

"Снежок"	150	3,90	3,75	16,50	115,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Манник	50	2,77	2,58	15,54	96,54	0,08	5,50	5,50	27,85	0,36	550/2021
Итого:		6,67	6,33	32,04	212,04	0,08	5,50	5,50	27,85	0,36	
Всего за день:		33,46	30,42	150,75	1001,62	41,10	186,96	386,13	376,60	4,62	

3 день												
ЗАВТРАК												
Каша жидкая молочная пшеничная	180	5,30	5,21	23,50	162,19	0,91	32,90	23,28	18,92	0,45	390/2014	
Какао с молоком	150	2,39	2,35	8,15	63,26	0,53	14,25	19,88	111,30	0,49	462/2021	
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15		
Масло сливочное (порциями)	7	0,07	5,81	0,70	52,43	0,00	35,00	1,40	1,40	0,00	54-19з/2020	
Итого:		9,76	13,97	45,75	341,38	1,30	80,80	115,06	132,27	1,09		
2 завтрак												
Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20		
Итого:		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20		
ОБЕД												
Салат из белокачанной капусты с морковью	40	0,66	4,00	4,07	54,93	16,66	47,60	70,00	18,66	0,66	54-8з/2020	
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,74	2,49	7,32	58,65	2,28	13,20	36,39	1,71	0,45	54-7с/2020	
Котлеты, биточки, шницели	50	8,80	6,15	7,50	121,50	0,00	2,00	97,80	27,00	1,40	608/2014	
Капуста тушеная	110	2,64	3,67	11,59	89,47	63,80	19,80	34,30	8,50	0,15	54-8г/2020	
Компот из свежих плодов	150	0,80	0,08	8,33	34,50	0,45	0,00	10,80	2,55	0,35	486/2021	
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00		
Итого:		15,84	16,89	51,31	412,55	83,19	82,60	277,29	64,42	3,01		
ПОЛДНИК												
Чай с молоком и сахаром	150	1,13	1,05	6,45	39,67	0,00	4,50	73,50	42,75	0,75	54-6гн/2020	
Баранка молочная	50	4,15	4,00	30,20	173,00	0,00	0,00	51,00	9,50	0,65		
Итого:		5,28	5,05	36,65	212,67	0,00	4,50	124,50	52,25	1,40		
Всего за день:		31,28	36,31	143,51	1013,60	22,70	145,10	466,31	251,42	6,06		
4 день												
ЗАВТРАК												
Каша " Дружба"	180	4,50	6,20	21,51	161,91	0,00	24,48	162,00	108,00	0,90	54-16к/2020	
Чай с сахаром	150	0,15	0,00	4,80	19,80	0,00	0,00	18,75	3,00	0,75	54-2гн/2020	
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15		
Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	3,00	0,00	36,33	0,00	52,00	23,33	200,00	0,00	54-1з/2020	
Итого:		8,98	9,80	39,71	281,54	0,10	76,48	274,58	311,65	1,80		
2 Завтрак												
Сок фруктовый	100	0,75	0,00	15,15	69,00	3,00	0,00	18,00	10,50	1,05		
Итого:		0,75	0,00	15,15	69,00	3,00	0,00	18,00	10,50	1,05		
ОБЕД												
Салат из моркови и яблок	40	0,40	4,07	2,87	49,60	2,67	90,00	82,00	15,33	0,00	54-11з/2020	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	1,29	3,65	4,41	55,62	4,80	28,35	194,40	26,70	0,90	54-2с/2020	
Суфле из печени	50	8,28	6,38	5,28	116,19	6,50	21,87	15,80	16,61	0,50	52-9м/2003	
Рис отварной	110	2,64	3,80	27,94	156,60	0,00	14,66	22,70	10,26	0,70	54-6г/2020	
Соус томатный	30	0,29	0,98	1,38	15,57	0,72	43,20	39,10	2,20	0,10	419/2021	
Напиток из шиповника	150	0,45	0,15	11,40	48,98	60,00	73,53	6,00	8,25	0,38	54-13хн/2020	
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00		
Итого:		14,55	19,53	65,78	496,06	101,80	271,61	388,00	85,35	2,58		
ПОЛДНИК												
"Снежок"	150	3,90	3,75	16,50	115,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Пирожки печеные из дрожжевого теста	50	4,65	2,60	19,30	119,10	7,90	35,50	20,60	27,50	0,13	1052/2014	
