

Менюготавливаемых блюд**Рацион: 7-11.Года. Новое****Неделя: 1****День: понедельник**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	200	3,82	5,02	19,08	136,78	228,01
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке	200	3,64	3,52	18	115,72	10 018
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	20	1,36	0,26	7,96	40,2	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
Итого за Завтрак 1		505	16,09	21,44	78,55	570,3	
Завтрак 2							
	Апельсин	220	1,98	0,44	17,82	94,6	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2		420	2,98	0,64	38,02	186,6	
Обед							
	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом рец. 1 (Обычный)	120	1,86	6,7	11,24	113,9	45
	Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом рец. 2 (Сезонный)	110	1,17	7,87	3,98	93,25	40
	Уха ростовская рец. 2	310	17,45	5,67	81,56	449,93	119
	Пюре картофельное	270	16,09	12,5	162,49	830,41	362
	Азу из мяса отварного	130	20,62	23,02	6,75	316,95	300
	Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
	Шоколад порционный	20	1,56	6,92	9,62	107,4	503
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
Итого за Обед		1 260	67,97	65,66	355,88	2300,25	
Полдник							
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой и яйцом собственного производства	90	7,34	5,24	35,92	220,71	476,02
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	180	1,12	0,07	17,3	75,28	412,02
Итого за Полдник		270	8,46	5,31	53,22	295,99	
Ужин							
	Салат из свеклы с сыром	90	3,19	3,16	6,58	68,58	1 034
	Рис припущенный с овощами	140	3,18	5,88	30,8	189,07	13 034
	Рыба (филе), запеченная под соусом для ДП	260	52	24,8	10,4	474,71	7 062
	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	14,22	58,24	431
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	45	3,38	1,31	23,13	117,9	480
Итого за Ужин		760	63,65	35,52	95,08	958,75	
Ужин 2							
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день		3 415	164,95	133,57	629,15	4419,89	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога с изюмом	120	20,03	13	23,8	296,44	6 009
	Соус абрикосовый	30	0,17	0,01	19,65	79,48	399
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	12	2,78	3,54		43,68	13
	Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Итого за Завтрак 1	467	33,91	30,35	104,6	834,29	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
	Итого за Завтрак 2	400	1,8	0,8	40,8	186	
Обед	Винегрет овощной рец. 1	115	2,92	11,67	22,52	207,79	72,01
	Суп-пюре из цветной капусты	320	7,33	5,41	41,31	244,7	2 057
	Сухарики из хлеба пшеничного	30	3,22	1,25	22,05	112,4	156
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,57	8,09	38,63	261,08	354
	Печень по-строгановски	130	17,34	6,6	5,51	151,81	302
	Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (смородина)	180	0,18	0,05	15,05	62,44	415
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	80	5,44	1,04	31,84	160,8	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	507
	Итого за Обед	1 065	48,16	35,29	213,43	1371,02	
Полдник	Оладьи с яблоками	80	5,82	4,5	24,94	164	475
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	0,06	17,04	77,7	9 004
	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	200	0,2	0,06	16,72	69,38	415
	Итого за Полдник	310	8,27	4,62	58,7	311,08	
Ужин	Огурцы свежие (Обычный)	80	0,56	0,08		8,8	6
	Огурцы консервированные без уксуса (Сезонный)	60	0,48	0,06	1,02	7,8	13 035
	Картофельная запеканка с овощами	280	19,29	14,08	191,6	975,07	13 029
	Птица отварная (цыплята)	120	31,3	31,58	0,4	410,38	341
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	45	3,38	1,31	23,13	117,9	480
	Чай с молоком	200	1,5	1,6	14,32	77,88	432
	Итого за Ужин	810	58,21	49,04	240,42	1648,08	
Ужин 2	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Итого за Ужин 2	200	6	6,4	9,4	120	
Итого за день		3 252	156,35	126,5	667,35	4470,47	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Омлет с сыром запеченный	100	11,82	14,94	1,67	189,09	254
	Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Итого за Завтрак 1	510	42,49	30,71	84,45	788,34	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Банан	200	3	1	42	192	0,1
	Виноград (Июнь-август)	200	1,2	1,2	30,8	144	6
