

УТВЕРЖДЕНО:  
приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад № 222»  
от 10.01.2024 № 33 осн.  
\_\_\_\_\_И.Н. Дронова

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд  
МБДОУ «Детский сад №222» комбинированного вида**

г. Барнаул

Для приготовления блюд используется йодированное молоко и соль.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая с маслом	150/200	3,41/4,55	4,28/5,7	14,92/19,89	140,31/177,08	261
	Кофейный напиток с сахаром	180/200	3,0/3,54	0,92/1,78	15,1/16,93	55,7/71,27	511
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355/435</b>	<b>8,07/10,56</b>	<b>9,42/12,0</b>	<b>40,1/51,91</b>	<b>281,46/360</b>	
<b>Обед</b>	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	150/200	7,2/9,77	7,0/9,33	0,88/1,18	153,12/204,13	149
	Плов из риса и отварной говядины	150/180	1,8/2,16	7,55/9,38	15,79/24,61	109,4/142,61	375
	Огурец солёный	30/50	0,25/0,42	0/0	0,9/1,5	3,6/6	112
	Сок	200/200	1/1	0/0	22,44/22,44	67,5/67,5	537
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3,0/3,75	1,0/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>590/710</b>	<b>14,01/18,74</b>	<b>16,27/21,05</b>	<b>71,05/91,35</b>	<b>490/630</b>	
	Бутерброд с повидлом	60/60	2,38/2,38	3,55/3,55	29,75/29,75	160/160	101
	Молоко кипячённое	150/200	4,23/5,64	4,7/5,0	7,02/9,4	90,75/110	534
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210/260</b>	<b>6,61/8,02</b>	<b>8,25/8,55</b>	<b>36,77/39,15</b>	<b>250,75/270</b>	
<b>Ужин</b>	Картофельное пюре	150/180	4,77/5,73	4,61/5,52	26,9/32,28	150,15/180,16	434
	Икра кабачковая	30/50	4,08/6,01	5,64/8,38	4,39/11,46	102,02/172,0	103
	Чай с сахаром	200/200	0,6/0,6	1,03/1,03	10,02/10,02	40,7/40,7	411
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,21/14,1</b>	<b>12,0/15,65</b>	<b>52,75/65,2</b>	<b>350/450</b>	
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1555/1855</b>	<b>39,9/51,42</b>	<b>45,94/57,25</b>	<b>200,67/247,61</b>	<b>1372,21/1710</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная с маслом	150/200	1,23/1,31	1,65/2,24	12,9/13,65	65,01/86,68	273
	Какао с молоком и сахаром	150/200	1,83/2,44	1,68/2,24	19,34/25,79	80,74/116,77	416
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
	Яйцо вареное	40/40	5,08/5,08	4,6/4,6	0,28/0,28	62,8/62,8	227
<b>Итого за завтрак</b>		<b>365/475</b>	<b>9,8/11,3</b>	<b>9,85/12,6</b>	<b>42,6/54,81</b>	<b>294/377,9</b>	
<b>Обед</b>	Суп вермишелевый на курином бульоне	150/200	3,04/4,05	4,39/5,86	17/22,67	37,74/53,83	152
	Куры отварные порционные	60/70	5,85/6,82	7,73/9,02	0,27/0,32	108,26/137,97	317
	Горошница гарнир	120/150	4,81/6,02	2,95/3,69	20,23/25,29	128,64/165,8	422
	Свекла отварная порционная	30/50	0,5/0,83	0,06/0,1	2,97/4,95	12,0/20,0	427
	Компот из изюма + Вит. «С»	150/200	0,62/0,83	0,78/1,04	12,27/16,36	46,98/62,64	531
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>570/750</b>	<b>15,41/18,74</b>	<b>16,27/21,05</b>	<b>71,05/91,35</b>	<b>490/650</b>	
	Калач на сахаре	60/60	2,55/2,55	2,95/2,95	15,75/15,75	101,5/101,5	574
	Снежок	150/200	4,05/5,95	3,75/6,4	16,2/23,35	118,5/156,5	420
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210/260</b>	<b>6,6/8,5</b>	<b>6,7/9,35</b>	<b>31,95/39,1</b>	<b>220/258</b>	
