



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №23 «Уральская сказка»  
ул. Строителей, д. 16, г. Лесной, Свердловская область, 624201  
тел. / факс (34342) 4-69-20, 4-66-96

## ПРИКАЗ

От 29 октября 2024 г.

№137- ОД

### Об утверждении основного (организованного) меню в МБДОУ «Детский сад № 23 «Уральская сказка»

В соответствии с подпунктом 8.1.3 пункта 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 и с целью организации сбалансированного рационального питания детей в учреждении, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм и калорийности, а также осуществления контроля по данному вопросу


#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить и ввести в действие 05.11.2024 года двухнедельное основное (организованное) меню для организации питания детей:
  - в возрасте от 1 года до 3 лет и от 3 лет до 7 лет посещающих ДОУ с 12-часовым режимом функционирования (приложение 1);
2. Поварам:
  - строго выполнять приготовление блюд в соответствии с утвержденным основным (организованным) меню и технологическими картами;
  - не допускать заранее приготовление блюд;
  - выдавать готовые блюда в соответствии с графиком и температурой подачи готовых блюд и СанПиН
3. Заведующем сладом Вахоиной Н.Н. (лицу его замещающее на время отсутствия (отпуск, болезнь и т.д.)):
  - обеспечить своевременную заявку и завоз набора продуктов питания, из которых готовят блюда и кулинарные изделия, указанные в утвержденном основном (организованном) меню;
  - выдавать продукты питания согласно утвержденному основному (организованному) меню;
  - следить, чтобы питание детей всех возрастных групп осуществлялось в соответствии с утвержденным основным (организованным) меню;
  - составлять и вывешивать на информационном стенде и официальном сайте ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.
  - представлять меню для предшествующего дня, указанного в меню.
  - ежедневно производить совместно с поварами прием продуктов питания от поставщиков в целях определения качества продуктов;
  - при обнаружении некачественных продуктов или их недостатке оформлять акт с обязательными подписями представителей МБДОУ и поставщиков в лице их экспедиторов;
4. Заведующему хозяйством (контрактному управляющему) Вавиловой О.Н. организовать договорную работу с поставщиками продуктов питания.

5. Делопроизводителю Бормотовой О.Н. ознакомить с настоящим приказом работников, указанных в нем, под подпись
6. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий МБДОУ  
Детский сад № 23 «Уральская сказка»



 \_\_\_\_\_ Л.В.Иканина

первая неделя

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		№ рецептуры	
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы		ясли	д/с		
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с				
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	150	200	5,212	5,978	5,975	7,428	21,573	24,767	159,61	184,58		
			150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01	138		
			20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9		
			Батон	320	430	10,222	12,706	10,431	13,286	45,379	59,958	313,22	401,48	
		ИТОГО ЗАВТРАК												
		2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – апельсины	100	120	0,9	1,08	0,2	0,24	8,1	9,72	40	48	
		ИТОГО второй завтрак		100	120	0,9	1,08	0,2	0,24	8,1	9,72	40	48	
			Уха из минтая с яйцом	150	200	8,026	8,769	4,786	2,75	5,0505	6,0165	94,413	100,05	
		ОБЕД	Тертые рыбные в молочном соусе (минтай)	80	120	8,385	12,02	10,701	10,527	9,361	19,28	169	225,3	
			Пюре картофельное	100	100	2,22	2,22	4,721	4,721	13,302	13,302	106,75	106,75	
	Компот из урюка		150	200	0,1	0,66	0	0	12,8	24,495	52,6	97,95		
	Хлеб пшеничный		20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7		
	Хлеб дарницкий		40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108		
	ИТОГО обед		540	700	23,179	29,639	20,876	18,891	68,5895	100,5775	556,963	709,75		
	ПОЛДНИК	Кефир без сахара	150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	102		
	ИТОГО полдник		150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	102		
	УЖИН	Запеканка из творога с манной крупой	110	130	13,524	17,06	19,538	23,548	17,884	23,8453	298,78	320,04		
		Подлив на соке	50	50	0,002	0,002	0	0	6,554	6,554	25,21	25,21		
		Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43	63,536		
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8		
	ИТОГО ужин		330	400	15,356	18,912	19,803	23,811	44,294	58,2433	416,22	456,586		
	ВСЕГО за день		1440	1850	54,157	68,337	55,06	61,228	172,3625	236,4988	1402,903	1717,816		



