

Комитет образования администрации муниципального образования
Сланцевский муниципальный район Ленинградской области
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Сланцевский
детский сад № 7 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по социально-личностному развитию детей"
(МДОУ «Сланцевский детский сад №7»)

ПРИКАЗ

02.09.2024 г.

№ 159

г. Сланцы

Об утверждении 10-ти дневного меню на зимний период 2024/2025 года для групп раннего и дошкольного возраста

В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённых постановлением главного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г №28, «МР 2.3.6.0233-21.2.3.6. Предприятия общественного питания. Методические рекомендации к организации общественного питания населения. Методические рекомендации», утв. Главным санитарным врачом РФ 02.03.2021, и СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» утверждённых постановлением главного санитарного врача РФ от 28 января 2021г №2,

приказываю:

1. 10-ти дневного меню на зимний период 2024\2025 года для групп раннего и дошкольного возраста (приложение 1, 2).
2. Организовать питание детей в возрастных группах раннего и дошкольного возраста в соответствии с утверждённым 10-ти дневного меню на зимний период 2024\2025года.
3. Контроль за исполнением распоряжения оставляю за собой.

Заведующий детским садом

Н.А. Шатохин

М.П.

Десятидневное меню: Ясли (Детский сад) - Зимнее меню детсад №7

День	Завтрак	2й Завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша вязкая пшениная с молочная д/с 150 2. Хлеб пшеничный (булка) 25 3. Молоко кипяченое 180 4. масло сливочное (порциями) 5	1. Сок фруктовый 200	1. Суп картофельный с рисом и курой д/с 150 2. Биточки мясные д/с 50 3. Компот из сухофруктов д/с 150 4. Хлеб ржаной 30 5. Капуста тушеная д/с 110	1. Ватрушка с повидлом 70 2. Чай с сахаром д/с 180	Б: 37,955 (0,4%) Ж: 36,569 (-13,5%) У: 141,795 (-22,4%) К: 1055,116 (-16,3%)
День 2	1. Каша "Дружба" молочная 140 2. Какао с молоком (д/с) 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. масло сливочное (порциями) 5 5. Сыр (порциями) д/с 7	1. Сок фруктовый 200	1. Щи из свежей капусты с курой и сметаной (д/с) 150 2. Котлета рыбная (д/с) 50 3. Пюре картофельное д/с 110 4. Икра кабачковая д/с 30 5. Компот из свежих фруктов д/с 150 6. Хлеб ржаной 30	1. Омлет натуральный д/с 100 2. Хлеб пшеничный (булка) 15 3. Чай с сахаром д/с 150	Б: 43,374 (14,7%) Ж: 45,613 (7,8%) У: 119,193 (-34,8%) К: 1061,739 (-15,7%)
День 3	1. Каша пшеничная вязкая молочная д/с 150 2. Хлеб пшеничный (булка) 25 3. масло сливочное (порциями) 5 4. Кофейный напиток 170	1. Кефир д/с 150	1. Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной д/с 150 2. Жаркое по домашнему с курой д/с 160 3. Икра свекольная д/с 30 4. Хлеб ржаной 30 5. Кисель из кураги д/с 150	1. Пудинг творожный с повидлом д/с 80 2. Чай с лимоном д/с 150	Б: 41,074 (8,7%) Ж: 40,897 (-3,3%) У: 128,893 (-29,5%) К: 1054,752 (-16,3%)
День 4	1. Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая д/с 140 2. Какао с молоком (д/с) 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. масло сливочное (порциями) 5 5. Сыр (порциями) д/с 7	1. Апельсин 100,5	1. Свекольник с курой и сметаной д/с 140 2. Голубцы ленивые с мясом д/с 150 3. Компот из сухофруктов д/с 150 4. Хлеб ржаной (полдник) 20	1. Картофель запеченный в сметанном соусе д/с 130 2. Огурец соленый д/с 20 3. Чай с сахаром д/с 150 4. Хлеб ржаной д/с 10	Б: 38,046 (0,7%) Ж: 45,232 (6,9%) У: 122,003 (-33,2%) К: 1050,097 (-16,7%)

