

**Примерное 2-х
 недельное меню
 МКДОУ
 "Покровский
 детский сад"**

№ рец	возрастная категория: Наименование изделий(блюд)	3-7л		2-3л		3-7л		2-3л		3-7л		2-3л		3-7л		2-3л	
		Выход,г		белки,г		жиры,г		углеводы,г		ЭЦ, ккал		вит "С", мг					
1 день																	
	Завтрак																
TK5\4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	150	5,3	4	5,1	3,8	28,6	21,4	178	133	0,4	0,3				
TK12\10	Чай с молоком	180	180	1,3	1,3	1,3	1,3	10,1	10,1	55	55	0,2	0,2				
TK1\13	Хлеб с маслом	25/5	20/5	1,94	1,56	3,85	3,8	11,74	9,4	89,4	78,1	0	0				
	Итого за прием	410	355	8,54	6,86	10,25	8,9	50,44	40,9	322,4	266,1	0,6	0,5				
	10-00																
	Напиток витаминизированный	180		0	0	0	0	6,9	0	27	0	27	0				
	Сок		150	0	1,05	0	0	0	19,6	0	90	0	60				
	Итого за прием	180	150	0	1,05	0	0	6,9	19,6	27	90	27	60				
Обед																	
TK25\1	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	50	30	0,6	0,4	4,1	2,5	11,2	6,7	78	47	0,7	0,4				
TK6\2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	150	1,5	1,1	2,5	1,9	7,4	5,6	53	40	10,8	8,1				
TK14\8	Биточки(котлеты) из мяса говядины паров	70	50	10	7,1	9,7	6,9	4,5	3,2	146	104	0	0				
TK5\11	Соус молочный с овощами(2вар)	30	20	0,6	0,4	1,2	0,8	1,9	1,3	20	14	0,2	0,1				
TK43\3	Макаронные изделия отварные	130	110	4,6	3,9	3,3	2,8	29,6	25	163	137,5	0	0				
TK6\10	Компот из сухофруктов	180	150	0,4	0,4	0	0	17,9	14,9	65	54	45,1	37,6				
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,7	9,7	70	46,7	0	0				
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0				
	Итого за прием	720	555	21,6	16,38	21,44	15,38	95,5	74	639,7	482,5	56,8	46,2				
Полдник																	
	Сдоба обыкновенная	75	60	6,6	5,3	4,9	3,9	42,3	33,8	234,7	188	0,27	0,1				
TK644\645	Кисло-молочные продукты	180	150	5,2	4,3	5,8	4,8	8,5	7,05	106,6	88,8	2,34	1,95				
	Итого за прием	255	210	11,8	9,6	10,7	8,7	50,8	40,85	341,3	276,8	2,61	2,05				
	Итого за день	1565	1270	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
2 день																	
	Завтрак																
TK2\4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	150	7,2	5,4	6,6	5	33,5	25,2	206	155	0,4	0,3				
TK13\10	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,7	2,7	2,6	2,6	12	12	80	80	0,5	0,5				
TK3\13	Батон с сыром	30\8	25\5	4,4	3,2	2,4	1,6	14	11,7	99,7	79,4	0,06	0,04				
	Итого за прием	418	360	14,3	11,3	11,6	9,2	59,5	48,9	385,7	314,4	0,96	0,84				
	10-00																
	Сок или фрукт	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3				
	Итого за прием	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3				
Обед																	
	Помидоры свежие (порционные)	50	30	0,35	0,21	0	0	0,9	0,54	5,5	3,3	3,5	2,1				
TK31\2	Суп крестьянский со сметаной	200	150	1,8	1,4	4,4	3,3	11,7	8,8	88	66	6,4	4,8				
TK5\9	Котлета из мяса кур	70	50	12,5	9	10,2	7,3	10,6	7,6	185	132	0,3	0,2				
TK8\3	Капуста тушеная	130	110	3	2,53	2,5	2,1	15	12,76	81	68,2	27,1	23				
TK4\10	Компот из кураги и изюма	180	150	0,3	0,2	0	0	17,3	14,5	64	53	45,1	37,6				
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,7	9,7	70	46,7	0	0				
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0				
	Итого за прием	690	535	22,11	16,42	17,74	13,18	78,5	61,5	538,2	408,5	82,4	67,7				
Полдник																	
TK5\5	Ленивые вареники из творога	120	100	18,9	15,7	13,7	11,4	20,6	17,1	281	235	0,2	0,2				
TK10\10	Чай с сахаром	180	150	0	0	0	0	8,2	6,8	31	26	0	0				
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0				
	Итого за прием	320	265	20,42	16,8	13,86	11,52	38,5	31,2	358,7	296	0,2	0,2				
	Итого за день	1608	1310	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
3 день																	
	Завтрак																
TK11\4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	150	6,5	4,9	6,0	4,5	32,5	24,4	206	154	0,4	0,3				
TK12\10	Чай с молоком	180	180	1,3	1,3	1,3	1,3	10,1	10,1	55	55	0,2	0,2				
TK3\13	Батон с сыром	30\8	25\5	4,4	3,2	2,4	1,6	14	11,7	99,7	79,4	0,06	0,04				
	Итого за прием	418	360	12,2	9,4	9,7	7,4	56,6	46,2	360,7	288,4	0,66	0,54				
	10-00																
	Сок	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3				
	Итого за прием	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3				
Обед																	