<b>Ужин</b>	Творожно-рисовая запеканка	150/180	5,16/7,15	8,29/11,65	16,25/26,67	133,79/198,77	322-1
	Ягода, протертая с сахаром	30/50	3,02/4,12	0,04/0,08	14,37/19,21	93,38/133,4	387
	Чай с молоком и сахаром	200/200	1,07/1,07	3,25/3,25	11,19/11,19	83,19/83,19	413
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,01/14,1</b>	<b>12,3/15,7</b>	<b>53,25/68,51</b>	<b>367,5/472,5</b>	
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1545/1935</b>	<b>42,82/52,64</b>	<b>45,12/58,7</b>	<b>198,85/253,77</b>	<b>1371,5/1738,4</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная с маслом	150/200	1,68/2,78	1,29/1,72	12,68/16,87	61,97/98,6	268
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180/200	5,26/5,85	4,34/6,36	19,84/22,04	146,58/167,65	513
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355/435</b>	<b>8,6/11,1</b>	<b>9,85/12,6</b>	<b>42,6/54,0</b>	<b>294/377,9</b>	
<b>Обед</b>	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	150/200	3,37/3,7	3,9/5,2	13,02/14,63	135,3/148,75	136
	Тефтели из говядины с рисом («ежики»)	60/70	4,65/5,17	7,79/9,08	10,59/13,5	96,71/138,77	395
	Картофельное пюре	120/150	2,23/2,78	2,95/4,24	8,13/10,17	76,31/95,39	434
	Зеленый горошек	30/50	0,64/1,07	0,06/0,1	0,56/0,93	6,91/11,52	10
	Компот из сухофруктов + Вит. «С»	150/200	0,55/0,74	0,78/1,04	10,96/14,61	42,98/57,31	531
	Хлеб пшеничный	2030	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>570/750</b>	<b>14,2/19,85</b>	<b>17,2/22,0</b>	<b>74,3/95,5</b>	<b>514,5/661,5</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка домашняя	60/60	2,12/2,12	2,81/2,81	17,68/17,68	121,95/121,95	583
	Молоко кипяченое	150/180	4,23/5,08	4,7/5,64	7,02/8,42	90,75/108,9	534
	Фрукты (яблоко)	250/250	1/1	1/1	24,5/24,5	117,5/117,5	386
<b>Итого за Полдник</b>		<b>460/490</b>	<b>7,35/8,2</b>	<b>7,4/9,45</b>	<b>49,2/50,6</b>	<b>330,2/348,35</b>	
<b>Ужин</b>	Макароны отварные с маслом	150/180	3,1/4,74	5,59/7,46	26,46/41,76	124,76/211,36	335
	Сыр порционный	10/15	2,72/4,08	3,05/4,58	0/0	37/55,4	7
	Чай с сахаром	200/200	3,32/3,32	2,94/2,94	15,3/15,3	148,6/148,6	411
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>10,9/13,9</b>	<b>12,3/15,7</b>	<b>53,2/68,5</b>	<b>367,5/472,5</b>	
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1735/2060</b>	<b>41,05/53,05</b>	<b>46,75/59,75</b>	<b>219,3/268,6</b>	<b>1506,2/1860,25</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	10
	Каша ячневая молочная с маслом	150/200	2,61/3,38	1,45/2,26	13,18/13,2	90,81/94,18	262
	Какао с молоком и сахаром	180/200	1,83/2,44	1,68/2,24	19,34/25,79	80,74/116,77	416
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
	Сыр порционный	10/15	2,72/4,08	3,05/4,58	0/0	37/55,4	7
<b>Итого за завтрак</b>		<b>365/450</b>	<b>8,82/12,37</b>	<b>9,4/12,6</b>	<b>42,6/54,08</b>	<b>294/378</b>	
<b>Обед</b>	Суп гороховый на мясном бульоне со сметаной	150/200	3,28/3,98	4,48/6,53	5,24/6,66	85,99/95,16	80
	Котлета из мяса говядины	60/70	3,64/4,36	7,48/9,56	4,68/5,46	117,01/136,51	7
	Перловый гарнир	120/150	2,14/2,68	1,82/2,27	3,76/4,7	21,09/26,37	299
	Морковь отварная порционная	30/50	0,84/1,40	0,24/0,4	7,74/12,9	45/75	330