День 5	1. Омлет натуральный д/с 100 2. Зеленый горошек консервированный отварной д/с 40 3. Кофейный напиток д/с 180 4. Хлеб пшеничный (булка) 25	1. Сок фруктовый 200	1. Печень по-строгановски д/с 50 2. Макароны изделия отварные д/с 100 3. Икра свекольная д/с 30 4. Компот из свежих фруктов д/с 150 5. Хлеб ржаной 20 6. Суп мясной с вермишелью д/с 150	1. Рагу овощное д/с 110 2. Чай с лимоном д/с 150 3. Хлеб ржаной д/с 10	Б: 41,263 (9,2%) Ж: 38,955 (-7,9%) У: 134,342 (-26,5%) К: 1063,071 (-15,6%)
День 6	1. Молочная вермишель с маслом д/с 150 2. Какао с молоком (д/с) 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. Сыр (порциями) д/с 7 5. масло сливочное (порциями) 5	1. Яблоко д/с 100	1. Овощной суп с курой д/с 150 2. Котлета мясная д/с 50 3. Каша гречневая рассыпчатая д/с 100 4. Соус красный основной д/с 25 5. Хлеб ржаной 30 6. Лимонный напиток д/с 150	1. Запеканка творожная д/с 80 2. Повидло 15 3. Чай с сахаром д/с 150	Б: 43,429 (14,9%) Ж: 40,181 (-5%) У: 122,738 (-32,8%) К: 1050,864 (-16,6%)
День 7	1. Каша вязкая рисовая молочная д/с 150 2. Чай с сахаром д/с 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. масло сливочное (порциями) 5 5. Сыр (порциями) д/с 7	1. Сок фруктовый 200	1. Гороховый суп с курой и гренками д/с 150 2. Котлета рыбная (д/с) 50 3. Пюре картофельное д/с 110 4. Икра кабачковая д/с 30 5. Компот из сухофруктов д/с 150 6. Хлеб ржаной 30	1. Пирожок печеный с капустой д/с 70 2. Кофейный напиток д/с 160	Б: 40,487 (7,1%) Ж: 31,772 (-24,9%) У: 150,257 (-17,8%) К: 1056,094 (-16,2%)
День 8	1. Каша ячневая молочная д/с 140 2. Кофейный напиток д/с 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. масло сливочное (порциями) 5	1. Кефир д/с 150	1. Рассольник с курой и со сметаной д/с 150 2. Котлета мясная д/с 50 3. Картофель тушеный в сметанном соусе д/с 110 4. Компот из свежих фруктов д/с 150 5. Хлеб ржаной 30	1. Рулет с сахаром д/с 60 2. Чай с лимоном д/с 150	Б: 34,487 (-8,8%) Ж: 41,994 (-0,7%) У: 143,481 (-21,5%) К: 1066,484 (-15,4%)

День 9	1. Каша манная молочная жидкая д/с 140 2. Какао с молоком (д/с) 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. масло сливочное (порциями) 5	1. Сок фруктовый 200	1. Суп-уха д/с 150 2. Зразы мясные д/с 50 3. Капуста тушеная д/с 110 4. Компот из свежих фруктов д/с 150 5. Хлеб ржаной 20	1. Омлет натуральный д/с 100 2. Салат из свеклы д/с 30 3. Чай с сахаром д/с 180 4. Хлеб ржаной д/с 10	Б: 44,441 (17,6%) Ж: 47,595 (12,5%) У: 111,447 (-39%) К: 1061,071 (-15,8%)
День 10	1. Каша вязкая гречневая молочная д/с 140 2. Чай с сахаром д/с 180 3. Хлеб пшеничный (булка) 25 4. масло сливочное (порциями) 5 5. Сыр (порциями) д/с 7	1. Яблоко д/с 100	1. Борщ со сметаной и курой д/с 150 2. Суфле из печени д/с 50 3. Компот из сухофруктов д/с 150 4. Хлеб ржаной 30 5. Рис отварной д/с 100 6. Соус красный основной д/с 25	1. Творожники д/с 80 2. Сгущеное молоко 20 3. Кофейный напиток д/с 180	Б: 45,2 (19,6%) Ж: 35,427 (-16,2%) У: 133,709 (-26,8%) К: 1058,812 (-16%)

Заведующий: _____ /Шатохина Н.А.

Утверждаю:
Заведующий МДОУ "Сланцевский
детский сад №7"
Шатохина Н.А.