TK13\1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	50	30	0,5	0,3	3,3	2	6,1	3,7	52	31	1,5	0,9
TK2\2	Борщ со сметаной	200	150	1,7	1,3	4,3	3,2	10,2	7,6	80	60	8,6	6,5
TK5\7	Рыба жаренная	70	60	11,7	10	2	1,7	2,5	2,2	75	64	0,3	0,2
TK3\3	Картофельное пюре	130	110	2,7	2,3	3,7	3,1	19,4	16,4	117	99	9,3	7,9
TK5\10	Компот из черносливы и изюма	180	150	0,6	0,5	0	0	21,3	17,8	77	64	45,2	37,6
	Хлеб пшеничный	35	20	2,66	1,52	0,28	0,16	17,2	8,4	82	46,8	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	690	545	21,36	17,48	13,94	10,48	82,5	65	515,7	404	64,9	53,1
	Полдник												
TK2\6	Омлет запеченный	100	80	6,6	5,3	4,6	3,7	6,5	5,2	85	68	2,1	1,7
TK594	Кисель молочный	200	150	3,8	2,85	3,9	2,9	19,7	14,8	129	96,8	1,7	1,3
	Печенье	40	20	3,4	1,7	4,5	2,2	27,8	13,9	165,6	82,8	0	0
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0
	Итого за прием	360	265	15,32	10,95	13,16	8,92	63,7	41,2	426,3	282,6	3,8	3
	Итого за день	1648	1320	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!

4 день

	Завтрак												
TK7\4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	150	6,0	4,5	5,8	4,4	43,7	32,8	248	186	0,5	0,4
TK13\10	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,7	2,7	2,6	2,6	12	12	80	80	0,5	0,5
TK1\13	Батон с маслом	25\5	20\5	1,94	1,56	3,85	3,8	11,74	9,4	89,4	78,1	0	0
	Итого за прием	410	355	10,64	8,76	12,25	10,8	67,44	54,2	417,4	344,1	1,0	0,9
	10-00												
	Напиток витаминизированный	180		0	0	0	0	6,9	0	27	0	27	0
	Сок		150	0	1,05	0	0	0	19,6	0	90	0	60
	Итого за прием	180	150	0	1,05	0	0	6,9	19,6	27	90	27	60
	Обед												
TK26\1	Салат из отварной свеклы с черносливом и растит. Маслом	50	30	0,7	0,4	4,2	2,5	11	6,6	77	46	0,9	0,6
TK10\2	Рассольник домашний со сметаной	200	150	1,8	1,4	4,4	3,3	12,6	9,4	92	69	8,4	6,3
TK11\8	Гуляш из мяса говядины	70	60	10,4	8,9	11	9,4	3,8	3,2	154	132	0,3	0,3
TK3\4	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,4	3,5	3	20,8	17,6	118,3	100,1	0	0
TK7\10	Компот из сухофруктов и шиповника	180	150	0,4	0,4	0	0	17,9	14,9	65	54	45,1	37,6
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	690	545	21,49	17,58	23,74	18,68	89,1	69	621	487,1	54,7	44,8
	Полдник												
TK23\12	Суп молочный с овощами	180	150	3,6	3,0	4,1	3,5	12,3	10,2	97	81	5,8	4,9
TK10\10	Чай с сахаром	180	150	0	0	0	0	8,2	6,8	31	26	0	0
	Печенье	40	20	3,4	1,7	4,5	2,2	27,8	13,9	165,6	82,8	0	0
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0
	Итого за прием	420	335	8,52	5,8	8,76	5,82	58	38,2	340,3	224,8	5,8	4,9
	Итого за день	1700	1385	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