	Кисель из ягод протертых + Вит. «С»	150/200	0,78/1,04	0,71/0,95	22,14/24,52	89,03/117,7	427
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	401
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	114
<b>Итого за Обед</b>		<b>570/750</b>	<b>15,44/19,85</b>	<b>16,45/22,05</b>	<b>74,6/95,9</b>	<b>514,5/661,5</b>	115
<b>Полдник</b>	Расстегай с повидлом	60/60	2,3/2,3	3,65/4,9	8,95/13,56	110,7/110,7	437
	Йогурт	150/200	6,3/7,56	3,75/4,5	22,95/27,54	144/172,8	535
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210/260</b>	<b>8,6/9,86</b>	<b>7,4/9,4</b>	<b>31,9/41,1</b>	<b>220,5/283,5</b>	
<b>Ужин</b>	Запеканка из риса с сельдью	180/230	8,27/11,44	11,03/14,93	19,41/34,63	242,86/347,86	179
	Сок	200/200	1/1	0/0	22,44/22,44	67,5/67,5	537
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,03/14,2</b>	<b>11,75/15,65</b>	<b>53,29/68,51</b>	<b>367,5/472,5</b>	
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1545/1910</b>	<b>43,89/56,28</b>	<b>45/59,7</b>	<b>202,39/259,59</b>	<b>1396,5/1795,5</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная с маслом	150/200	1,23/2,41	3,43/5,98	12,4/17,4	21,87/32,49	274
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180/200	5,26/5,85	4,34/6,36	19,84/22,04	146,58/167,65	513
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Яйцо вареное	40/40	5,08/5,08	4,6/4,6	0,28/0,28	62,8/62,8	227
<b>Итого за завтрак</b>		<b>395/475</b>	<b>9,4/12,4</b>	<b>9,87/12,5</b>	<b>42,6/54,81</b>	<b>356/374,59</b>	
<b>Обед</b>	Щи на мясном бульоне со сметаной	150/200	3,5/4,9	4,2/5,67	4,3/4,4	102,34/154,42	73
	Запеканка картофельная с говяжьим сердцем	150/180	6,03/7,26	9,01/10,2	7,41/8,9	168,15/201,78	382
	Лук с маслом	30/50	0,21/0,35	2,27/3,79	0,9/1,43	15,93/26,54	246
	Сок	200/200	1/1	0/0	22,44/22,44	67,5/67,5	537
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>590/710</b>	<b>15,5/19,9</b>	<b>17,2/22,0</b>	<b>74,6/95,9</b>	<b>510,3/660,0</b>	
<b>Полдник</b>	Печенье	36/40	1,37/2,42	1,7/2,39	14/17,68	76,6/111,95	609
	Молоко кипячённое	150/180	4,23/5,08	4,7/5,64	7,02/8,42	90,75/108,9	534
	Фрукты (яблоко)	250/250	1/1	1/1	10,95/10,95	52,65/52,65	386
<b>Итого за Полдник</b>		<b>436/470</b>	<b>6,6/8,5</b>	<b>7,4/9,45</b>	<b>31,97/41,1</b>	<b>224/273,5</b>	
	Овощное рагу	180/230	8,53/11,7	8,17/11,58	19,79/35,0	132,39/237,79	148
	Чай с сахаром и лимоном	200/200	1,23/1,23	3,45/3,45	22,06/22,06	177,07/177,07	503
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,03/14,2</b>	<b>12,34/15,75</b>	<b>53,29/68,5</b>	<b>366,6/472,0</b>	
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1771/2085</b>	<b>43,02/55,49</b>	<b>46,81/59,7</b>	<b>202,46/260,31</b>	<b>1456,9/1780,09</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая с маслом	150/200	2,04/2,48	3,53/4,7	17,45/22,78	155,85/195,08	261
	Кофейный напиток с сахаром	180/200	5,26/5,85	0,79/1,05	15,1/16,93	55,7/71,27	511
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355/435</b>	<b>8,96/10,8</b>	<b>9,87/12,6</b>	<b>42,63/54,8</b>	<b>294/378</b>	
<b>Обед</b>	Щи на мясном бульоне со сметаной	150/200	0,9/1,2	2,29/3,05	1,74/2,32	154,85/206,45	73
	Жаркое по-домашнему из отварной говядины	150/180	8,0/10,08	13,17/16,41	13,85/20,27	108,17/131,79	374