Десятидневное меню: Ясли (Детский сад) - Зимнее меню детсад №7

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	1. Каша вязкая пшеничная с молочной д/с	150	4,301	3,919	14,383	111,206	31
	2. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	3. Молоко кипяченое	180	4,213	3,762	7,118	79,754	434/2008
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	Итого за завтрак:	360	10,332	12,491	33,815	291,415	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	69
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Суп картофельный с рисом и курой д/с	150	2,595	2,501	9,017	66,078	52
	2. Биточки мясные д/с	50	14,335	13,044	10,462	219,854	50
	3. Компот из сухофруктов д/с	150	0,394	0,03	8,997	37,831	22
	4. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	5. Капуста тушеная д/с	110	3,041	3,839	9,411	84,733	8
	Итого за обед:	490	22,195	19,743	50,517	469,395	
Полдник	1. Ватрушка с повидлом	70	4,428	4,135	34,269	190,335	105
	2. Чай с сахаром д/с	180	0	0	2,994	11,97	13
	Итого за полдник:	250	4,428	4,135	37,263	202,305	
Итого за день:			37,955	36,569	141,795	1055,116	
День 2							
Завтрак	1. Каша "Дружба" молочная	140	4,265	3,843	15,379	113,96	411
	2. Какао с молоком (д/с)	180	2,75	2,417	5,521	55,178	15
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	5. Сыр (порциями) д/с	7	1,708	2,154	0	26,882	14
	Итого за завтрак:	357	10,54	13,224	33,215	296,476	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	69
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Щи из свежей капусты с курой и сметаной (д/с)	150	4,737	9,757	5,562	122,211	
	2. Котлета рыбная (д/с)	50	12,162	4,339	5,559	110,32	
	3. Пюре картофельное д/с	110	2,765	3,7	19,206	121,487	41
	4. Икра кабачковая д/с	30	0,6	2,7	2,562	36,6	146
	5. Компот из свежих фруктов д/с	150	0,12	0,12	4,928	20,187	20
	6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	Итого за обед:	520	22,214	20,946	50,448	471,705	
Полдник	1. Омлет натуральный д/с	100	8,545	10,832	3,475	145,77	39
	2. Хлеб пшеничный (булка)	15	1,076	0,411	7,365	37,833	147/д
	3. Чай с сахаром д/с	150	0	0	4,491	17,955	13
	Итого за полдник:	265	9,62	11,243	15,331	201,558	
Итого за день:			43,374	45,613	119,193	1061,739	
День 3							
Завтрак	1. Каша пшеничная вязкая молочная д/с	150	4,53	4,996	12,627	114,65	77
	2. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	3. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	4. Кофейный напиток	170	2,64	2,307	6,978	59,725	2-6
	Итого за завтрак:	350	8,987	12,113	31,92	274,83	
2й Завтрак	1. Кефир д/с	150	4,2	3,75	10,491	97,455	89
	Итого за 2й завтрак:	150	4,2	3,75	10,491	97,455	
Обед	1. Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной д/с	150	1,422	2,439	8,282	61,546	117
	2. Жаркое по домашнему с курой д/с	160	13,656	15,9	17,419	243,127	125
	3. Икра свекольная д/с	30	0,576	1,542	3,304	28,811	56
	4. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	5. Кисель из кураги д/с	150	0,821	0,047	17,246	73,353	36
	Итого за обед:	520	18,305	20,258	58,881	467,737	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник	1. Пудинг творожный с повидлом д/с	80	9,55	4,74	20,984	187,679	25
	2. Чай с лимоном д/с	150	0,032	0,036	6,617	27,051	41
	Итого за полдник:	230	9,582	4,776	27,601	214,73	
Итого за день:			41,074	40,897	128,893	1054,752	
День 4							
Завтрак	1. Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая д/с	140	4,936	4,921	14,132	121,659	34
	2. Какао с молоком (д/с)	180	2,75	2,417	5,521	55,178	15
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	5. Сыр (порциями) д/с	7	1,708	2,154	0	26,882	14
	Итого за завтрак:	357	11,211	14,302	31,968	304,175	
2й Завтрак	1. Апельсин	100,5	0,905	0,201	8,141	40,2	1
	Итого за 2й завтрак:	101	0,905	0,201	8,141	40,2	
Обед	1. Свекольник с курой и сметаной д/с	140	4,03	6,128	14,696	125,217	70
	2. Голубцы ленивые с мясом д/с	150	15,95	13,694	19,557	267,154	43а
	3. Компот из сухофруктов д/с	150	0,394	0,03	8,997	37,831	22
	4. Хлеб ржаной (полдник)	20	1,22	0,22	8,42	40,6	82
	Итого за обед:	460	21,593	20,072	51,67	470,802	
Полдник	1. Картофель запеченный в сметанном соусе д/с	130	3,167	10,548	21,403	193,946	
	2. Огурец соленый д/с	20	0,56	0	0,12	2,72	119
	3. Чай с сахаром д/с	150	0	0	4,491	17,955	13
	4. Хлеб ржаной д/с	10	0,61	0,11	4,21	20,3	148а
	Итого за полдник:	310	4,337	10,658	30,224	234,921	
Итого за день:			38,046	45,232	122,003	1050,097	
День 5							
Завтрак	1. Омлет натуральный д/с	100	8,545	10,832	3,475	145,77	39
	2. Зеленый горошек консервированный отварной д/с	40	1,426	0,092	2,99	18,4	38
	3. Кофейный напиток д/с	180	2,508	2,189	7,754	61,224	2-6
	4. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	Итого за завтрак:	345	14,271	13,798	26,494	288,449	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	69
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Печень по-строгановски д/с	50	9,745	4,521	4,936	100,074	104
	2. Макароны изделия отварные д/с	100	4,263	3,749	28,47	167,416	64
	3. Икра свекольная д/с	30	0,576	1,542	3,304	28,811	56
	4. Компот из свежих фруктов д/с	150	0,12	0,12	4,928	20,187	20
	5. Хлеб ржаной	20	1,22	0,22	8,42	40,6	148б
	6. Суп мясной с вермишелью д/с	150	5,863	4,357	11,407	108,707	41/а
	Итого за обед:	500	21,786	14,508	61,465	465,796	
Полдник	1. Рагу овощное д/с	110	3,563	10,303	15,357	169,475	59
	2. Чай с лимоном д/с	150	0,032	0,036	6,617	27,051	41
	3. Хлеб ржаной д/с	10	0,61	0,11	4,21	20,3	148а
	Итого за полдник:	270	4,206	10,449	26,184	216,826	
Итого за день:			41,263	38,955	134,342	1063,071	
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	1. Молочная вермишель с маслом д/с	150	4,649	4,753	14,361	119,606	64
	2. Какао с молоком (д/с)	180	2,75	2,417	5,521	55,178	15
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. Сыр (порциями) д/с	7	1,708	2,154	0	26,882	14
	5. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	Итого за завтрак:	367	10,924	14,133	32,197	302,122	
2й Завтрак	1. Яблоко д/с	100	0,415	0,415	10,176	42,367	61
	Итого за 2й завтрак:	100	0,415	0,415	10,176	42,367	
Обед	1. Овощной суп с курой д/с	150	4,654	4,436	7,293	81,845	122
	2. Котлета мясная д/с	50	9,579	10,695	8,973	172,728	50
	3. Каша гречневая рассыпчатая д/с	100	4,163	1,914	20,501	118,03	65
	4. Соус красный основной д/с	25	0,402	1,276	2,454	22,623	7
	5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	148б
	6. Лимонный напиток д/с	150	0,09	0,1	5,35	23,05	81
	Итого за обед:	505	20,718	18,75	57,201	479,175	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник	1. Запеканка творожная д/с	80	11,312	6,882	8,878	171,746	61
	2. Повидло	15	0,06	0	9,795	37,5	54
	3. Чай с сахаром д/с	150	0	0	4,491	17,955	13
	Итого за полдник:	245	11,372	6,882	23,164	227,201	
Итого за день:			43,429	40,181	122,738	1050,864	
День 7							
Завтрак	1. Каша вязкая рисовая молочная д/с	150	4,419	4,74	17,343	130,186	32
	2. Чай с сахаром д/с	180	0	0	2,994	11,97	13
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	5. Сыр (порциями) д/с	7	1,708	2,154	0	26,882	14
	Итого за завтрак:	367	7,944	11,704	32,652	269,493	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	69
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Гороховый суп с курой и гречками д/с	150	5,731	2,305	18,487	115,948	35
	2. Котлета рыбная (д/с)	50	12,162	4,339	5,559	110,32	
	3. Пюре картофельное д/с	110	2,765	3,7	19,206	121,487	41
	4. Икра кабачковая д/с	30	0,6	2,7	2,562	36,6	146
	5. Компот из сухофруктов д/с	150	0,394	0,03	8,997	37,831	22
	6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	Итого за обед:	520	23,482	13,404	67,442	483,085	
Полдник	1. Пирожок печеный с капустой д/с	70	4,601	3,426	22,597	140,251	71
	2. Кофейный напиток д/с	160	3,46	3,039	7,366	71,264	26
	Итого за полдник:	230	8,061	6,465	29,963	211,516	
Итого за день:			40,487	31,772	150,257	1056,094	
День 8							
Завтрак	1. Каша ячневая молочная д/с	140	3,999	5,89	17,615	109,314	22
	2. Кофейный напиток д/с	180	2,508	2,189	7,754	61,224	2-6
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	Итого за завтрак:	350	8,324	12,889	37,684	270,993	
2й Завтрак	1. Кефир д/с	150	4,2	3,75	10,491	97,455	89
	Итого за 2й завтрак:	150	4,2	3,75	10,491	97,455	
Обед	1. Рассольник с курой и со сметаной д/с	150	2,98	2,566	13,028	85,879	
	2. Котлета мясная д/с	50	9,579	10,695	8,973	172,728	50
	3. Картофель тушеный в сметанном соусе д/с	110	2,32	6,557	17,999	140,641	68
	4. Компот из свежих фруктов д/с	150	0,12	0,12	4,928	20,187	20
	5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	Итого за обед:	490	16,828	20,268	57,559	480,335	
Полдник	1. Рулет с сахаром д/с	60	5,102	5,051	31,131	190,65	134
	2. Чай с лимоном д/с	150	0,032	0,036	6,617	27,051	41
	Итого за полдник:	210	5,135	5,087	37,748	217,701	
Итого за день:			34,487	41,994	143,481	1066,484	
День 9							
Завтрак	1. Каша манная молочная жидкая д/с	140	4,103	4,305	14,061	112,583	119
	2. Какао с молоком (д/с)	180	2,75	2,417	5,521	55,178	15
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	Итого за завтрак:	350	8,671	11,532	31,897	268,216	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	69
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Суп-уха д/с	150	12,274	6,806	11,938	158,832	67
	2. Зразы мясные д/с	50	8,556	11,912	11,599	189,142	102
	3. Капуста тушеная д/с	110	3,041	3,839	9,411	84,733	8
	4. Компот из свежих фруктов д/с	150	0,12	0,12	4,928	20,187	20
	5. Хлеб ржаной	20	1,22	0,22	8,42	40,6	1486
	Итого за обед:	480	25,211	22,896	46,295	493,495	
Полдник	1. Омлет натуральный д/с	100	8,545	10,832	3,475	145,77	39
	2. Салат из свеклы д/с	30	0,405	2,025	2,376	29,32	134
	3. Чай с сахаром д/с	180	0	0	2,994	11,97	13
	4. Хлеб ржаной д/с	10	0,61	0,11	4,21	20,3	148а
	Итого за полдник:	320	9,56	12,967	13,055	207,36	
Итого за день:			44,441	47,595	111,447	1061,071	
День 10							