	Итого за Завтрак 2	600	5,2	2,4	93	428	
Обед	Салат из редиса с соусом для ДП	90	2,88	2,57	2,65	46,39	1 015
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	310	5,15	6,48	29,67	198,25	83
	Жаркое по-домашнему (говядина)	320	53,73	45,02	177,7	1334,27	294
	Отвар из шиповника с сахаром	200	0,48	0,2	12,76	63,7	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Мармелад	18	0,02		14,29	57,78	456
	Итого за Обед	1 058	70,98	57,11	294,11	1990,39	
Полдник	Ватрушка с творогом собственного приготовления	80	11,02	10,94	35,01	283,78	477
	Компот из плодов быстрозамороженных (клубника) .	180	0,07	0,02	31,68	124,15	10 103
	Итого за Полдник	260	11,09	10,96	66,69	407,93	
Ужин	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	90	0,94	1,34	8,3	51,83	55
	Салат из капусты цветной отварной с огурцом, зеленым салатом (Обычный)	90	0,97	24,64	1,36	232,62	1
	Рагу из овощей	250	6,88	8,33	47	292,4	175
	Котлеты или биточки рыбные собственного производства	120	16,38	9,7	20,87	236,2	279
	Фиточай цветочный	200			13,98	55,96	10 021,01
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Итого за Ужин	815	29,87	45,5	122,02	1024,06	
Ужин 2	Йогурт питьевой	200	5,6	4,8	28,6	178	439
	Итого за Ужин 2	200	5,6	4,8	28,6	178	
Итого за день		3 443	165,23	151,48	688,87	4816,72	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша вязкая с тыквой (пшено)	230	8,4	8,97	44,55	293,34	222
	Изделие деликатесное из мяса (ветчина) для детского питания	25	12,57	4,43		90	17,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке	200	3,64	3,52	18	115,72	10 018
Итого за Завтрак 1		560	31,56	26,92	107,42	797,51	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
Итого за Завтрак 2		400	1,8	0,8	40,8	186	
Обед							
	Салат из кальмаров с яблоками	150	19,32	5,22	7,8	158	66
	Щи по-уральски (с крупой) на курином бульоне	310	3,94	6,23	9,36	112,1	99
	Птица отварная (цыплята) к первому блюду	30	7,23	7,3	0,15	95,01	341
	Рис отварной	150	3,63	7,53	37,83	233,64	355
	Соус томатный	50	0,76	4,76	3,12	58,84	381
	Котлеты рубленые из птицы (филе куриное)	85	14,28	16,18	15,23	263,54	322
	Компот из апельсинов или мандаринов	180	0,3	0,03	30,62	129,52	411
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
	Печенье	50	3,85	4,55	35,45	198	509,01
Итого за Обед		1 115	61,28	54,35	191,46	1512,45	
Полдник							
	Лепешки картофельные.	100	8,98	6,6	74,4	394,24	176
	Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
	Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
Итого за Полдник		380	27,68	7,24	111,6	630,65	
Ужин							
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	90	0,97	9,14	7,7	118,7	8
	Салат зеленый огурцами и помидорами. (Сезонный)	120	1,08	5,81	2,28	71,45	35
	Картофель тушенный с луком рец.3	260	15,37	9,44	162,58	800,57	8 010
	Мясо отварное	105	31,56	27,06	0,67	371,93	289
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Фиточай цветочно-травяной	200					10 024,01
	Сахар	6			5,99	23,94	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	35	2,63	1,02	17,99	91,7	480
Итого за Ужин		841	53,31	52,8	207,16	1528,54	
Ужин 2							
	Кефир детский	200	5,8	6,4	8	118	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	6,4	8	118	
Итого за день		3 496	181,43	148,51	666,44	4773,15	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суфле творожное запеченное рец. 2	110	17,66	11,08	14,93	233,32	267
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	0,06	17,04	77,7	9 004
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Чай с молоком с сахаром 1	200	1,52	1,5	12,18	67,5	432,03
Итого за Завтрак 1		445	28,38	22,64	89,02	676,97	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Яблоки	240	0,96	0,96	23,52	112,8	6
Итого за Завтрак 2		440	1,96	1,16	43,72	204,8	
Обед							
	Сельдь с луком и растительным маслом	120	15,17	22,99	0,84	271,64	13 023
	Щи из шпината со сметаной	310	7,9	5,78	57,86	318,23	98
	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	30	2,54	2,3	0,14	31,4	261
	Пюре картофельное	260	15,5	12,04	156,47	799,66	362
	Тефтели мясные.	90	14,04	20,93	19,28	322,09	317,01
	Соус молочный	50	2,97	5,89	7,37	94,71	384
	Кисель из ягод свежемороженых (брусника)	180	0,13	0,09	16,09	66,73	10 037