	Свекла отварная порционная	30/50	0,74/1,23	0,12/0,2	5,53/9,21	27,6/46	427
	Сок	200/200	1/1	0/0	22,44/22,44	67,5/67,5	537
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>540/690</b>	<b>15,4/19,9</b>	<b>17,3/22,0</b>	<b>74,6/95,9</b>	<b>514,5/661,5</b>	
<b>Полдник</b>	Пряник	30/50	1,54/2,5	1,76/3,06	28,6/31,7	111,6/146	608
	Молоко кипячённое	180/200	5,08/6,0	5,64/6,34	8,42/9,4	108,9/110	534
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210/250</b>	<b>6,62/8,5</b>	<b>7,4/9,4</b>	<b>37,02/41,1</b>	<b>220,5/256</b>	
<b>Ужин</b>	Каша геркулесовая молочная с маслом	180/200	6,3/7,75	8,74/12,09	26,56/41,77	161,76/267,26	199
	Чай с сахаром	200/200	3,32/3,32	2,94/2,94	15,3/15,3	148,6/148,6	411
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,38/12,83</b>	<b>12,4/15,75</b>	<b>53,3/68,51</b>	<b>367,5/473</b>	
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1505/1825</b>	<b>42,08/53,4</b>	<b>46,87/59,8</b>	<b>207,55/260,31</b>	<b>1396,5/1796</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша кукурузная молочная с маслом	150/200	1,03/1,51	1,01/1,24	12,93/13,65	75,65/86,78	271
	Какао с молоком и сахаром	150/200	1,13/2,44	1,68/2,24	19,34/25,79	70,1/116,77	416
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
	Яйцо вареное	40/40	5,08/5,08	4,6/4,6	0,28/0,28	62,8/62,8	227
<b>Итого за завтрак</b>		<b>365/475</b>	<b>8,9/11,5</b>	<b>11,51/12,6</b>	<b>42,63/54,81</b>	<b>294/378</b>	
<b>Обед</b>	Суп рисовый на мясном бульоне со сметаной	150/200	3,92/4,16	4,44/5,91	4,32/5,76	72/90,48	86
	Бигус из отварной говядины	150/180	5,99/8,27	6,49/8,97	26,07/30,63	174,21/209,08	371
	Лук с маслом	30/50	0,21/0,35	2,27/3,79	0,9/1,49	15,93/26,54	246
	Компот из изюма + Вит. «С»	150/180	0,62/0,83	0,78/1,04	12,27/16,36	46,98/62,64	531
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>540/710</b>	<b>15,5/20,0</b>	<b>15,7/22,05</b>	<b>74,6/95,9</b>	<b>465,5/598,5</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка посыпная	60/60	1,8/1,8	4,05/4,05	9,02/13,56	110,6/110,6	540
	Йогурт	150/200	6,3/7,56	3,75/4,5	22,95/27,54	144/172,8	535
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210/260</b>	<b>8,1/9,36</b>	<b>7,8/8,55</b>	<b>31,97/41,1</b>	<b>254,6/283,5</b>	
<b>Ужин</b>	Творожный пудинг с манкой	150/200	7,67/10,77	6,28/10,78	25,69/40,89	193,01/298,01	251
	Ягода, протертая с сахаром	30/30	1,07/1,07	1/1	6,15/6,15	34,16/34,16	387
	Чай с молоком и сахаром	200/200	1,07/1,07	3,25/3,25	11,19/11,19	83,19/83,19	411
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,57/14,67</b>	<b>11,25/15,75</b>	<b>54,47/69,67</b>	<b>367,5/472,5</b>	
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1515/1895</b>	<b>44,07/55,53</b>	<b>46,26/58,95</b>	<b>203,67/261,47</b>	<b>1381,6/1732,5</b>	



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная с маслом	150/200	0,82/1,1	1,74/2,86	12,71/17,68	24,97/43,3	273
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180/200	5,26/5,85	4,34/6,36	19,84/22,04	146,58/167,65	513
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
	Сыр порционный	10/15	2,72/4,08	3,05/4,58	0/0	37/55,4	7
<b>Итого завтрак</b>		<b>365/450</b>	<b>8,82/11,3</b>	<b>9,87/12,6</b>	<b>42,63/54,81</b>	<b>294/378</b>	