Итого:		8,55	6,35	35,80	234,60	7,90	35,50	20,60	27,50	0,13		
Всего за день:		32,83	35,68	156,44	1081,20	112,80	383,59	701,18	435,00	5,56		

5 день											
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	180	5,40	6,23	21,93	168,13	0,47	47,16	24,57	12,42	0,17	390/2014
Кофейный напиток	150	1,40	1,29	6,54	43,39	0,15	9,00	16,57	40,73	0,05	464/2021
Хлеб пшеничный	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15	
Масло сливочное (порциями)	7	0,07	5,81	0,70	52,43	0,00	35,00	1,40	1,40	0,00	54-19з/2020
Итого:		8,87	13,93	42,57	327,45	0,72	91,16	113,04	55,20	0,37	
2 Завтрак											
Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20	
Итого:		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20	
ОБЕД											
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,08	3,69	3,07	47,67	5,10	56,18	22,68	32,58	0,72	54-13с/2020
Тефтели (1 вариант)	50/30	15,00	13,90	2,00	193,00	0,00	12,00	18,06	28,66	0,66	618/2014
Каша гречневая рассыпчатая	110	6,01	4,77	31,39	192,50	0,00	14,67	85,80	33,73	3,67	54-4г/2020
Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,06	13,46	53,90	0,00	13,70	0,00	45,00	0,00	54-7хн/2020
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00	
Итого:		24,34	22,92	62,42	540,57	5,10	96,54	154,54	145,97	5,05	
ПОЛДНИК											
Какао с молоком	150	3,45	3,23	9,30	80,02	0,75	11,70	198,75	108,00	0,75	54-7гн/2020
Пряник	50	2,40	1,40	38,85	168,00	0,54	53,80	2,15	126,00	1,30	
Итого:		5,85	4,63	48,15	248,02	1,29	65,50	200,90	234,00	2,05	
Всего за день:		39,46	41,87	162,94	1163,04	33,76	258,20	545,86	451,17	9,67	
2 неделя											
6 день											
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная манная	180	5,00	5,22	23,70	162,03	0,36	13,10	91,60	74,90	0,14	390/2014
Кофейный напиток	150	1,40	1,29	6,54	43,39	0,15	9,00	16,57	40,73	0,05	464/2021
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15	
Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	3,00	0,00	36,33	0,00	52,00	23,33	20,00	0,00	54-1з/2020
Итого:		10,73	10,11	43,64	305,25	0,61	74,10	202,00	136,28	0,34	
2 Завтрак											
Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20	
Итого:		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20	
ОБЕД											
Суп картофельный с бобовыми	150	3,45	2,40	9,72	74,27	6,90	0,72	138,00	14,00	0,50	54-6с/2020
Тефтели (2й вариант)	50/30	13,00	11,70	7,00	187,00	0,20	19,00	52,20	24,00	1,57	619/2014
Каша гречневая рассыпчатая	110	6,01	4,77	31,39	192,50	0,00	14,67	85,80	33,73	3,67	54-4г/2020
Напиток из шиповника	150	0,45	0,15	11,40	48,98	60,00	73,53	6,00	8,25	0,38	54-13хн/2020
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00	
Итого:		24,11	19,52	72,01	556,25	67,10	107,92	310,00	85,98	6,11	
ПОЛДНИК											
Какао с молоком	150	3,45	3,23	9,30	80,02	0,75	11,70	19,87	108,00	0,75	54-7гн/2020
Печенье	50	4,50	2,25	30,00	160,00	0,00	0,00	51,00	9,50	0,65	
Итого:		7,95	5,48	39,30	240,02	0,75	11,70	70,87	117,50	1,40	
Всего за день:		43,19	35,50	164,75	1148,52	78,46	198,72	610,67	355,76	10,05	

7 день												
ЗАВТРАК												
Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,73	4,97	16,56	129,94	0,45	17,10	15,48	12,57	0,30	54-19к/2020	
