого за 8 день:			**107,5**	**105,2**	**201,2**	**2192,0**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 9							
Завтрак	Пудинг из творога (запеченный)	100	**16,4**	**12,3**	**25,4**	**281,3**	**249**
	Бутерброд с маслом	40/5	**3,1**	**4,5**	**19,7**	**131,4**	**1**
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Какао с молоком	180	**3,7**	**3,0**	**15,5**	**105,1**	**416**
	Плоды свежие	100	**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**	**386**
Общий выход всех блюд на Завтрак		450	**26,3**	**20,5**	**91,6**	**661,3**	
Завтрак2	Напиток витаминизированный	100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	**0,0**	**0,0**	**9,3**	**37,0**	
Обед	Салат из свежих помидоров с луком	60	**0,7**	**3,7**	**2,8**	**48,7**	**14**
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/4	**1,6**	**4,6**	**7,6**	**79,5**	**73**
	Мясо отварное	80	**24,3**	**20,8**	**0,5**	**285,7**	**289**
	Каша рассыпчатая	150/3	**7,8**	**4,6**	**34,5**	**210,4**	**179**
	Компот из сушёных фруктов	180	**0,0**	**0,0**	**15,6**	**62,3**	**394**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
Общий выход всех блюд на Обед		697	**35,9**	**33,9**	**70,8**	**733,6**	
Полдник2	Салат из свежих огурцов	60	**0,5**	**3,7**	**1,4**	**40,3**	**13**
	Тефтели из печени с рисом	80	**10,2**	**10,8**	**12,4**	**187,8**	**301**
	Соус молочный (для запекания)	80	**2,1**	**8,4**	**8,1**	**116,8**	**370**
	Рагу из овощей	110	**2,0**	**10,4**	**12,8**	**154,0**	**148**
	Соус сметанный	45	**0,7**	**1,2**	**2,8**	**24,8**	**372**
	Яйцо варёное	40	**11,1**	**10,1**	**0,6**	**137,4**	**227**

	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Булочка школьная	60	**6,8**	**3,3**	**37,6**	**206,8**	**455**
	Кисломолочный напиток	180	**5,2**	**4,5**	**7,6**	**97,2**	**420**
Общий выход всех блюд на Полдник2		700	**41,7**	**52,7**	**103,3**	**1059,5**	
Итого за 9 день:			**103,9**	**107,1**	**275,0**	**2491,4**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Омлет с сыром	80	**18,6**	**21,0**	**1,9**	**272,0**	**230**
	Салат из горошка зелёного консервированного	60	**1,8**	**3,1**	**3,8**	**50,1**	**10**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
	Кофейный напиток с молоком	180	**2,6**	**2,3**	**14,3**	**88,5**	**414**
	Плоды свежие	100	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**386**
Общий выход всех блюд на Завтрак		465	**26,6**	**27,2**	**49,6**	**552,1**	
Завтрак2	Молоко кипяченое	180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	**419**
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	**5,5**	**4,7**	**9,1**	**102,1**	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	**0,6**	**3,7**	**2,2**	**45,3**	**15**
	Суп картофельный с клёцками	180/20	**0,9**	**2,0**	**7,0**	**50,4**	**91**
	Клёцки мучные	20	**1,2**	**1,1**	**4,3**	**32,1**	**128**
	Запеканка из печени с рисом	180	**26,2**	**12,0**	**26,9**	**321,5**	**311**
	Соус сметанный	30	**0,4**	**0,8**	**1,9**	**16,4**	**372**
	Кисель из кураги	180	**0,9**	**0,1**	**33,5**	**138,9**	**398**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	**1,6**	**0,3**	**10,0**	**47,5**	
Общий выход всех блюд на Обед		715	**33,4**	**20,0**	**95,8**	**699,1**	
Полдник2	Кисломолочный напиток	180	**9,0**	**5,8**	**6,3**	**122,4**	**420**
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	90	**2,9**	**3,8**	**17,5**	**115,8**	**163**
	Соус сметанный	60	**0,9**	**1,6**	**3,7**	**32,9**	**372**
	Хлеб пшеничный	20	**1,5**	**0,2**	**9,8**	**47,0**	
	Суп молочный с крупой	200	**5,7**	**5,4**	**19,2**	**148,6**	**101**

	Чай с повидлом	150/30	**0,1**	**0,0**	**19,5**	**75,0**	**943**
	Чай-заварка	50	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**942**
Общий выход всех блюд на Полдник2		780	**20,1**	**16,6**	**76,0**	**541,7**	
Итого за 10 день:			**85,6**	**68,6**	**230,5**	**1894,9**	