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	1. Каша вязкая гречневая молочная д/с	140	5,779	5,534	20,102	154,976	126
	2. Чай с сахаром д/с	180	0	0	2,994	11,97	13
	3. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	6
	5. Сыр (порциями) д/с	7	1,708	2,154	0	26,882	14
	Итого за завтрак:	357	9,304	12,498	35,411	294,283	
2й Завтрак	1. Яблоко д/с	100	0,415	0,415	10,176	42,367	61
	Итого за 2й завтрак:	100	0,415	0,415	10,176	42,367	
Обед	1. Борщ со сметаной и курой д/с	150	3,633	4,685	12,172	102,467	70
	2. Суфле из печени д/с	50	13,387	6,453	7,144	140,941	61
	3. Компот из сухофруктов д/с	150	0,394	0,03	8,997	37,831	22
	4. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	5. Рис отварной д/с	100	2,035	1,115	21,468	104,05	60
	6. Соус красный основной д/с.	25	0,402	1,276	2,454	22,623	7
	Итого за обед:	505	21,681	13,889	64,865	468,811	
Полдник	1. Творожники д/с	80	9,852	4,736	4,402	126,527	73
	2. Сгущенное молоко	20	1,44	1,7	11,1	65,6	
	3. Кофейный напиток д/с	180	2,508	2,189	7,754	61,224	2-6
	Итого за полдник:	280	13,799	8,625	23,256	253,351	
Итого за день:			45,2	35,427	133,709	1058,812	
Среднее значение за период			409,758	404,234	1307,859	10578,1	