Какао с молоком	150	2,39	2,35	8,15	63,26	0,53	14,25	19,88	111,30	0,49	462/2021	
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15		
Масло сливочное (порциями)	7	0,07	5,81	0,70	52,43	0,00	35,00	1,40	1,40	0,00	54-19з/2020	
Итого:		9,19	13,73	38,81	309,13	1,08	66,35	107,26	125,92	0,94		
2 Завтрак												
Сок фруктовый	100	0,75	0,00	15,15	69,00	3,00	0,00	18,00	10,50	1,05		
Итого:		0,75	0,00	15,15	69,00	3,00	0,00	18,00	10,50	1,05		
ОБЕД												
Салат из свеклы отварной	40г	0,53	1,85	3,07	30,40	1,33	0,00	1,09	13,33	0,67	54-13з/2020	
Суп крестьянский с крупой	150	1,89	1,43	15,77	83,42	12,90	32,65	1,00	0,50	0,00	54-10с/2020	
Суфле из печени	50	8,28	6,38	5,28	116,19	6,50	21,87	15,80	16,61	0,50	52-9м/2003	
Картофельное пюре	110	2,20	4,18	17,38	116,08	7,30	16,86	55,20	29,33	0,70	54-11г/2020	
Компот из смеси сухофруктов	150	1,05	0,06	13,46	53,90	0,00	13,70	0,00	45,00	0,00	54-7хн/2020	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00		
Итого:		15,15	14,40	67,46	453,49	28,03	85,08	101,09	110,77	1,87		
ПОЛДНИК												
"Снежок"	150	3,90	3,75	16,50	115,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Ватрушки	50	2,92	1,17	29,00	138,33	0,00	7,50	55,00	8,33	0,49	1058/2014	
Итого:		6,82	4,92	45,50	253,83	0,00	7,50	55,00	8,33	0,49		
Всего за день:		31,91	33,05	166,92	1085,45	32,11	158,93	281,35	255,52	4,35		
8 день												
ЗАВТРАК												
Пудинг творожный запеченный	150	22,60	8,00	31,00	286,00	0,30	67,00	27,30	219,00	0,19	285/2021	
Повидло яблочне	20	0,08	0,00	13,00	50,00	0,00	0,00	129,00	14,00	1,30	пром	
Чай с сахаром	150	0,15	0,00	4,85	20,10	0,01	0,23	15,60	3,38	0,00	54-2гн/2020	
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15		
Итого:		24,83	8,60	62,25	419,60	0,41	67,23	242,40	237,03	1,64		
2 Завтрак:												
Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20		
Итого:		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20		
ОБЕД												
Салат из моркови и яблок	40	0,40	4,07	2,87	49,60	2,67	90,00	82,00	15,33	0,00	54-11з/2020	
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,08	3,69	3,07	47,67	5,10	56,18	22,68	32,58	0,72	54-13с/2020	
Котлеты, биточки, шницели	50	8,80	6,15	7,50	121,50	0,00	2,00	97,80	27,00	1,40	608/2014	
Рис отварной	110	2,64	3,80	27,94	156,60	0,00	14,66	22,70	10,26	0,70	54-6г/2020	
Соус томатный	30	0,29	0,98	1,38	15,57	0,72	43,20	39,10	2,20	0,10	419/2021	
Компот из свежих плодов	150	0,80	0,08	8,33	34,50	0,45	0,00	10,80	2,55	0,35	486/2021	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00		
Итого:		15,21	19,27	63,59	478,94	8,94	206,04	303,08	95,92	3,27		
ПОЛДНИК												
Кисель из концентрата	150	0,02	0,00	17,09	83,56	0,75	0,15	17,25	5,25	0,00	883/2014	
Пряник	50	2,40	1,40	38,85	168,00	0,54	53,80	2,15	126,00	1,30		
Итого:		2,42	1,40	55,94	251,56	1,29	53,95	19,40	131,25	1,30		
Всего за день:		42,86	29,67	191,58	1197,10	37,29	332,22	592,68	480,20	8,41		

9 день												
ЗАВТРАК												
Каша жидкая молочная пшеничная	180	5,14	5,63	23,21	164,16	0,40	40,35	16,13	94,50	0,95	390/2014	
Кофейный напиток	150	1,40	1,29	6,54	43,39	0,15	9,00	16,57	40,73	0,05	464/2021	
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15		