день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		белки		жиры		углеводы		энергетическая ценность		№ рецептуры
			вс/г	д/с	вс/г	д/с	вс/г	д/с	вс/г	д/с	вс/г	д/с	
ВТОРНИК	ЗАВТРАК	Омлет натуральный	140	140	9,925	9,925	10,04	10,04	5,737	5,737	153,8	153,8	
		Зеленый горошек консервированный	50	50	1,47	1,47	0,094	0,094	2,96	2,96	18,6	18,6	
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1	137,42	
		Сыр	16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8	69,3	
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9	
		<b>ИТОГО завтрак</b>	<b>376</b>	<b>441</b>	<b>20,397</b>	<b>23,159</b>	<b>18,749</b>	<b>21,004</b>	<b>25,02</b>	<b>74,358</b>	<b>350,9</b>	<b>458,02</b>	
	2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6	51,3	
	<b>ИТОГО второй завтрак</b>	<b>108</b>	<b>114</b>	<b>0,432</b>	<b>0,456</b>	<b>0,432</b>	<b>0,456</b>	<b>10,584</b>	<b>11,172</b>	<b>48,6</b>	<b>51,3</b>		
	ОБЕД	Суп полевой на мясо-костном бульоне	150	200	4,0145	4,7025	5,257	6,134	7,993	11,294	92,7865	114,9805	
		Полуцыт ленивые с молочно-м соусом	100	150	9,397	13,085	7,246	11,498	12,556	15,888	153,6	219,88	
		Картофель отварной с жареным луком	80	100	2,933	4,14	5,971	9,384	11,922	32,987	113,03	239	
		Напиток из сухих груш	150	200	0,225	0,3	0	0	15,075	20,1	60,75	81	
		Салат луковый	8	8	0,098	0,098	0,998	0,998	1,635	1,635	24,64	24,64	
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7	
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108	
<b>ИТОГО обед</b>		<b>548</b>	<b>738</b>	<b>21,155</b>	<b>28,2955</b>	<b>20,14</b>	<b>28,907</b>	<b>77,257</b>	<b>119,388</b>	<b>579,0065</b>	<b>859,2005</b>		
ПОЛДНИК		Кисель на соке	150	200	0,325	0,507	0	0	23,39	29,74	97,9	119,62	
<b>ИТОГО полдник</b>		<b>150</b>	<b>200</b>	<b>0,325</b>	<b>0,507</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>23,39</b>	<b>29,74</b>	<b>97,9</b>	<b>119,62</b>		
УЖИН	Суфле из печени с рисом	75	95	6,2	7,85	36,1	45,7	8,1	10,26	126,12	159,7		
	Морковь тушёная	110	110	1,63	1,63	5,909	5,909	10,799	10,799	100,84	100,84		
	Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138	41,517		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8		
<b>ИТОГО ужин</b>	<b>355</b>	<b>425</b>	<b>9,53</b>	<b>11,18</b>	<b>42,256</b>	<b>51,856</b>	<b>36,451</b>	<b>38,611</b>	<b>305,898</b>	<b>349,857</b>			
<b>ВСЕГО за День</b>	<b>1537</b>	<b>1918</b>	<b>51,7995</b>	<b>63,5975</b>	<b>81,577</b>	<b>102,223</b>	<b>172,702</b>	<b>273,269</b>	<b>1382,3045</b>	<b>1837,9975</b>			

День недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		№ рецептуры	
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы		ясли	д/с		
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с				
СРЕДА	ЗАВТРАК	Каша ячневая	150	200	5,464	6,24	6,659	8,685	23,074	25,367	172,5	203,8		
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01	138		
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9		
		<b>ИТОГО завтрак</b>	<b>320</b>	<b>430</b>	<b>10,474</b>	<b>12,968</b>	<b>11,115</b>	<b>14,543</b>	<b>46,88</b>	<b>60,558</b>	<b>326,11</b>	<b>420,7</b>		
		2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – бананы	108	114	1,62	1,026	0	0	22,68	27,588	103,68	114,4	
		<b>ИТОГО второй завтрак</b>		<b>108</b>	<b>114</b>	<b>1,62</b>	<b>1,026</b>	<b>0</b>	<b>22,68</b>	<b>27,588</b>	<b>103,68</b>	<b>114,4</b>		
		ОБЕД	Суп – пюре из картофеля с гречками на курином бульоне	150	200	4,41	5,2808	3,125	4,403	25,1995	33,5993	141,03	152,61	
			Котлета из курицы	60	70	8,215	8,617	8,175	10,9	7,792	10,831	157,362	165,77	
			Рис припущенный	80	100	1,98	2,474	2,093	2,525	20,02	25,03	108,9	140,47	
			Соус томатный с овощами	30	50	0,569	0,795	1,16	1,74	3,11	3,965	26	37,4	
			Компот из изюма	150	200	0,096	0,18	0	0	11,132	18,21	37,21	56,235	
		<b>ИТОГО обед</b>		<b>510</b>	<b>670</b>	<b>18,078</b>	<b>20,8568</b>	<b>14,989</b>	<b>20,113</b>	<b>85,7735</b>	<b>114,7853</b>	<b>660,485</b>		
		ПОЛДНИК	Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108	
			Снежок	150	200	4,5	6	3,75	5	16,5	22	118,5	158	
	<b>ИТОГО полдник</b>		<b>150</b>	<b>200</b>	<b>4,5</b>	<b>6</b>	<b>3,75</b>	<b>5</b>	<b>16,5</b>	<b>22</b>	<b>118,5</b>	<b>158</b>		
	УЖИН	Запеканка из творога с яблоком	120	140	15,434	18,24	23,463	27,729	35,3	41,718	290,71	339,16		
		Соус молочный сладкий	30	50	1,061	1,873	1,9	3,968	4,648	7,686	42	73,12		
		Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43	63,536		
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8		
	<b>ИТОГО ужин</b>		<b>320</b>	<b>410</b>	<b>18,325</b>	<b>21,963</b>	<b>25,628</b>	<b>31,96</b>	<b>59,804</b>	<b>77,248</b>	<b>424,94</b>	<b>523,616</b>		
	<b>ВСЕГО за день</b>		<b>1408</b>	<b>1824</b>	<b>52,997</b>	<b>62,8138</b>	<b>55,482</b>	<b>71,616</b>	<b>231,6375</b>	<b>302,1793</b>	<b>1530,132</b>	<b>1877,201</b>		



день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		№ рецептуры	
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы		ясли	д/с		
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с				
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК	Каша манная	150	200	5,518	5,85	6,515	6,32	22,328	23,98	169,43	184,1		
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1	137,42		
		Масло сливочное	5	5	0,04	0,04	3,625	3,625	0,067	0,067	33	33		
		Багет	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9		
	ИТОГО завтрак			325	435	10,66	12,544	14,735	15,545	38,418	89,315	328,13	433,42	
		2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6	51,3	
	ОБЕД	ИТОГО второй завтрак	Суп картофельный с горохом на мясокостном бульоне	150	200	4,8765	0,5065	4,764	4,894	12,32	15,72	100,075	116,525	
			Котлеты мясные	60	70	7,932	10,026	7,673	8,802	9,144	9,046	135,12	156,12	
		Пюре картофельное	80	100	1,792	2,22	3,78	4,721	10,773	13,302	86,04	106,75		
		Свекла тушеная с томатной пастой	50	70	0,819	1,146	1,68	2,352	5,517	7,723	40,5	56,7		
		Компот из сухофруктов	150	200	0,321	0,384	0	0	15,21	23,13	59,61	88,86		
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7		
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108		
		Печенье	550	720	20,1885	20,2525	18,565	21,662	81,04	106,405	555,545	704,655		
ИТОГО обед				20	20	1,5	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4	125,1	
		ПОЛДНИК	Напиток из шиповника	150	200	0,08	0,08	0	0	18,24	23,23	69,78	88,48	
УЖИН	ИТОГО полдник	Каша гречневая рассыпчатая на м/к бульоне	150	200	9,572	12,414	7,822	12,582	24,046	31,92	208,24	293,65		
		Соус томатно-молочный	30	50	0,817	1,269	1,59	3,168	2,567	3,897	35	49,23		
	Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138	41,517			
	Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8			
ИТОГО ужин			350	470	12,089	15,383	9,659	15,997	44,165	53,369	322,178	432,197		
	ВСЕГО за день		1503	1959	44,9495	50,2155	45,351	55,62	207,327	298,371	1407,633	1835,152		