	Пастила	20	0,1		16	64,8	1
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
Итого за Обед		1 170	66,32	72,57	325,95	2233,06	
Полдник							
	Оладьи с яблоками	80	5,82	4,5	24,94	164	475
	Соус сметанный	30	0,46	1,17	1,73	19,44	387
	Какао с молоком рец. 2	200	3,98	3,8	16,28	116,24	10 053
Итого за Полдник		310	10,26	9,47	42,95	299,68	
Ужин							
	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного	90	1,31	4,59	6,1	71,32	59
	Макароны, запеченные с сыром	130	8,13	10,65	30,93	252,84	248
	Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски) для школьного питания отварные	100	10,4	20,1	0,8	226	340
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	200	1,24	0,08	19,22	83,64	412,02
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
Итого за Ужин		585	25,78	36,91	87,56	788,85	
Ужин 2							
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день		3 150	138,5	147,75	597,6	4311,36	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 1

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Омлет натуральный, запеченный	110	11,48	12,27	2,16	164,92	253
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	1,2	0,6	10,58	47,1	433
Итого за Завтрак 1		520	38,21	23,52	74,18	661,57	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Мандарин (Сезонный)	200	1,6	0,4	15	76	0,1
	Виноград (Обычный)	200	1,2	1,2	30,8	144	6
Итого за Завтрак 2		600	3,8	1,8	66	312	
Обед							
	Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	110	1,06	6,75	1,83	75,52	35
	Суп с клецками на мясном бульоне	310	11,01	3,26	52,82	284,67	2 074
	Запеканка картофельная с мясом отварным	250	37,58	25,83	159,43	1023,48	332
	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	180	0,18	0,05	15,05	62,44	415
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Вафли с фруктово-ягодными начинками	40	1,12	1,32	30,92	141,6	508
Итого за Обед		1 010	59,67	40,05	317,09	1877,71	
Полдник							
	Чай с молоком	200	1,5	1,6	14,32	77,88	432
	Блины с медом	80	6,61	7,42	32,31	222,94	465,03
	Соус клюквенный	25	0,02	0,01	3,69	15,16	400
Итого за Полдник		305	8,13	9,03	50,32	315,98	
Ужин							
	Икра из баклажанов собственного производства	120	1,93	6,16	7,9	95,48	75
	Шницель рыбный натуральный	160	25,73	14,77	16,61	302,06	285
	Картофель в молоке.	220	10,23	7,33	110,35	550,57	161
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	14,22	58,24	431
Итого за Ужин		765	42,79	29,79	179,59	1161,4	
Ужин 2							
	Йогурт питьевой	200	5,6	4,8	28,6	178	439
Итого за Ужин 2		200	5,6	4,8	28,6	178	
Итого за день		3 400	158,2	108,99	715,78	4506,66	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 1

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша вязкая на молоке (гречневая).	250	7,93	7,93	43,25	275,6	221
	Бутерброды с сыром	45	19,43	35,98	32,22	532,33	4
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
Итого за Завтрак 1		590	39,38	51,23	141,58	1185,18	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Груши	180	0,72	0,54	18,54	84,6	0,1
Итого за Завтрак 2		380	1,72	0,74	38,74	176,6	
Обед							
	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром) (Обычный)	110	1,3	7,79	10,2	117,43	52
	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	110	1,14	1,64	10,14	63,35	55
	Суп картофельный с изделиями макаронными на курином бульоне	310	9,08	3,16	77,56	376,68	116,02
	Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном	210	9,05	9,77	22,58	215,9	211
	Птица отварная (цыплята)	110	28,69	28,95	0,36	376,18	341
	Отвар из шиповника с сахаром	180	0,43	0,18	11,48	57,33	408,01
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Шоколад порционный	20	1,56	6,92	9,62	107,4	503
Итого за Обед		1 170	59,97	61,25	198,98	1604,27	
Полдник							
	Колбаска детская (сосиска), запеченная в дрожжевом тесте собственного пр.	110	12,18	16,08	31,77	320,79	1 009
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,16	0,12	14,1	58,72	409,02
Итого за Полдник		310	12,34	16,2	45,87	379,51	
Ужин							
	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	90	1,03	4,66	3,31	61,34	37
	Картофель отварной	200	12,8	6,86	136,62	662,22	160