Масло сливочное (порциями)	7	0,07	5,81	0,70	52,43	0,00	35,00	1,40	1,40	0,00	54-19з/2020	
Итого:		8,61	13,33	43,85	323,48	0,65	84,35	104,60	137,28	1,15		
2 Завтрак:												
Сок фруктовый	100	0,75	0,00	15,15	69,00	3,00	0,00	18,00	10,50	1,05		
Итого:		0,75	0,00	15,15	69,00	3,00	0,00	18,00	10,50	1,05		
ОБЕД												
Рассольник Ленинградский	150	1,76	4,05	8,19	76,32	4,26	18,00	28,85	17,55	0,45	54-3с/2020	
Котлета "Чебурашка"	50	7,85	4,61	3,38	87,29	0,00	28,83	23,85	25,83	0,00	ТТК 2/2023	
Макароньы отварные	110	3,66	3,89	25,67	152,53	0,00	14,67	5,13	43,27	0,73	54-1г/2020	
Соус красный основной	30	0,99	0,81	2,73	22,08	0,60	7,98	10,50	3,90	0,00	54-3соус/2020	
Компот из изюма	150	0,38	0,00	20,25	82,65	0,00	0,00	206,25	17,25	0,75	54-6хн/2020	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00		
Итого:		15,84	13,86	72,72	474,37	5,95	121,50	191,20	113,80	1,93		
ПОЛДНИК												
"Снежок"	150	3,90	3,75	16,50	115,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	883/2014	
Манник	50	2,77	2,58	15,54	96,54	0,08	5,50	5,50	27,85	0,36	550/2021	
Итого:		6,67	6,33	32,04	212,04	0,08	5,50	5,50	27,85	0,36		
Всего за день:		31,58	33,16	167,03	1087,55	9,68	211,35	319,30	289,43	4,49		
10 день												
ЗАВТРАК												
Каша жидкая молочная рисовая	180	4,04	5,20	23,78	161,39	0,72	40,50	16,20	19,44	0,90	390/2014	
Какао с молоком	150	2,39	2,35	8,15	63,26	0,53	14,25	19,88	111,30	0,49	462/2021	
Хлеб пшеничный (батон)	25	2,00	0,60	13,40	63,50	0,10	0,00	70,50	0,65	0,15		
Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	3,00	0,00	36,33	0,00	52,00	23,33	200,00	0,00	54-1з/2020	
Итого:		10,76	11,15	45,33	324,48	1,35	106,75	129,91	331,39	1,10		
2 Завтрак:												
Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20		
Итого:		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	5,00	27,80	16,00	2,20		
ОБЕД												
Борщ из свежей капусты с картофелем	150	1,29	3,65	4,41	55,62	4,80	28,35	19,44	26,70	0,90	54-2с/2020	
Тефтели (2 вариант)	50/30	13,00	11,70	7,00	187,00	0,20	19,00	52,20	24,00	1,57	619/2014	
Рагу из овощей	110	2,10	4,50	15,40	112,00	20,27	31,91	63,59	13,19	0,84	54-9г/2020	
Компот из кураги	150	1,35	0,08	17,63	76,65	0,75	96,75	47,62	39,00	0,75	54-5хн/2020	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,20	0,50	12,50	53,50	0,00	0,00	28,00	6,00	0,00		
Итого:		18,94	20,43	56,94	484,77	26,02	176,01	210,85	108,89	4,06		
ПОЛДНИК												
Чай с молоком и сахаром	150	1,13	1,05	6,45	39,67	0,00	4,50	73,50	42,75	0,75	54-6гн/2020	
Баранка молочная (БКК)	50	4,15	4,00	30,20	173,00	0,00	0,00	51,00	9,50	0,65		
Итого:		5,28	5,05	36,65	212,67	0,00	4,50	124,50	52,25	1,40		
Всего за день:		35,38	37,03	148,72	1069,56	35,77	293,26	493,06	508,53	8,76		
Средний показатель		35,96	35,63	162,02	1107,50	42,91	235,83	465,39	378,08	6,04		
Используемая литература:												
Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания воспитанников дошкольных организаций (3-7 лет) (Новосибирск - 2020)												
Новейший сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ПОП (2014)												
Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста (Новосибирск - 2021)												
Единый сборник технологических нормативов, рецепт блюд и кулинарных изделий. г. Пермь, 2021г.в.												