Десятидневное меню: Сад (Детский сад) - Зимнее меню детсад №7

День	Завтрак	2й Завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша вязкая пшенная с молочная д/с 180 2. Хлеб пшеничный (булка) 40 3. Молоко кипяченое 180 4. масло сливочное (порциями) 5	1. Сок фруктовый 200	1. Суп картофельный с рисом и курой д/с 180 2. Биточки мясные д/с 70 3. Компот из сухофруктов д/с 200 4. Хлеб ржаной 40 5. Капуста тушеная д/с 130	1. Ватрушка с повидлом (д/с) 80 2. Чай с сахаром д/с 180	Б: 44,649 (-8,1%) Ж: 48,634 (-9,9%) У: 185,935 (-20,8%) К: 1364,496 (-15,8%)
День 2	1. Каша "Дружба" молочная 160 2. Какао с молоком (д/с) 200 3. Хлеб пшеничный (булка) 40 4. масло сливочное (порциями) 5 5. Сыр (порциями) д/с 11	1. Сок фруктовый 200	1. Щи из свежей капусты с курой и сметаной (д/с) 180 2. Пюре картофельное д/с 130 3. Икра кабачковая д/с 50 4. Компот из свежих фруктов д/с 180 5. Котлета рыбная (д/с) 70 6. Хлеб ржаной 30	1. Омлет натуральный д/с 110 2. Хлеб пшеничный (булка) 25 3. Чай с сахаром д/с 180	Б: 54,009 (11,1%) Ж: 57,675 (6,8%) У: 157,576 (-32,9%) К: 1366,55 (-15,6%)
День 3	1. Каша пшеничная вязкая молочная д/с 180 2. Хлеб пшеничный (булка) 40 3. масло сливочное (порциями) 5 4. Кофейный напиток 180	1. Кефир д/с 180	1. Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной(детсад) 180 2. Жаркое по домашнему с курой 200 3. Икра свекольная д/с 50 4. Хлеб ржаной 30 5. Кисель из кураги д/с 180	1. Пудинг творожный с повидлом д/с 110 2. Чай с лимоном д/с 180	Б: 53,117 (9,3%) Ж: 51,927 (-3,8%) У: 163,753 (-30,3%) К: 1353,863 (-16,4%)
День 4	1. Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая д/с 160 2. Какао с молоком (д/с) 200 3. Хлеб пшеничный (булка) 40 4. Сыр (порциями) д/с 11 5. масло сливочное (порциями) 5	1. Апельсин 100	1. Свекольник с курой и сметаной д/с 200 2. Голубцы ленивые с мясом д/с 200 3. Хлеб ржаной 30 4. Компот из сухофруктов д/с 180	1. Картофель запеченный в сметанном соусе д/с 130 2. Чай с сахаром д/с 180 3. Хлеб ржаной д/с 10 4. Огурец соленый д/с 40	Б: 54,35 (11,8%) Ж: 59,277 (9,8%) У: 150,159 (-36,1%) К: 1350,393 (-16,6%)

День 5	1. Омлет натуральный д/с 110 2. Зеленый горошек консервированный отварной д/с 45 3. Кофейный напиток д/с 200 4. Хлеб пшеничный (булка) 40 5. масло сливочное (порциями) 5	1. Сок фруктовый 200	1. Печень по-строгановски д/с 70 2. Макаaronные изделия отварные д/с 130 3. Икра свекольная д/с 60 4. Хлеб ржаной 30 5. Суп мясной с вермишелью д/с 200 6. Компот из свежих фруктов д/с 180	1. Рагу овощное д/с 130 2. Чай с лимоном д/с 180 3. Хлеб ржаной д/с 10	Б: 48,682 (0,2%) Ж: 56,104 (3,9%) У: 167,316 (-28,8%) К: 1379,846 (-14,8%)
День 6	1. Молочная вермишель с маслом д/с 160 2. Хлеб пшеничный (булка) 40 3. Какао с молоком (д/с) 200 4. Сыр (порциями) д/с 11 5. масло сливочное (порциями) 5	1. Яблоко д/с 100	1. Овощной суп с курой д/с 180 2. Котлета мясная д/с 70 3. Каша гречневая рассыпчатая д/с 120 4. Соус красный основной д/с 25 5. Хлеб ржаной 30 6. Лимонный напиток д/с 180	1. Запеканка творожная д/с 110 2. Повидло 20 3. Чай с сахаром д/с 180	Б: 55,998 (15,2%) Ж: 46,411 (-14,1%) У: 169,678 (-27,8%) К: 1359,472 (-16,1%)
День 7	1. Каша вязкая рисовая молочная д/с 160 2. Чай с сахаром д/с 200 3. Хлеб пшеничный (булка) 40 4. масло сливочное (порциями) 5	1. Сок фруктовый 200	1. Гороховый суп с курой и гренками д/с 180 2. Рыба по польски д/с 70 3. Пюре картофельное д/с 130 4. Компот из сухофруктов д/с 200 5. Хлеб ржаной 40 6. Икра кабачковая д/с 50	1. Пирожок печеный с капустой д/с 80 2. Кофейный напиток д/с 200	Б: 38,674 (-20,4%) Ж: 38,272 (-29,1%) У: 202,906 (-13,6%) К: 1354,869 (-16,4%)
День 8	1. Каша ячневая молочная д/с 160 2. Кофейный напиток д/с 200 3. Хлеб пшеничный (булка) 40 4. масло сливочное (порциями) 5	1. Кефир д/с 180	1. Рассольник с курой и со сметаной д/с 180 2. Котлета мясная д/с 70 3. Картофель тушеный в сметанном соусе д/с 130 4. Компот из свежих фруктов д/с 180 5. Хлеб ржаной 40	1. Рулет с сахаром д/с 70 2. Чай с лимоном (полдник) 200	Б: 44,398 (-8,6%) Ж: 53,343 (-1,2%) У: 184,459 (-21,5%) К: 1354,594 (-16,4%)