	Суфле паровое из рыбы (филе) отварной	170	30,29	14,79	6,94	281,61	278
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	180	0,11	0,04	11,52	48,64	415,04
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
Итого за Ужин		705	48,93	27,84	188,9	1208,86	
Ужин 2							
	Кефир детский	200	5,8	6,4	8	118	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	6,4	8	118	
Итого за день		3 355	168,14	163,66	622,07	4672,42	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога	120	19,7	12,89	21,14	283,38	267
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами	60	4,5	1,74	30,84	157,2	13 002
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке	200	3,64	3,52	18	115,72	10 018
	Изделие деликатесное из мяса (ветчина) для детского питания	30	15,09	5,31		108	17,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Соус сметанный	25	0,38	0,98	1,44	16,2	387
	Итого за Завтрак 1	480	45,76	32,7	85,45	821,75	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,6	6
	Итого за Завтрак 2	380	1,72	0,92	37,84	176,6	
Обед	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с соусом салатным	100	7,3	1,8	3,69	60,14	67
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	310	5,15	6,48	29,67	198,25	83
	Изделия макаронные группы А отварные	140	5,48	4,03	33,32	191,57	246
	Мясо тушенное в томатном соусе, с маслом растительным	140	24,92	27,3	8,26	378	297
	Кисель из ягод свежемороженых (клюква) густой.	180	0,11	0,04	18,49	76,3	421
	Мармелад	36	0,04		28,58	115,56	456
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Итого за Обед	1 026	51,72	42,49	179,05	1309,82	
Полдник	Пирожки печеные из теста дрожжевого с рисом и яйцом	80	6,6	4,22	36,52	210,63	13 031
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	180	1,12	0,07	17,3	75,28	412,02
	Итого за Полдник	260	7,72	4,29	53,82	285,91	
Ужин	Салат - коктейль овощной	90	1,86	12,03	3,84	133,91	31
	Рагу из птицы	270	28,05	25,54	94,53	722,93	342
	Чай черный	200	0,2	0,06	0,04		430
	Сахар	10			9,98	39,9	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Итого за Ужин	635	34,81	39,12	138,9	1051,79	
Ужин 2	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2	439
Итого за Ужин 2	180	5,22	4,5	7,56	97,2		
Итого за день		2 961	146,95	124,02	502,62	3743,07	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	200	3,82	5,02	19,08	136,78	228,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	12	2,78	3,54		43,68	13
	Биойогурт с м.д.ж.2,0%-3,5%(без добавок)	125	5	1,88	17,88	112,5	16
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	55	4,13	1,6	28,27	144,1	480
	Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
	Итого за Завтрак 1	637	22,16	24,1	95,54	694,55	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
	Итого за Завтрак 2	400	1,8	0,8	40,8	186	
Обед	Сельдь с зеленым луком	110	12,27	22,68	0,99	257,82	927
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	280	10,47	5,1	73,02	381,44	115,05
	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами с маслом растительным (рец 3)	250	25,45	19,98	132,73	816,1	198
	Котлеты мясные рубленые, запеченные в соусе молочном	110	30,22	41,1	23,33	585,3	309
	Соус молочный для запекания (овощей, мяса, рыбы)	30	1,09	2,16	2,7	34,66	386
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,24	0,24	17,86	76,1	409
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	507
	Итого за Обед	1 110	87,87	93,83	318,49	2480,42	
Полдник	Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой и яйцом собственного производства	80	6,52	4,66	31,93	196,18	476,02
	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	180	0,7	0,11	23,33	98,48	412,01
	Итого за Полдник	260	7,22	4,77	55,26	294,66	
Ужин	Салат из отварной моркови с яблоками с соусом салатным диабет (Сезонный)	100	0,93	0,83	6,91	41,19	51,01
	Салат из моркови с яблоками с черносливом рец.1 (Обычный)	100	1,02	14,14	8,92	168,44	51
	Рис отварной	130	3,15	6,53	32,79	202,49	355
	Рыба (филе), тушеная в томате с овощами	120	15,55	10,8	5,26	180,56	274
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Фиточай цветочно-плодово-травяной	200			12,98	51,88	10 022
	Итого за Ужин	715	25,35	33,79	97,37	799,61	
Ужин 2	Йогурт питьевой	180	5,04	4,32	25,74	160,2	439

Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
Итого за Ужин 2	200	5,6	4,98	41,2	231	
Итого за день	3 322	150	162,27	648,66	4686,24	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша вязкая на молоке (пшениная)..	200	9,68	11,38	34,56	280,14	221,02
	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами (филе лососевых м/с для детского питания)	65	9,75	3,91	13,36	127,79	10
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
Итого за Завтрак 1		575	31,9	30,56	116,7	869,18	
Завтрак 2							
	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,6	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2		380	1,72	0,92	37,84	176,6	
Обед							
	Салат зеленый огурцами и помидорами.	110	0,99	5,32	2,09	65,49	35
	Суп рыбный (консервы лососевые)	310	17,05	6,88	73,94	427,52	2 017
	Картофель тушеный с луком рец.3	250	14,78	9,08	156,33	769,78	8 010
	Рыба (филе), запеченная под соусом для ДП	130	26	12,4	5,2	237,35	7 062
	Кисель из ягод свежемороженных (клюква) густой.	200	0,12	0,04	20,54	84,78	421
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Мармелад	36	0,04		28,58	115,56	456
Итого за Обед		1 156	67,7	36,56	343,72	1990,48	
Полдник							
	Сырники из творога собственного производства	90	16,52	9,33	19,62	231,81	263
	Соус абрикосовый	35	0,2	0,01	22,92	92,72	399
	Компот из плодов свежих витаминизированный (лимон)	180	0,2	0,02	20,41	86,35	10 034
Итого за Полдник		305	16,92	9,36	62,95	410,88	
Ужин							
	Салат картофельный с горошком зеленым с соусом салатным	140	3,95	1,37	31,25	156,23	9
	Капуста тушеная	190	4,64	7,75	19,04	167,14	170
	Соус томатный	25	0,38	2,38	1,56	29,42	381
	Ежики мясные	130	17,54	6510,48	9,93	58697,51	527
	Отвар из шиповника с сахаром	200	0,48	0,2	12,76	63,7	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин		750	31,69	6523,67	105,05	59269,05	
Ужин 2							
	Кефир детский	180	5,22	5,76	7,2	106,2	439
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
Итого за Ужин 2		200	6,76	7,58	21,38	185,4	
Итого за день		3 366	156,69	6608,65	687,64	62901,59	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Омлет натуральный, запеченный	110	11,48	12,27	2,16	164,92	253
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	8	1,86	2,36		29,12	13
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	1,2	0,6	10,58	47,1	433
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Итого за Завтрак 1	428	21,87	25,38	60,18	552,69	
Завтрак 2	Апельсин (Сезонный)	200	1,8	0,4	16,2	86	6
	Виноград (Обычный)	200	1,2	1,2	30,8	144	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Итого за Завтрак 2	600	4	1,8	67,2	322	
Обед	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	110	1,57	6,8	2,13	76,24	33
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	110	1,19	11,17	9,42	145,08	8
	Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	310	8,62	6,36	72,82	385,52	104,01
	Рагу из овощей	210	5,27	6,99	39,71	244,55	374,02
	Птица отварная (цыплята)	90	23,47	23,69	0,3	307,78	341
	Соус томатный	40	0,6	3,81	2,49	47,07	381
	Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
	Шоколад порционный	20	1,56	6,92	9,62	107,4	503
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Итого за Обед	1 190	51,5	68,72	216,73	1702,05	
	Полдник	Пирожки печеные из теста дрожжевого с картофелем и луком	90	8,25	4,05	54,77	289,17
Молоко ультрапастеризованное обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		290	14,25	10,45	64,17	409,17	
Ужин	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного	90	1,31	4,59	6,1	71,32	59
	Картофель в молоке.	180	8,37	5,99	90,29	450,47	161
	Шницель рыбный натуральный	140	22,51	12,92	14,53	264,31	285
	Чай зеленый с сахаром	200	0,14	0,04	14	55,86	430,02
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Итого за Ужин	675	37,03	25,03	155,43	997,01	
Ужин 2	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2	439
Итого за Ужин 2	180	5,22	4,5	7,56	97,2		
Итого за день		3 363	133,87	135,88	571,27	4080,12	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша жидкая на молоке (рисовая)	250	9,3	7,43	46,33	290,13	228
	Чай с молоком с сахаром 1	200	1,52	1,5	12,18	67,5	432,03
	Изделия колбасные вареные (колбаса) Докторская отварная	20	2,56	4,44	0,3	51,4	15