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		белки				жиры				углеводы		энергетическая ценность		№ рецептур
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ккал	бжу	
ЗВТРАК		Каша геркулесовая	150	200	5,924	6,44	6,795	9,665	23,38	22,127	196,78	200					
			16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8	69,3					
			150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01	138					
			20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9					
			336	451	14,834	18,278	15,271	20,793	47,486	57,711	403,19	486,2					
			150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50	50					
			150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50	50					
2-ой ЗАВТРАК		Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	150	200	4,13	4,341	2,724	3,558	5,728	6,594	76,92	91,162					
			60	70	7,932	9,254	7,673	8,951	9,144	10,688	135,12	157,64					
			110	130	2,933	3,46	5,971	7,056	11,922	14,08	113,03	133,5					
			150	200	0,087	0,108	0,083	0	15,585	18,129	63,4	69,6					
			1	2	0,065	0,13	0	0	0,052	0,104	0,46	0,92					
			20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7					
			40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108					
			531	682	19,595	23,263	17,119	20,458	70,507	87,079	523,13	632,522					
			150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	102					
			150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	102					
ИТОГО полдник		Суфле из печени с рисом	75	95	6,2	7,85	36,1	45,7	8,1	10,26	126,12	159,7					
			80	100	2,933	4,14	5,971	9,384	11,922	32,987	113,03	239					
			30	50	0,484	0,806	1,16	1,933	1,628	2,713	20,9	34,83					
			150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43	63,536					
			20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8					
ИТОГО ужин		Хлеб пшеничный	355	465	11,447	14,646	43,496	57,28	41,506	73,804	352,28	544,866					
			1522	1948	50,776	62,587	79,636	103,531	177,199	238,294	1405,1	1815,588					
ВСЕГО за день																	

ВРЕМЯ



Вторая неделя

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		№ рецептуры	
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы		ясли	д/с		
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с				
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК	Каша Дружба	150	200	4,95	5,978	5,12	7,428	21,99	24,767	157,7	184,58		
			150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1	137,42		
			5	5	0,04	0,04	3,625	3,625	0,067	0,067	33	33		
			20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9		
			325	435	10,092	12,672	13,34	16,653	38,08	90,102	316,4	433,9		
			108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6	51,3		
	ОБЕД	ИТОГО завтрак	Фрукты свежие – яблоки	150	200	1,715	2,286	2,758	3,677	8,08	10,77	72,378	96,504	
				50	70	7,46	11,91	4,17	5,44	7,945	10,45	97,92	144,87	
				30	50	0,484	0,806	1,16	1,933	1,628	2,713	20,9	34,83	
				80	100	1,792	2,22	3,78	4,721	10,773	13,302	86,04	106,75	
				150	200	0,528	0,66	0	0	17,6	24,495	70,59	97,95	
				8	8	0,098	0,098	0,998	0,998	1,635	1,635	24,64	24,64	
ПОЛДНИК	ИТОГО обед	Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7		
			40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108		
			528	708	16,525	23,95	13,534	17,662	75,737	100,849	506,668	685,244		
			150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	102		
			150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	102		
			110	130	13,524	17,06	19,538	23,548	17,884	23,8453	298,78	320,04		
УЖИН	ИТОГО ужин	Запеканка из творога с манной крупой	30	50	0,026	0,043	0	0	11,377	18,96	44,04	73,4		
			150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138	41,517		
			20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8		
			310	400	15,25	18,803	19,785	23,795	46,813	60,3573	421,758	482,757		
ВСЕГО за день			1421	1857	46,799	61,881	50,841	63,566	177,214	270,4803	1369,926	1755,201		



День недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		№ рецептуры
			жир		белки		жиры		углеводы		ясли	д/с	
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с			
ВТОРНИК	ЗАВТРАК	Каша гречневая	150	200	6,814	8,02	7,16	9,415	26,665	30,737	197,93	263,9066	
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01	138	
		Сыр	16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8	69,3	
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9	
		<b>ИТОГО завтрак</b>	<b>336</b>	<b>451</b>	<b>15,724</b>	<b>19,858</b>	<b>15,636</b>	<b>20,543</b>	<b>50,771</b>	<b>66,321</b>	<b>66,321</b>	<b>404,34</b>	<b>550,1066</b>
	2-ой ЗАВТРАК	Сок	150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50	50	
	<b>ИТОГО второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11,7</b>	<b>11,7</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	
	ОБЕД	Суп крестьянский на мясокостном бульоне	150	200	4,2725	5,69	5,231	6,97	5,94	7,92	84,549	112,732	
		Жаркое по-домашнему	150	200	8,363	11,15	7,718	10,29	22,115	29,48	195,2	260,26	
		Свекла отварная	30	40	0,6	0,8	0,04	0,053	3,44	4,5	15,9	21,2	
		Компот из сухих яблок	150	200	0,072	4,8	0	0	17,61	36,81	66,58	140,65	
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7	
	Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108		
	<b>ИТОГО обед</b>	<b>540</b>	<b>720</b>	<b>17,7555</b>	<b>28,41</b>	<b>13,657</b>	<b>18,206</b>	<b>77,181</b>	<b>116,194</b>	<b>496,429</b>	<b>714,542</b>		
	ПОЛДНИК	Напиток из шиповника	150	200	0,08	0,08	0	0	18,24	23,23	69,78	88,48	
Печенье		20	20	1,5	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4	125,1		
<b>ИТОГО полдник</b>		<b>170</b>	<b>220</b>	<b>0,08</b>	<b>1,58</b>	<b>1,96</b>	<b>1,96</b>	<b>33,12</b>	<b>38,11</b>	<b>153,18</b>	<b>213,58</b>		
УЖИН	Соус из рыбы	100	110	10,45	11,335	5,44	7,249	7,72	8,343	121,6	144,9		
	Соус сметанный	30	50	0,7	0,923	3,2	3,97	2,241	2,4	46	56		
	Зеленый горошек консервированный	50	50	1,47	1,47	0,094	0,094	2,96	2,96	18,6	18,6		
	Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43	63,536		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8		
<b>ИТОГО ужин</b>	<b>350</b>	<b>430</b>	<b>14,45</b>	<b>15,578</b>	<b>8,999</b>	<b>11,576</b>	<b>32,777</b>	<b>41,547</b>	<b>278,43</b>	<b>330,836</b>			
<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1546</b>	<b>1971</b>	<b>48,4095</b>	<b>65,826</b>	<b>40,252</b>	<b>52,285</b>	<b>205,549</b>	<b>273,872</b>	<b>1382,379</b>	<b>1859,0646</b>			