5 день

	Завтрак												
TK19\4	Каша молочная ассорти(пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	200	150	6	4,5	6	4,5	28,4	21,3	188	141	0,5	0,4
TK14\10	Какао с молоком	180	180	3,5	3,5	3,1	3,1	22,1	22,1	100,6	100,6	0,5	0,5
TK1\13	Батон с маслом	25\5	20\5	1,94	1,56	3,85	3,8	11,74	9,4	89,4	78,1	0	0
	Итого за прием	410	355	11,44	9,56	12,95	11,4	62,24	52,8	378	319,7	1	0,9
	10-00												
	Фрукты или сок	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3
	Итого за прием	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,0	15,1	82,8	69	3,6	3
	Обед												
TK1\1	Горошек зеленый (порционно)	50	30	1,5	0,9	1,9	1,1	5,6	3,4	36	22	4,9	2,9
TK30\2	Уха рыбацкая	200	150	6,8	5,1	2,1	1,6	10,9	8,2	87	65	5,4	4
TK3\8	Мясо говядины, тушеное с овощами	180	150	14,1	11,8	14,1	11,7	19,7	16,4	257	214	9,6	8
TK6\10	Компот из сухофруктов	180	150	0,4	0,4	0	0	17,9	14,9	65	54	45,1	37,6
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	670	525	26,96	21,28	18,74	14,88	77,1	60,2	559,7	441	65	52,5
	Полдник												
TK8\12	Булочка домашняя	60	50	4,56	3,8	7,92	6,6	36,6	30,5	236,4	197	0	0
644,645	Молоко или кисло-молочный продукт	200	150	5,8	4,3	6,4	4,8	9,4	7,05	118,4	88,8	2,6	1,95
	Итого за прием	260	200	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!
	Итого за день	1520	1230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

6 день

	Завтрак												
TK8\4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	150	6,4	4,8	7,4	5,6	29,2	21,9	202	151	0,4	0,3
TK12\10	Чай с молоком	180	180	1,3	1,3	1,3	1,3	10,1	10,1	55	55	0,2	0,2
TK2\2	Бутерброд с повидлом	15\5\20	15\5\20	1,26	1,26	3,77	3,77	20	20	119	119	0,1	0,1

	Итого за прием	420	370	8,96	7,36	12,47		10,67		59,3	52	376	325	0,7	0,6
	10-00														
	Сок или фрукт	180	150	0,54	0,45	0		0		44,3	36,9	93,6	78	2,3	2
	Итого за прием	180	150	0,54	0,45	0		0		44,3	36,9	93,6	78	2,3	2
	Обед														
TK19\1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50	30	1,1	0,6	5,5		3,3		1,9	1,1	60	36	0,8	0,5
TK14\2	Суп из овощей со сметаной	200	150	1,5	1,2	5,2		3,9		9,8	7,3	87	65	6,8	5,1
TK45\3	Каша рисовая рассыпчатая	130	110	3,2	2,6	2,9		2,4		33,5	28,4	171	144,1	0	0
TK11\8	Туляш из мяса говядины	70	60	10,4	8,9	11		9,4		3,8	3,2	154	132	0,3	0,3
TK6\10	Компот из сухофруктов	180	150	0,4	0,4	0		0		17,9	14,9	65	54	45,1	37,6
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24		0,16		14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48		0,36		13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	690	545	20,76	16,78	25,24		19,48		89,9	72,2	651,7	517,1	53	43,5
	Полдник														
TK13\5	Запеканка из творога с морковью	120	100	16,3	13,6	14,1		11,8		16,2	13,5	255	213	0,8	0,6
TK2\11	Соус молочный сладкий	30	20	0,7	0,5	1,4		0,9		4,5	3	33	22	0,1	0,1
TK15\10	Напиток из шиповника	180	150	0,2	0,2	0,1		0,1		16,3	13,6	59	49	80,1	66,8
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16		0,12		9,7	7,3	46,7	35	0	0
	Итого за прием	350	285	18,72	15,4	15,76		12,92		46,7	37,4	393,7	319	81	67,5
	Итого за день	1640	1350	0	0	0		0		0	0	0	0	0	0