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Итого за Завтрак 1	585	21,08	23,66	108,82	733,68	
Завтрак 2	Банан	200	3	1	42	192	0,1
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Итого за Завтрак 2	400	4	1,2	62,2	284	
Обед	Огурцы консервированные без уксуса	60	0,48	0,06	1,02	7,8	13 035
	Суп с клецками на мясном бульоне	310	11,01	3,26	52,82	284,67	2 074
	Пюре картофельное	260	15,5	12,04	156,47	799,66	362
	Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	150	24,74	28,33	8,01	386,13	298
	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	180	0,7	0,11	23,33	98,48	412,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
Итого за Обед	1 080	61,15	46,64	298,69	1866,74		
Полдник	Ватрушка с сыром собственного производства	100	12,6	14,35	32,69	311,73	12 008
	Компот из плодов свежих (груши)	180	0,14	0,11	12,69	52,85	409,02
	Итого за Полдник	280	12,74	14,46	45,38	364,58	
Ужин	Салат из редиса с соусом салатным	100	1,87	1,44	3,11	34,28	43,01
	Картофель отварной	100	6,4	3,43	68,31	331,11	160
	Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски) для школьного питания отварные	100	10,4	20,1	0,8	226	340
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Фиточай цветочно-травяной	200					10 024,01
	Сахар	10			9,98	39,9	0,1
	Итого за Ужин	575	23,37	26,46	112,71	786,34	
Ужин 2	Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
	Йогурт питьевой	1810	50,68	43,44	258,83	1610,9	439
	Итого за Ужин 2	1 830	51,24	44,1	274,29	1681,7	
Итого за день		4 750	173,58	156,52	902,09	5717,04	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суфле творожное запеченное рец. 2	110	17,66	11,08	14,93	233,32	267
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
	Итого за Завтрак 1	425	29,34	25,17	81,22	674,21	
Завтрак 2							
	Мандарин (Обычный)	210	1,68	0,42	15,75	79,8	0,1
	Виноград (Сезонный)	210	1,26	1,26	32,34	151,2	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2		620	3,94	1,88	68,29	323	
Обед							
	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	110	1,25	5,7	4,05	74,97	37
	Сухарики из хлеба пшеничного	25	2,68	1,04	18,38	93,67	156
	Суп-пюре из горошка зеленого	310	5,05	9,58	15,81	170,22	144
	Изделия макаронные группы А отварные	180	7,04	5,18	42,84	246,3	246
	Котлеты рубленные из птицы запеченные с соусом молочным.	110	20,27	39,07	17,65	504,24	350
	Соус молочный	30	1,78	3,54	4,42	56,82	384
	Кисель из черной смородины	180	0,11	0,04	17,91	74,5	418
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Мармелад	18	0,02		14,29	57,78	456
	Итого за Обед		1 083	46,92	66,99	192,39	1568,5
Полдник							
	Блины с медом	80	6,61	7,42	32,31	222,94	465,03
	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,56	0,16	25,78	109,34	412
Итого за Полдник		280	7,17	7,58	58,09	332,28	
Ужин							
	Икра из баклажанов собственного производства	90	1,45	4,62	5,92	71,61	75
	Голубцы с мясом и с рисом тушеные	240	18,5	21,02	19,7	343,87	336
	Картофель отварной	100	6,4	3,43	68,31	331,11	160
	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	14,22	58,24	431
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
Итого за Ужин		695	31,25	30,6	138,66	959,88	
Ужин 2							
	Кефир детский	180	5,22	5,76	7,2	106,2	439
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
Итого за Ужин 2		200	6,76	7,58	21,38	185,4	
Итого за день		3 303	125,38	139,8	560,03	4043,27	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 2

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Омлет с горошком зеленым запеченный	100	7,36	7,03	4,68	111,38	257
	Бутерброд горячий с колбасой и сыром с пшен.хлебом	50	5,83	10,8	9,67	159,7	468
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Итого за Завтрак 1	455	25,63	29,2	83,08	696,88	
Завтрак 2	Груши	230	0,92	0,69	23,69	108,1	0,1
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Итого за Завтрак 2	430	1,92	0,89	43,89	200,1	
Обед	Винегрет овощной рец. 1	110	2,79	11,17	21,54	198,76	72,01
	Суп с изделиями макаронными группы А на бульоне из птицы	310	4,62	5,49	19,38	146,04	128
	Рис припущенный с овощами	180	4,09	7,56	39,6	243,09	13 034
	Компот из плодов быстрозамороженных (клубника) .	180	0,07	0,02	31,68	124,15	10 103