<b>Обед</b>	Суп фасолевый на мясном бульоне со сметаной	150/200	2,38/3,5	2,91/3,88	9,8/14,9	86,78/115,71	148
	Гуляш из отварной говядины	60/70	6,08/7,13	9,62/11,99	17,77/18,07	112,84/132,83	374
	Гречневый гарнир	120/150	1,67/2,09	2,24/2,8	4,13/5,16	111,92/139,89	330
	Огурец соленый	30/50	0/0	0/0	0,9/1,5	3,6/6	112
	Компот из сухофруктов + Вит. «С»	150/200	0,55/0,74	0,78/1,04	10,96/14,61	42,98/57,31	531
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>570/750</b>	<b>15,44/19,85</b>	<b>17,27/22,05</b>	<b>74,6/95,9</b>	<b>514,5/661,5</b>	
<b>Полдник</b>	Пироги с картофельным пюре	60/60	1,39/2,43	2,81/2,81	4,28/4,28	12,25/12,25	405
	Молоко кипяченое	150/180	4,23/5,08	4,7/5,64	7,02/8,42	90,75/108,9	534
	Свежие фрукты (яблоки)	250/250	1/1	1/1	24,5/24,5	117,5/117,5	386
<b>Итого за Полдник</b>		<b>460/490</b>	<b>6,62/8,51</b>	<b>7,4/9,45</b>	<b>35,8/37,2</b>	<b>220,5/256,5</b>	
<b>Ужин</b>	Котлета морковная	150/200	7,6/10,77	9,59/13,0	25,68/40,9	127,6/232,6	157
	Подлив молочно-сладкий	30/30	1,07/1,07	1/1	6,15/6,15	34,16/34,16	369
	Чай с сахаром	200/200	3,32/3,32	2,94/2,94	15,3/15,3	148,6/148,6	411
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,03/14,2</b>	<b>12,34/15,75</b>	<b>53,29/68,51</b>	<b>367,5/472,5</b>	
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1795/2140</b>	<b>41,91/53,86</b>	<b>46,88/59,85</b>	<b>206,32/256,42</b>	<b>1396,5/1768,5</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная с маслом	150/200	1,68/2,78	1,29/1,72	12,68/16,87	61,97/98,6	268
	Какао с молоком и сахаром	180/200	1,13/2,44	1,68/2,24	19,34/25,79	70,1/116,77	416
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
	Сыр порционный	10/15	2,72/4,08	3,05/4,58	0/0	37/55,5	7
<b>Итого завтрак</b>		<b>365/450</b>	<b>7,19/11,77</b>	<b>10,24/13,06</b>	<b>42,1/57,75</b>	<b>254,52/382,52</b>	
<b>Обед</b>	Борщ на курином бульоне со сметаной	150/200	2,42/3,21	2,31/3,08	2,05/2,3	18,65/24,86	63-1
	Котлета куриная	60/70	4,37/4,48	9,37/11,04	3,5/3,95	129,13/138,79	273
	Картофельное пюре	120/150	2,23/2,78	2,95/4,24	8,13/10,17	76,31/95,39	434
	Морковь отварная	30/50	0,84/1,4	0,24/0,4	7,74/12,9	45/75	427
	Кисель из протертых ягод + Вит. «С»	150/200	0,78/1,04	0,71/0,95	22,14/24,52	89,03/117,7	401
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,72/1,09	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	40/50	3/3,75	1/1,25	19,6/24,5	99,24/124,05	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>570/750</b>	<b>15,4/19,3</b>	<b>17,3/22,05</b>	<b>74,6/95,5</b>	<b>514,5/661,5</b>	
<b>Полдник</b>	Плюшка (венская сдоба)	60/60	2,57/2,57	2,87/2,87	15,7/15,7	127,0/127,0	399
	Снежок	150/200	4,05/5,95	3,75/6,4	16,2/23,35	118,5/156,5	420
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210/260</b>	<b>6,62/8,52</b>	<b>6,62/9,27</b>	<b>31,9/39,05</b>	<b>220,5/283,5</b>	
<b>Ужин</b>	Рыба тушеная в молочном соусе (минтай)	80/80	8,77/8,77	9,25/12,07	20,0/28,33	85,77/85,77	342
	Капуста тушеная	150/150	1,3/1,3	2,33/2,91	5,03/6,29	173,99/173,99	143
	Сок	150/200	0,75/1	0/0	16,83/22,44	50,6/67,5	537
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>12,58/12,83</b>	<b>12,3/15,7</b>	<b>53,3/68,5</b>	<b>367,5/384,4</b>	