7 день

	Завтрак														
	Суп молочный с крупой	200	150	3,5	2,6	4,2		3,1		14,5	10,9	108	81	0,5	0,4
TK4\13	Батон с сыром и маслом	30\5\8	25\5\5	4,4	3,8	6,3		5,1		13,4	11	131	106,6	0,1	0,1
TK13\10	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,7	2,7	2,6		2,6		12	12	80	80	0,5	0,5
	Итого за прием	423	365	10,6	9,1	13,1		10,8		39,9	33,9	319	267,6	1,1	1
	10-00														
	Напиток "Золотой шар"	180	0	0	0	0		0		6,9	0	27	0	27	0
	Фрукты	0	150	0	1,05	0		0		0	19,6	0	90	0	60
	Итого за прием	180	150	0	1,05	0		0		6,9	19,6	27	90	27	60
	Обед														
TK14\1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	50	30	0,4	0,2	4,9		3		1,6	1	50	30	4,6	2,7
TK17\2	Суп гороховый со сметаной	200	150	4,3	3,2	4		3		18,6	13,9	118	88	4,5	3,4
TK43\1	Макаронные изделия отварные	130	110	4,6	3,8	3,3		2,8		29,6	25	163	137,5	0	0
TK8\9	Суфле из мяса кур паровое	70	50	13,9	9,9	15,9		11,4		3,2	2,3	211	151	0,3	0,2
TK5\11	Соус молочный с овощами (2 вариант)	30	20	0,6	0,4	1,2		0,8		1,9	1,3	20	14	0,2	0,1
TK1\10	Компот из яблок и кураги	180	150	0,3	0,2	0		0		17,3	14,5	64	53	45,1	37,6
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24		0,16		14,5	9,7	70	46,7	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48		0,36		13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	720	555	28,26	20,78	29,94		21,48		95,2	75,3	740,7	559,5	54,7	44
	Полдник														
TK2\12	Пирожки печеные с повидлом	70	70	9	9	6,8		6,8		24,3	24,3	192	192	0,1	0,1
	Кисель молочный	200	150	3,8	2,9	3,9		2,9		19,68	14,8	129	96,8	1,7	1,3
	Итого за прием	270	220	12,8	11,9	10,7		9,7		43,98	39,1	321	288,8	1,8	1,4
	Итого за день	1593	1290	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!		#VALUE!		#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!	#VALUE!

8 день

	Завтрак														
TK10\4	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	200	150	6,6	5	5,7		4,3		39,2	29,4	223	167	0,5	0,4
TK12\10	Чай с молоком	180	180	1,3	1,3	1,3		1,3		10,1	10,1	55	55	0,2	0,2
TK3\13	Батон с сыром	30\8	25\5	4,4	3,2	2,4		1,6		14	11,7	99,7	79,4	0,6	0,4
	Итого за прием	418	360	12,3	9,5	9,4		7,2		63,3	51,2	377,7	301,4	1,3	1
	10-00														
	Сок	180	150	0,86	0,72	0,17		0,14		18,1	15,1	82,8	69	3,6	3
	Итого за прием	180	150	0,86	0,72	0,17		0,14		18,1	15,1	82,8	69	3,6	3
	Обед														
TK14\1	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	50	30	0,5	0,3	5		3		2,3	1,4	54	33	11,2	6,7
TK5\2	Свекольник со сметаной	200	150	1,7	1,3	4,4		3,3		13,7	10,3	93	70	5,4	4,1
TK3\3	Картофельное пюре	130	110	2,7	2,3	3,7		3,1		19,4	16,4	117	99	9,3	7,9
TK9\7	Котлета рыбная	70	50	9,6	6,9	1,4		1		5,6	4	74	53	0,4	0,3
TK4\10	Компот из изюма и кураги	180	150	0,3	0,2	0		0		17,3	14,5	64	53	45,1	37,6
	Хлеб пшеничный	35	20	2,66	1,52	0,28		0,16		17,2	8,4	82	46,8	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48		0,36		13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	690	535	18,96	14,08	15,14		10,88		81,3	63,9	516,7	394	71,4	56,6
	Полдник														
TK26\9	Биточки манные	120	100	4,8	4	3,8		3,15		29,3	24,5	170,6	142,2	0,37	0,31
TK2\11	Соус молочный сладкий	30	20	0,7	0,5	1,4		0,9		4,5	3	33	22	0,1	0,1
TK15\10	Напиток из шиповника	180	150	0,2	0,2	0,1		0,1		16,3	13,6	59	49	80,1	66,8
	Итого за прием	330	270	5,7	4,7	5,3		4,15		50,1	41,1	262,6	213,2	80,57	67,21