День 9	1. Каша манная молочная жидкая д/с 160 2. Хлеб пшеничный (булка) 40 3. масло сливочное (порциями) 5 4. Какао с молоком (д/с) 200 5. Сыр (порциями) д/с 11	1. Сок фруктовый 200	1. Суп-уха д/с 180 2. Зразы мясные д/с 70 3. Компот из свежих фруктов д/с 180 4. Капуста тушеная д/с 130 5. Хлеб ржаной 30 6. Хлеб пшеничный (булка) 15	1. Омлет натуральный д/с 110 2. Салат из свеклы д/с 50 3. Чай с сахаром д/с 200 4. Хлеб ржаной д/с 10	Б: 51,289 (5,5%) Ж: 59,915 (11%) У: 150,557 (-35,9%) К: 1358,117 (-16,2%)
День 10	1. Каша вязкая гречневая молочная д/с 160 2. Чай с сахаром д/с 200 3. Хлеб пшеничный (булка) 40 4. масло сливочное (порциями) 5 5. Сыр (порциями) д/с 11	1. Яблоко д/с 100	1. Борщ со сметаной и курой д/с 180 2. Суфле из печени д/с 70 3. Компот из сухофруктов д/с 200 4. Хлеб ржаной 40 5. Рис отварной д/с 130 6. Соус красный основной д/с 25	1. Творожники д/с 100 2. Сгущенное молоко 20 3. Кофейный напиток 180	Б: 55,803 (14,8%) Ж: 44,808 (-17%) У: 173,509 (-26,1%) К: 1353,677 (-16,4%)

Заведующий: _____/Шатохина Н.А.

Утверждаю:
Заведующий МДОУ "Сланцевский
детский сад №7"
Шатохина Н.А.