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Птица отварная (цыплята)	110	28,69	28,95	0,36	376,18	341
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	507
Итого за Обед	1 030	49,14	56,05	185,56	1443,42		
Полдник	Оладьи с яблоками	80	5,82	4,5	24,94	164	475
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	0,06	17,04	77,7	9 004
	Отвар из шиповника с сахаром	180	0,43	0,18	11,48	57,33	408,01
	Итого за Полдник	290	8,5	4,74	53,46	299,03	
Ужин	Салат из огурцов свежих	90	0,69	6,39	0,28	67,31	36
	Пюре картофельное	230	13,71	10,65	138,41	707,39	362
	Рыба (филе), тушенная с овощами	120	15,55	10,8	5,26	180,56	274
	Фиточай цветочный	200			13,98	55,96	10 021,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин	705	34,65	29,33	188,44	1166,27		
Ужин 2	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2	439
	Итого за Ужин 2	180	5,22	4,5	7,56	97,2	
Итого за день		3 090	125,06	124,71	561,99	3902,9	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суп молочный с изделиями макаронными	200	6,58	7,2	20,82	175,08	133
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Изделие деликатесное из мяса (ветчина) для детского питания	20	10,06	3,54		72	17,01
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
Итого за Завтрак 1		525	29,08	22,11	89,55	672,88	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Яблоки	210	0,84	0,84	20,58	98,7	6
Итого за Завтрак 2		410	1,84	1,04	40,78	190,7	
Обед							
	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	110	1,25	5,7	4,05	74,97	37
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) на мясном бульоне	310	5,98	7,97	31,43	222,46	108
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,57	8,09	38,63	261,08	354
	Азу из мяса отварного	140	22,2	24,79	7,27	341,33	300
	Компот из апельсинов или мандаринов	180	0,3	0,03	30,62	129,52	411
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Пастила	20	0,1		16	64,8	1
Итого за Обед		1 030	47,12	49,42	185,04	1384,16	
Полдник							
	Лепешки картофельные.	120	10,78	7,92	89,28	473,09	176
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		320	16,78	14,32	98,68	593,09	
Ужин							
	Икра из кабачков для детского питания промышленного производства	120	2,28	10,68	9,24	142,8	57
	Картофель в молоке.	230	10,7	7,66	115,37	575,6	161
	Шницель рыбный натуральный	160	25,73	14,77	16,61	302,06	285
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	200	0,12	0,04	12,8	54,04	415,04
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин		775	43,53	34,64	184,53	1229,55	
Ужин 2							
	Йогурт питьевой	100	2,8	2,4	14,3	89	439
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
Итого за Ужин 2		120	4,34	4,22	28,48	168,2	
Итого за день		3 180	142,69	125,75	627,06	4238,58	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога с изюмом	140	23,37	15,16	27,76	345,84	6 009
	Соус абрикосовый	30	0,17	0,01	19,65	79,48	399
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами (филе лососевых м/с для детского питания)	65	9,75	3,91	13,36	127,79	10
	Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Итого за Завтрак 1	530	43,54	32,75	117,94	947,7	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
	Итого за Завтрак 2	400	1,8	0,8	40,8	186	
Обед	Салат из кальмаров с яблоками (Обычный)	100	12,88	3,48	5,2	105,33	66
	Салат рыбный с капустой морской (Сезонный)	100	6,85	11,7	11,47	180,54	68
	Суп картофельный с сладким перцем на курином бульоне	310	9,11	12,25	72,48	438,93	13 022,02
	Картофель тушеный с луком рец.3	240	14,18	8,71	150,07	738,98	8 010
	Суфле из отварной птицы (цыпленка)	100	16,7	19,22	4,02	255,66	7 027
	Соус томатный	35	0,53	3,33	2,18	41,19	381
	Компот из плодов свежих (груши)	180	0,14	0,11	12,69	52,85	409,02
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
	Итого за Обед	1 185	69,15	62,88	319,05	2130,28	
Полдник	Оладьи с яблоками	80	5,82	4,5	24,94	164	475
	Соус вишневый	60	0,25	0,06	39,17	159,55	400,01
	Кисель из ягод свежемороженых (брусника)	180	0,13	0,09	16,09	66,73	10 037
	Итого за Полдник	320	6,2	4,65	80,2	390,28	
Ужин	Салат картофельный с горошком зеленым с соусом салатным (Сезонный)	160	4,51	1,57	35,71	178,54	9
