

УТВЕРЖДЕНО:  
приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад № 222»  
от 28.10.2024 № 134 осн.  
\_\_\_\_\_ И.Н. Дронова

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

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	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>8,07/10,56</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	103,12/156,13	149
	Плов из риса и отварной говядины	150/180	1,8/2,16	7,55/9,38	15,79/24,61	159,4/192,61	375
	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>	
	Печенье	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>	Каша ячневая молочная с маслом	180/200	6,43/8,07	5,69/8,29	25,92/42,81	163,65/255,88	434
	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	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/420</b>	<b>13,31/16,88</b>	<b>13,06/18,4</b>	<b>54,63/78,59</b>	<b>377,79/540</b>	
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1590/1855</b>	<b>42/54</b>	<b>47/60</b>	<b>203/261</b>	<b>1400/1800</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
	Кофейный напиток с 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	87,74/93,83	88
	Куры отварные порционные	60/70	5,85/6,82	7,73/9,02	0,27/0,32	108,26/127,97	317
	Горошница с маслом гарнир	120/150	4,81/6,02	2,95/3,69	20,23/25,29	138,64/165,8	422
	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	127,0/127,0	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>245,5/283,5</b>	
<b>Ужин</b>	Творожно-рисовая запеканка	180/200	4,72/8,71	10,31/13,67	18,39/31,81	149,51/208,59	250
	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 сахаром	200/200	1,07/1,07	3,25/3,25	11,19/11,19	83,19/83,19	413
	Хлеб пшеничный	20/20	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>430/470</b>	<b>11,01/16,1</b>	<b>14,3/17,7</b>	<b>58,25/76,51</b>	<b>397,5/496,6</b>	
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1580/1960</b>	<b>42,82/54,64</b>	<b>47,12/60,7</b>	<b>203,85/261,77</b>	<b>1401,5/1808,0</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	2,68/3,78	1,29/1,72	12,68/16,87	112,07/156,57	268
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180/200	5,26/5,85	4,34/6,36	19,84/22,04	82,78/91,98	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>9,6/12,1</b>	<b>9,85/12,6</b>	<b>42,6/54,0</b>	<b>280,3/360,2</b>	
<b>Обед</b>	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	150/200	2,24/2,99	4,68/6,25	6,12/8,16	71,39/102,21	136
	Тефтели из говядины с рисом («ежики»)	70/80	5,04/5,76	6,12/7	8,08/9,23	132,23/151,11	304
	Картофельное пюре	120/150	3,04/3,8	4,18/5,22	23,73/29,66	139,07/173,84	339
	Компот из сухофруктов + Вит. «С»	150/200	0,06/0,08	0,02/0,03	7,15/9,53	28,7/38,26	394
	Хлеб пшеничный	20/30	1,76/2,64	0,56/0,84	11,44/17,16	57,14/85,71	114
	Хлеб ржаной	30/35	2,25/2,62	0,75/0,88	14,7/17,15	74,43/86,84	115
<b>Итого за Обед</b>		<b>570/745</b>	<b>15,32/19,44</b>	<b>16,37/20,32</b>	<b>73,17/94,14</b>	<b>514,5/657,17</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка домашняя	60/60	1,64/1,64	2,6/2,6	4,1/4,1	70,34/70,34	583
	Молоко кипячённое	150/200	4,23/5,64	4,7/5,0	7,02/9,4	90,75/110	534
	Фрукты (яблоко)	250/250	1/1	1/1	24,5/24,5	117,5/117,5	386
<b>Итого за Полдник</b>		<b>460/510</b>	<b>6,62/7,72</b>	<b>8,3/8,6</b>	<b>30,45/38,0</b>	<b>278,59/297,84</b>	
<b>Ужин</b>	Макароны отварные с маслом	180/220	3,1/5,19	6,12/10,48	30,46/45,9	124,76/211,36	219
	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	1,76/2,2	0,56/0,7	11,44/14,3	57,14/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>410/455</b>	<b>10,9/14,79</b>	<b>12,67/18,7</b>	<b>57,2/75,5</b>	<b>367,5/486,78</b>	
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1795/2145</b>	<b>42,44/54,05</b>	<b>47,19/60,22</b>	<b>203,42/261,64</b>	<b>1440,89/1801,99</b>	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	10
	Каша кукурузная 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	87
	Котлета из мяса говядины	60/70	3,64/4,36	7,48/9,56	4,68/5,46	117,01/136,51	299
	Перловый гарнир	120/150	2,14/2,68	1,82/2,27	3,76/4,7	21,09/26,37	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	396
	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>16,45/22,05</b>	<b>74,6/95,9</b>	<b>514,5/661,5</b>	
<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>	Рыба припущенная (минтай)	180/230	8,27/11,44	13,05/15,45	19,41/34,63	242,86/347,86	179
	Овощи тушеные	150/150	1,3/1,3	2,33/2,91	5,03/6,29	173,99/173,99	143
	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	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,47/14,64</b>	<b>13,75/16,15</b>	<b>53,99/69,01</b>	<b>381,78/486,78</b>	
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1555/1910</b>	<b>44,33/56,72</b>	<b>47/60,2</b>	<b>203,09/260,09</b>	<b>1410,5/1809,78</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 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
	Гуляш из отварного сердца говядины	150/180	6,03/7,26	9,01/10,2	7,41/8,9	168,15/201,78	382
	Гречневый гарнир	30/50	0,21/0,35	2,27/3,79	0,9/1,43	15,93/26,54	246