день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		белки		жирные вещества		углеводы		энергетическая ценность		№ рецептуры
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК	Каша пшеничная	150	200	5,389	6,76	6,53	8,945	20,605	25,707	161,58	204,8	
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01	138	
		Йогурт вареное	20	40	2,822	5,772	2,555	5,226	0,155	0,317	39,914	71,415	
	Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9		
	ИТОГО завтрак	340	470	13,221	19,26	13,541	20,029	44,566	61,215	355,104	493,115		
	2-ой завтрак	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6	51,3	
	ИТОГО второй завтрак	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,60	51,3		
	ОБЕД	Борщ на мясо-костном бульоне с томатной пастой	150	200	4,0285	4,205	5,179	6,004	5,827	7,015	84,1905	96,8575	
		Гуляш из говядины/котлета	60	70	7,932	9,166	7,673	8,707	9,144	4,221	135,12	130,09	
		Каша гречневая рассыпчатая	80	100	3,812	4,765	3,89	4,8625	18,683	23,358	126,94	158,675	
		Соус молочный	30	0	1,146	0	2,528	0	2,956	0	39,04	0	
		Компот из урюка	150	200	0,528	0,66	0	0	17,6	24,495	70,59	97,95	
		Чеснок свежий	1	2	0,065	0,13	0	0	0,052	0,104	0,46	0,92	
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7	
	Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108		
	ИТОГО обед	531	652	21,9595	24,896	19,938	20,4665	82,338	96,677	590,5405	664,1925		
ПОЛДНИК	Кисель на соке	150	200	0,325	0,507	0	0	23,39	29,74	97,9	119,62		
ИТОГО поддник	170	220	1,58	1,58	1,96	1,96	18,24	33,12	153,18	88,48			
	Суфле из печени с рисом	75	95	6,2	7,85	36,1	45,7	8,1	10,26	126,12	213,58		
	Морковь тушеная	110	110	1,63	1,63	5,909	5,909	10,799	10,799	100,84	100,84		
	Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43	63,536		
Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8			
ИТОГО ужин	355	425	9,66	11,33	42,274	51,872	38,755	48,903	319,19	425,756			
ВСЕГО за день	1504	1881	46,8525	57,522	78,145	94,7835	194,483	251,087	1466,6145	1722,8435			



**ПЯТНИЦА**

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность		№ рецептуры		
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы		ясли	д/с			
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с					
ЗАВТРАК		Каша рисовая	150	200	5,563	6,53	6,554	25,42	27,9	180,18	199				
		Какао на молоке	150	200	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1	137,42				
		Батон	20	30	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	78,9				
		Сыр	16	21	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8	69,3				
	<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>		<b>336</b>	<b>451</b>	<b>17,327</b>	<b>15,145</b>	<b>17,424</b>	<b>41,743</b>	<b>93,561</b>	<b>358,68</b>	<b>484,62</b>				
	2-ой ЗАВТРАК														
	РАК														
	<b>ИТОГО второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11,7</b>	<b>11,7</b>	<b>50</b>	<b>50</b>				
	ОБЕД		Щи из свежей капусты с картофелем и томат-пастой на курином бульоне	150	200	4,112	2,85	3,12	7,744	8,32	68,6	92,1			
			Котлета из курицы/Кура запеченная с луком и морковью	60	65	8,617	8,175	7,756	7,792	10,831	157,362	165,77			
Икра кабачковая			30	50	0,06	2,7	4,5	5,22	8,7	45,4	75,7				
Рожки отварные			80	90	3,043	2,44	3,974	16,54	21,849	102,7	129,94				
Компот из сухих груш			150	200	0,225	0	0	15,075	20,1	60,75	81				
Хлеб пшеничный			20	30	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	71,7				
Хлеб дарницкий			40	50	2,808	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	108				
<b>ИТОГО обед</b>			<b>530</b>	<b>685</b>	<b>22,052</b>	<b>16,833</b>	<b>7768,487</b>	<b>80,447</b>	<b>107,284</b>	<b>569,012</b>	<b>724,21</b>				
ПОЛДНИК				Кефир без сахара	150	200	4,5	3,75	5	6	8	76,5	102		
				Печенье	20	20	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4	125,1		
<b>ИТОГО полдник</b>		<b>170</b>	<b>220</b>	<b>7,5</b>	<b>5,71</b>	<b>6,96</b>	<b>20,88</b>	<b>22,88</b>	<b>159,9</b>	<b>227,1</b>					
УЖИН		Запеканка картофельная с овощами	150	200	4,22	6,1	8,133	22,3	29,73	169	225,3				
		Соус томатно-молочный	30	50	0,817	1,59	3,168	2,567	3,897	35	49,23				
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138	41,517				
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	47,8				
<b>ИТОГО ужин</b>		<b>350</b>	<b>470</b>	<b>8,589</b>	<b>7,937</b>	<b>11,548</b>	<b>42,419</b>	<b>51,179</b>	<b>282,938</b>	<b>282,938</b>					
<b>ВСЕГО за день</b>		<b>1536</b>	<b>1976</b>	<b>44,823</b>	<b>45,625</b>	<b>7804,419</b>	<b>197,189</b>	<b>286,604</b>	<b>1420,53</b>	<b>1768,868</b>					