Десятидневное меню: Сад (Детский сад) - Зимнее меню детсад №7

Десятидневное меню: Сад (Детский сад) - Зимнее меню детского сада							
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	1. Каша вязкая пшенная с молочной д/с	180	5,05	5,786	19,526	151,87	31
	2. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	3. Молоко кипяченое	180	5,04	4,5	8,514	95,4	434/2008
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	Итого за завтрак:	405	12,983	15,507	47,72	385,558	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	70
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Суп картофельный с рисом и курой д/с	180	4,468	6,576	14,659	130,412	52
	2. Биточки мясные д/с	70	13,486	14,081	13,12	236,262	50
	3. Компот из сухофруктов д/с	200	0,479	0,038	12,562	52,534	22
	4. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	16,84	81,2	83
	5. Капуста тушеная д/с	130	3,723	4,21	11,379	98,429	8
	Итого за обед:	620	24,596	25,345	68,56	598,836	
Полдник	1. Ватрушка с повидлом (д/с)	80	6,07	7,582	43,966	266,157	105
	2. Чай с сахаром д/с	180	0	0	5,489	21,945	13
	Итого за полдник:	260	6,07	7,582	49,455	288,102	
Итого за день:			44,649	48,634	185,935	1364,496	
День 2							
Завтрак	1. Каша "Дружба" молочная	160	5,029	5,73	21,415	158,41	411
	2. Какао с молоком (д/с)	200	3,066	2,694	7,633	67,413	15
	3. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	5. Сыр (порциями) д/с	11	2,594	3,271	0	40,834	14
	Итого за завтрак:	416	13,583	16,916	48,728	404,945	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	70
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Щи из свежей капусты с курой и сметаной (д/с)	180	5,123	7,194	7,094	105,905	
	2. Пюре картофельное д/с	130	3,297	3,597	22,43	135,639	41
	3. Икра кабачковая д/с	50	1	4,5	4,27	61	146
	4. Компот из свежих фруктов д/с	180	0,141	0,141	9,038	36,706	20
	5. Котлета рыбная (д/с)	70	16,149	9,572	12,985	203,359	38
	6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	Итого за обед:	640	27,54	25,333	68,447	603,509	
Полдник	1. Омлет натуральный д/с	110	10,094	14,541	2,438	181,096	39
	2. Хлеб пшеничный (булка)	25	1,793	0,685	12,275	63,055	147д
	3. Чай с сахаром д/с	180	0	0	5,489	21,945	13
	Итого за полдник:	315	11,886	15,226	20,202	266,096	
Итого за день:			54,009	57,675	157,576	1366,55	
День 3							
Завтрак	1. Каша пшеничная вязкая молочная д/с	180	5,105	4,344	19,081	137,185	77
	2. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	3. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	4. Кофейный напиток	180	2,755	2,426	6,998	61,31	2-6
	Итого за завтрак:	405	10,753	11,991	45,759	336,783	
2й Завтрак	1. Кефир д/с	180	5,04	4,5	12,589	116,946	89
	Итого за 2й завтрак:	180	5,04	4,5	12,589	116,946	
Обед	1. Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной(детсад)	180	1,683	1,978	9,915	65,1	117
	2. Жаркое по домашнему с курой	200	16,802	22,988	26,371	351,158	125
	3. Икра свекольная д/с	50	0,964	2,27	5,528	45,407	56
	4. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	5. Кисель из кураги д/с	180	0,986	0,056	19,932	84,973	36
	Итого за обед:	640	22,265	27,622	74,375	607,537	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник	1. Пудинг творожный с повидлом д/с	110	15,023	7,773	24,397	265,407	25
	2. Чай с лимоном д/с	180	0,036	0,041	6,633	27,191	41
	Итого за полдник:	290	15,06	7,814	31,03	292,598	
Итого за день:			53,117	51,927	163,753	1353,863	
День 4							
Завтрак	1. Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая д/с	160	6,47	6,766	19,396	165,832	34
	2. Какао с молоком (д/с)	200	3,066	2,694	7,633	67,413	15
	3. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	4. Сыр (порциями) д/с	11	2,594	3,271	0	40,834	14
	5. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	Итого за завтрак:	416	15,024	17,952	46,709	412,367	
2й Завтрак	1. Апельсин	100	0,905	0,201	8,141	40,2	1
	Итого за 2й завтрак:	100	0,905	0,201	8,141	40,2	
Обед	1. Свекольник с курой и сметаной д/с	200	7,593	11,187	16,144	184,91	70
	2. Голубцы ленивые с мясом д/с	200	23,952	16,847	27,345	358,883	43а
	3. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	148б
	4. Компот из сухофруктов д/с	180	0,032	0	7,512	30,68	22
	Итого за обед:	610	33,406	28,364	63,632	635,373	
Полдник	1. Картофель запеченный в сметанном соусе д/с	130	3,286	12,651	21,739	214,768	
	2. Чай с сахаром д/с	180	0	0	5,489	21,945	13
	3. Хлеб ржаной д/с	10	0,61	0,11	4,21	20,3	148а
	4. Огурец соленый д/с	40	1,12	0	0,24	5,44	119
	Итого за полдник:	360	5,016	12,761	31,678	262,453	
Итого за день:			54,35	59,277	150,159	1350,393	
День 5							
Завтрак	1. Омлет натуральный д/с	110	10,094	14,541	2,438	181,096	39
	2. Зеленый горошек консервированный отварной д/с	45	1,519	0,098	3,185	19,6	38
	3. Кофейный напиток д/с	200	3,2	2,797	11,024	82,659	2-6
	4. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	5. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	Итого за завтрак:	400	17,706	22,657	36,326	421,643	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	70
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Печень по-строгановски д/с	70	11,966	5,842	6,541	127,553	104
	2. Макароны изделия отварные д/с	130	5,236	3,027	35,013	191,614	64
	3. Икра свекольная д/с	60	0,923	5,066	5,266	69,197	56
	4. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	148б
	5. Суп мясной с вермишелью д/с	200	5,5	3,928	15,991	121,815	41/а
	6. Компот из свежих фруктов д/с	180	0,141	0,141	9,038	36,706	20
	Итого за обед:	670	25,596	18,335	84,479	607,785	
Полдник	1. Рагу овощное д/с	130	3,734	14,762	15,467	210,927	59
	2. Чай с лимоном д/с	180	0,036	0,041	6,633	27,191	41
	3. Хлеб ржаной д/с	10	0,61	0,11	4,21	20,3	148а
	Итого за полдник:	320	4,381	14,913	26,31	258,418	
Итого за день:			48,682	56,104	167,316	1379,846	
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	1. Молочная вермишель с маслом д/с	160	5,669	3,9	25,349	160,35	64
	2. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	3. Какао с молоком (д/с)	200	3,066	2,694	7,633	67,413	15
	4. Сыр (порциями) д/с	11	2,594	3,271	0	40,834	14
	5. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	Итого за завтрак:	416	14,223	15,086	52,662	406,885	
2й Завтрак	1. Яблоко д/с	100	0,415	0,415	10,176	42,367	61
	Итого за 2й завтрак:	100	0,415	0,415	10,176	42,367	
Обед	1. Овощной суп с курой д/с	180	4,503	5,616	9,394	101,634	122
	2. Котлета мясная д/с	70	12,348	11,489	11,327	200,399	50
	3. Каша гречневая рассыпчатая д/с	120	6,718	4,231	33,061	200,66	65
	4. Соус красный основной д/с	25	0,402	1,276	2,454	22,623	7
	5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	148б
	6. Лимонный напиток д/с	180	0,135	0,15	10,52	44,55	81
	Итого за обед:	605	25,936	23,091	79,386	630,766	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник	1. Запеканка творожная д/с	110	15,344	7,819	8,905	207,51	61
	2. Повидло	20	0,08	0	13,06	50	55
	3. Чай с сахаром д/с	180	0	0	5,489	21,945	13
	Итого за полдник:	310	15,424	7,819	27,454	279,455	
Итого за день:			55,998	46,411	169,678	1359,472	
День 7							
Завтрак	1. Каша вязкая рисовая молочная д/с	160	4,375	6,115	26,356	178,34	32
	2. Чай с сахаром д/с	200	0	0	4,99	19,95	13
	3. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	Итого за завтрак:	405	7,268	11,336	51,026	336,578	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	70
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Гороховый суп с курой и гречками д/с	180	9,028	4,225	26,977	179,881	35
	2. Рыба по польски д/с	70	4,088	5,599	2,511	114,972	44
	3. Пюре картофельное д/с	130	3,297	3,597	22,43	135,639	41
	4. Компот из сухофруктов д/с	200	0,479	0,038	12,562	52,534	22
	5. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	16,84	81,2	83
	6. Икра кабачковая д/с	50	1	4,5	4,27	61	146
	Итого за обед:	670	20,331	18,399	85,589	625,226	
Полдник	1. Пирожок печеный с капустой д/с	80	6,875	5,54	35,067	218,405	71
	2. Кофейный напиток д/с	200	3,2	2,797	11,024	82,659	2-6
	Итого за полдник:	280	10,075	8,337	46,091	301,065	
Итого за день:			38,674	38,272	202,906	1354,869	
День 8							
Завтрак	1. Каша ячневая молочная д/с	160	4,853	7,158	20,983	119,32	22
	2. Кофейный напиток д/с	200	3,2	2,797	11,024	82,659	2-6
	3. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	Итого за завтрак:	405	10,946	15,176	51,687	340,267	
2й Завтрак	1. Кефир д/с	180	5,04	4,5	12,589	116,946	89
	Итого за 2й завтрак:	180	5,04	4,5	12,589	116,946	
Обед	1. Рассольник с курой и со сметаной д/с	180	4,123	3,439	17,664	115,88	
	2. Котлета мясная д/с	70	12,348	11,489	11,327	200,399	50
	3. Картофель тушеный в сметанном соусе д/с	130	3,488	9,432	26,609	205,835	68
	4. Компот из свежих фруктов д/с	180	0,141	0,141	9,038	36,706	20
	5. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	16,84	81,2	83
	Итого за обед:	600	22,539	24,94	81,478	640,02	
Полдник	1. Рулет с сахаром д/с	70	5,828	8,677	35,531	243,841	134
	2. Чай с лимоном (полдник)	200	0,045	0,05	3,174	13,52	86
	Итого за полдник:	270	5,873	8,727	38,705	257,361	
Итого за день:			44,398	53,343	184,459	1354,594	
День 9							
Завтрак	1. Каша манная молочная жидкая д/с	160	4,702	4,791	15,579	125,597	119
	2. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	3. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	4. Какао с молоком (д/с)	200	3,066	2,694	7,633	67,413	15
	5. Сыр (порциями) д/с	11	2,594	3,271	0	40,834	14
	Итого за завтрак:	416	13,256	15,976	42,892	372,132	
2й Завтрак	1. Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	70
	Итого за 2й завтрак:	200	1	0,2	20,2	92	
Обед	1. Суп-уха д/с	180	8,585	5,816	16,116	151,884	67
	2. Зразы мясные д/с	70	10,301	15,139	15,339	241,017	102
	3. Компот из свежих фруктов д/с	180	0,141	0,141	9,038	36,706	20
	4. Капуста тушеная д/с	130	3,723	4,21	11,379	98,429	8
	5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	12,63	60,9	1486
	6. Хлеб пшеничный (булка)	15	1,076	0,411	7,365	37,833	147/д
	Итого за обед:	605	25,655	26,046	71,867	626,769	
Полдник	1. Омлет натуральный д/с	110	10,094	14,541	2,438	181,096	39
	2. Салат из свеклы д/с	50	0,675	3,042	3,96	45,87	134
	3. Чай с сахаром д/с	200	0	0	4,99	19,95	13
	4. Хлеб ржаной д/с	10	0,61	0,11	4,21	20,3	148a
	Итого за полдник:	370	11,379	17,693	15,598	267,216	
Итого за день:			51,289	59,915	150,557	1358,117	
День 10							