	Компот из сухофруктов + Вит. «С»	150/200	0,06/0,08	0,02/0,03	7,15/9,53	28,7/38,26	394
	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>	
	Кулеш пшеничный на молоке	180/230	8,53/11,7	8,53/12,6	20,79/35,0	132,39/247,79	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	1,76/2,2	0,56/0,7	11,44/14,3	57,14/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,03/14,2</b>	<b>12,54/16,75</b>	<b>54,29/68,5</b>	<b>366,6/496,28</b>	
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1771/2085</b>	<b>43,02/55,49</b>	<b>47,01/60,7</b>	<b>203,46/260,31</b>	<b>1456,9/1804,37</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	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>8,96/10,8</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	104,85/156,45	73
	Жаркое по-домашнему из отварной говядины	150/180	8,0/10,08	13,17/16,41	13,85/20,27	158,17/181,79	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	5,58/9,68	8,86/12,44	23,7/38,91	157,48/290,48	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	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/420</b>	<b>11,1/15,2</b>	<b>12,5/16,08</b>	<b>53,3/68,51</b>	<b>377,7/510,5</b>	
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1505/1825</b>	<b>42,08/54,4</b>	<b>47,07/60,08</b>	<b>207,55/260,31</b>	<b>1406,5/1806,0</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
	Кофейный напиток с 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	102/120,48	86
	Бигус из отварной говядины	150/180	5,99/8,27	6,49/8,97	26,07/30,63	174,21/179,08	371
	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>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 ванильная	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	6,03/11,53	7,3/12,0	22,83/38,02	193,01/363,73	251
	Ягода, протертая с сахаром	30/30	1,07/1,07	1/1	6,15/6,15	34,16/34,16	387
	Чай с сахаром	200/200	1,07/1,07	3,25/3,25	11,19/11,19	83,19/83,19	413
	Хлеб пшеничный	20/20	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>10,37/13,67</b>	<b>12,25/16,95</b>	<b>54,47/69,66</b>	<b>397,5/552,5</b>	
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1520/1900</b>	<b>42,87/54,53</b>	<b>47,26/60,15</b>	<b>203,67/261,47</b>	<b>1411,6/1812,5</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 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
	Компот из сухофруктов + Вит. «С»	150/200	0,55/0,74	0,78/1,04	10,96/14,61	42,98/57,31	394
	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>	Булочка посыпная	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>	Морковная лакомка	180/220	4,94/7,91	8,2/11,71	17,54/36,76	117,32/250,32	157
	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	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>400/450</b>	<b>11,53/14,5</b>	<b>12,84/16,35</b>	<b>53,29/72,51</b>	<b>371,5/504,5</b>	
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1800/2145</b>	<b>42,41/54,16</b>	<b>47,38/60,45</b>	<b>206,32/260,42</b>	<b>1400,5/1800,5</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
	Кофейный напиток с 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	78,65/4,86	63-1
	Котлета куриная	60/70	4,37/4,48	9,37/11,04	3,5/3,95	89,13/118,79	273
	Картофельное пюре	120/150	2,23/2,78	2,95/4,24	8,13/10,17	173,84/139,07	339
	Кисель из протертых ягод + Вит. «С»	150/200	0,78/1,04	0,71/0,95	22,14/24,52	89,03/117,7	396
	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	12,07/12,07	20,0/20,0	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
	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	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	114
<b>Итого за Ужин</b>		<b>450/450</b>	<b>13,58/14,83</b>	<b>15,1/15,7</b>	<b>55,3/63,03</b>	<b>417,5/482,48</b>	
<b>Итого за 9 день</b>		<b>1545/1910</b>	<b>42,79/54,42</b>	<b>47,96/60,08</b>	<b>203,9/260,8</b>	<b>1407,02/1810</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
	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>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
	Макароны отварные гарнир	120/150	2,01/2,51	4,15/5,19	18,0/22,5	149,99/187,48	335
	Компот из сухофруктов + Вит. «С»	150/200	0,55/0,74	0,78/1,04	10,96/14,61	42,98/57,31	394
	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
	Чай с сахаром	150/180	4,23/5,08	4,7/5,64	7,02/8,42	90,75/108,9	411
	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	180/220	7,48/10,33	6,99/11,15	19,79/35,01	108,67/198,29	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	2,2/2,2	0,7/0,7	14,3/14,3	71,42/71,42	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>357,16/502,5</b>	
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1791/2105</b>	<b>42,14/54,3</b>	<b>47,0/60,15</b>	<b>210,31/265,04</b>	<b>1418,34/1816,73</b>	
<b>Итого за весь период</b>		<b>16302/19715</b>	<b>421,67/545,39</b>	<b>471,1/600,93</b>	<b>2053,42/2633,92</b>	<b>14053,28/18177,97</b>	
<b>Среднее значение за период</b>			<b>42,16/54,54</b>	<b>47,11/60,1</b>	<b>205,34/260,4</b>	<b>1405,33/1817,8</b>	



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