<b>Итого за 9 день</b>		<b>1545/1910</b>	<b>41,79/52,42</b>	<b>46,46/60,08</b>	<b>201,9/260,8</b>	<b>1357,02/1710</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>	Каша дружба молочная с маслом	150/200	1,9/2,94	1,24/1,52	12,43/17,4	36,5/62,7	266
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180/200	5,26/5,85	4,34/6,36	19,84/22,04	146,58/167,65	513
	Батон нарезной	20/30	1,62/2,43	0,6/0,9	10,02/15,03	52,4/78,6	117
	Масло сливочное	5/5	0,04/0,04	3,62/3,62	0,06/0,06	33,05/33,05	6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>395/475</b>	<b>8,82/11,26</b>	<b>9,8/12,4</b>	<b>42,35/54,53</b>	<b>268,53/342,0</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/200	1,83/2,44	1,02/1,36	5,03/6,7	79,52/106,03	138
	Бефстроганов из печени говядины	60/70	5,05/5,89	9,58/11,18	0,8/0,93	95,31/111,22	373
	Макаронны отварные гарнир	120/150	2,01/2,51	4,15/5,19	18,0/22,5	149,99/187,48	335
	Свекла отварная порционная	30/50	0,46/0,77	0,06/0,1	2,65/4,42	11,84/19,74	427
	Сок	150/180	0,76/0,91	0,15/0,18	12,12/14,54	69/82,8	537
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,56/0,56	11,44/11,44	57,14/57,14	114
	Хлеб ржаной	30/35	3,38/3,94	1,12/1,4	19,11/30,87	44,66/69,47	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>560/705</b>	<b>15,25/18,22</b>	<b>16,64/19,97</b>	<b>69,15/91,4</b>	<b>507,46/633,88</b>	
<b>Полдник</b>	Печенье	36/40	1,37/2,42	1,7/2,39	14/17,68	76,6/111,95	609
	Молоко кипяченое	150/180	4,23/5,08	4,7/5,64	7,02/8,42	90,75/108,9	534
	Свежие фрукты (яблоко)	250/250	1/1	1/1	24,5/24,5	117,5/117,5	386
<b>Итого за Полдник</b>		<b>436/470</b>	<b>6,6/8,5</b>	<b>7,4/9,03</b>	<b>45,52/50,6</b>	<b>284,85/338,35</b>	
<b>Ужин</b>	Кулеш рисовый молочный с маслом	180/200	7,48/10,33	6,99/11,15	19,79/35,01	123,29/238,29	272
	Чай с сахаром и лимоном	200/200	1,23/1,23	3,45/3,45	22,06/22,06	177,07/177,07	503
	Хлеб пшеничный	20/20	1,76/1,76	0,72/0,72	11,44/11,44	57,14/57,14	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>10,47/13,32</b>	<b>11,16/15,75</b>	<b>53,29/68,51</b>	<b>357,5/472,5</b>	
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1791/2100</b>	<b>41,14/51,3</b>	<b>45,0/57,15</b>	<b>210,31/265,04</b>	<b>1418,34/1786,73</b>	

<b>Итого за весь период</b>	<b>16302/19715</b>	<b>421,67/535,39</b>	<b>461,1/590,93</b>	<b>2053,42/2593,92</b>	<b>14053,28/17677,97</b>
<b>Среднее значение за период</b>		<b>42,16/53,54</b>	<b>46,11/59,1</b>	<b>205,34/259,4</b>	<b>1405,33/1767,8</b>

<p>ПРОШИТО, ПРОНУМЕРОВАНО, СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ 11 (ОДИННАДЦАТЬ) ЛИСТОВ ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 222» _____ И.Н. ДРОНОВА</p>	<p>ПРОШИТО, ПРОНУМЕРОВАНО, СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ 11 (ОДИННАДЦАТЬ) ЛИСТОВ ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 222» _____ И.Н. ДРОНОВА</p>
<p>ПРОШИТО, ПРОНУМЕРОВАНО, СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ 11 (ОДИННАДЦАТЬ) ЛИСТОВ ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 222» _____ И.Н. ДРОНОВА</p>	<p>ПРОШИТО, ПРОНУМЕРОВАНО, СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ 11 (ОДИННАДЦАТЬ) ЛИСТОВ ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 222» _____ И.Н. ДРОНОВА</p>