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	1. Каша вязкая гречневая молочная д/с	160	6,558	7,15	24,274	189,77	126
	2. Чай с сахаром д/с	200	0	0	4,99	19,95	13
	3. Хлеб пшеничный (булка)	40	2,868	1,096	19,64	100,888	147д
	4. масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,125	0,04	37,4	
	5. Сыр (порциями) д/с	11	2,594	3,271	0	40,834	14
	Итого за завтрак:	416	12,045	15,642	48,944	388,842	
2й Завтрак	1. Яблоко д/с	100	0,415	0,415	10,176	42,367	61
	Итого за 2й завтрак:	100	0,415	0,415	10,176	42,367	
Обед	1. Борщ со сметаной и курой д/с	180	4,252	4,05	16,384	115,834	70
	2. Суфле из печени д/с	70	15,611	9,895	8,888	187,894	61
	3. Компот из сухофруктов д/с	200	0,479	0,038	12,562	52,534	22
	4. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	16,84	81,2	83
	5. Рис отварной д/с	130	2,605	2,845	27,404	145,65	60
	6. Соус красный основной д/с	25	0,402	1,276	2,454	22,623	7
	Итого за обед:	645	25,788	18,543	84,532	605,734	
Полдник	1. Творожники д/с	100	13,36	6,082	11,758	189,826	73
	2. Сгущенное молоко	20	1,44	1,7	11,1	65,6	68
	3. Кофейный напиток	180	2,755	2,426	6,998	61,31	2-6
	Итого за полдник:	300	17,555	10,208	29,856	316,736	
Итого за день:			55,803	44,808	173,509	1353,677	
Среднее значение за период			500,971	516,367	1705,847	13595,876	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997455

Владелец Шатохина Наталья Александровна

Действителен с 09.09.2024 по 09.09.2025