	Итого за день	1618	1315	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9 день														
	Завтрак													
TK18\4	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	200	150	5,1	3,8	5,9	4,4	26,2	19,7	172	129	0,5	0,4	
TK1\13	Хлеб с маслом	25\5	20\5	1,94	1,56	3,85	3,8	11,74	9,4	89,4	78,1	0	0	
TK13\10	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,7	2,7	2,6	2,6	12	12	80	80	0,5	0,5	
	Итого за прием	410	355	9,74	8,06	12,35	10,8	49,94	41,1	341,4	287,1	1	0,9	
	10-00													
	Сок или фрукт	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3	
	Итого за прием	180	150	0,86	0,72	0,17	0,14	18,1	15,1	82,8	69	3,6	3	
	Обед													
TK20\1	Салат из отварной свеклы и раст маслом	50	30	0,7	0,4	4,1	2,5	4,5	2,7	53	32	1	0,6	
TK12\2	Суп картофельный со сметаной	200	150	1,3	1	2,1	1,6	10,1	7,5	61	46	4,6	3,4	
TK39\8	Запеканка капустная с мясом говядины	160	140	16,8	14,7	15,2	13,3	10,7	9,4	246,4	215,6	7,9	6,9	
TK1\11	Соус молочный	30	20	0,6	0,4	1,7	1,2	2	1,4	26	17	0,1	0,1	
TK6\11	Компот из сухофруктов	180	150	0,4	0,4	0	0	17,9	14,9	65	54	45,1	37,6	
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0	
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0	
	Итого за прием	680	535	23,96	19,98	23,74	19,08	68,2	53,2	566,1	450,6	58,7	48,6	
	Полдник													
TK21\2	Суп молочный с лапшой	180	150	3,1	2,6	3,3	2,7	11,1	9,3	85	71	0,4	0,3	
TK10\10	Чай с сахаром	180	150	0	0	0	0	8,2	6,8	31	26	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0	
	Печенье	40	20	3,4	1,7	4,5	2,2	27,8	13,9	165,6	82,8	0	0	
	Итого за прием	420	335	8,02	5,4	7,96	5,02	56,8	37,3	328,3	214,8	0,4	0,3	
	Итого за день	1690	1375	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

10 день														
	Завтрак													
TK2\4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	150	7,2	5,4	6,6	5	33,5	25,2	206	155	0,4	0,3	
TK14\10	Какао с молоком	180	180	3,5	3,5	3,1	3,1	22,1	22,1	100,6	100,6	0,5	0,5	
TK2\2	Бутерброд с повидлом	15\5\20	15\5\20	1,26	1,26	3,77	3,77	20	20	119	119	0,1	0,1	
	Итого за прием	420	370	11,96	10,16	13,47	11,87	75,6	67,3	425,6	374,6	1	0,9	
	10-00													
	Сок		150	0	1,05	0	0	0	19,6	0	90	0	60	
	Напиток витаминизированный	180		0	0	0	0	6,9	0	27	0	27	0	
	Итого за прием	180	150	0	1,05	0	0	6,9	19,6	27	90	27	60	
	Обед													
TK1\1	Горошек зеленый	50	30	1,5	0,9	1,9	1,1	5,6	3,4	36	22	4,9	2,9	
TK30\2	Уха рыбацкая со сметаной	200	150	6,8	5,1	2,1	1,6	10,9	8,2	87	65	5,4	4	
TK4\3	Картофельное пюре с морковью	130	110	2,4	2,1	3,6	3	16,7	14,1	102	86,9	7,1	6,1	
TK14\8	Биточки из мяса говядины	70	50	10	7,1	9,7	6,9	4,5	3,2	146	104	0	0	
TK6\10	Компот из сухофруктов	180	150	0,4	0,4	0	0	17,9	14,9	65	54	45,1	37,6	
	Хлеб пшеничный	30	20	2,28	1,52	0,24	0,16	14,5	9,7	70	46,7	0	0	
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0	
	Итого за прием	690	535	25,26	18,68	17,94	13,08	78,6	61,1	550,7	417,9	62,5	50,6	
	Полдник													
TK12\12	Пирожки печеные с курагой	70	70	5	5	2,7	2,7	34,6	34,6	166	166	0,4	0,4	
TK12\10	Чай с молоком	200	150	1,4	1,1	1,4	1,1	11,2	8,4	61	46	0,3	0,2	
	Итого за прием	270	220	6,4	6,1	4,1	3,8	45,8	43	227	212	0,7	0,6	
	Итого за день	1560	1275	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого среднее значение за 10 дней	1614,2	1312	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
				40,5	31,5	45	35,3	195,8	152,3	1350	1050	40	36	

В питании детей используется йодированная соль, витаминизированный хлеб, витаминизированный напиток «Золотой шар», напиток из шиповника. Сборники рецептов, используемые при приготовлении блюд: 1. Сборник технологических нормативов Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, ч.1, 1996г.