	Салат из огурцов свежих (Обычный)	120	0,92	8,52	0,37	89,75	36
	Капуста тушеная	160	3,9	6,53	16,03	140,75	170
	Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски) для школьного питания отварные	100	10,4	20,1	0,8	226	340
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30	2,04	0,39	11,94	60,3	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Чай с молоком	200	1,5	1,6	14,32	77,88	432
	Итого за Ужин	810	26,27	39,87	99,73	878,02	
Ужин 2	Кефир детский	180	5,22	5,76	7,2	106,2	439
	Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
	Итого за Ужин 2	200	5,78	6,42	22,66	177	
Итого за день		3 445	152,74	147,37	680,38	4709,28	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Омлет натуральный, запеченный	110	11,48	12,27	2,16	164,92	253
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Колбаса полукопченая для школьного питания порциями	20	2,56	4,44	0,3	51,4	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
	Итого за Завтрак 1	435	26,48	28,08	71,19	642,12	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Апельсин (Обычный)	220	1,98	0,44	17,82	94,6	6
	Виноград (Сезонный)	200	1,2	1,2	30,8	144	6
Итого за Завтрак 2		620	4,18	1,84	68,82	330,6	
Обед	Салат из моркови с изюмом (Обычный)	110	1,3	0,81	14,45	73,65	55
	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	110	1,14	1,64	10,14	63,35	55
	Борщ сибирский на мясном бульоне	310	7,69	5,77	30,01	203,98	85
	Пюре картофельное	240	14,3	11,11	144,43	738,14	362
	Говядина , тушеная с луком орехами и чесноком	150	31,85	58,19	8,36	683,87	295
	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	180	0,18	0,05	15,05	62,44	415
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
	Итого за Обед	1 240	65,74	81,07	294,94	2186,23	
	Полдник	Пирожки печеные из теста дрожжевого с картофелем и луком	120	11	5,4	73,02	385,56
Отвар из шиповника с сахаром		200	0,48	0,2	12,76	63,7	408,01
Итого за Полдник		320	11,48	5,6	85,78	449,26	
Ужин	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	100	1,43	6,18	1,94	69,31	33
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	100	1,08	10,15	8,56	131,89	8
	Рис отварной	150	3,63	7,53	37,83	233,64	355
	Котлеты или биточки рыбные собственного производства	120	16,38	9,7	20,87	236,2	279
	Соус томатный	40	0,6	3,81	2,49	47,07	381
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	14,22	58,24	431
	Итого за Ужин	775	28,02	38,9	116,42	931,4	
Ужин 2	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2	439
	Итого за Ужин 2	180	5,22	4,5	7,56	97,2	
Итого за день		3 570	141,12	159,99	644,71	4636,81	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша гречневая молочная	250	9,63	9,33	37,8	273,7	6,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	25	5,8	7,38		91	13
	Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке	200	3,64	3,52	18	115,72	10 018
	Итого за Завтрак 1	680	44,57	26,98	117,19	894,52	
	Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92
Банан		240	3,6	1,2	50,4	230,4	0,1
Итого за Завтрак 2		440	4,6	1,4	70,6	322,4	
Обед	Салат из огурцов с соусом для ДП	100	2,96	2,85	1,13	47,1	1 022
	Суп из овощей вегетарианский	310	5,95	6,08	47,55	270,17	109
	Картофель отварной	210	13,44	7,2	143,45	695,33	160
	Шницель натуральный рубленый (говядина)	100	22	23,88	10,5	344,59	304
	Соус сметанный	30	0,46	1,17	1,73	19,44	387
	Компот из плодов свежих (яблоки)	180	0,22	0,22	16,07	68,49	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Шоколад порционный	20	1,56	6,92	9,62	107,4	503
	Итого за Обед	1 070	55,31	51,16	287,09	1842,52	
Полдник	Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой и яйцом собственного производства	80	6,52	4,66	31,93	196,18	476,02
	Кисель из черной смородины	180	0,11	0,04	17,91	74,5	418
	Итого за Полдник	260	6,63	4,7	49,84	270,68	
Ужин	Винегрет овощной рец. 1	100	2,54	10,15	19,58	180,69	72,01
	Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном	180	7,76	8,37	19,35	185,06	211
	Птица отварная (цыплята)	100	26,08	26,32	0,33	341,98	341
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Фиточай цветочно-травяной	200					10 024,01
	Сахар	10			9,98	39,9	0,1
	Итого за Ужин	655	41,08	46,33	79,75	902,68	
Ужин 2	Йогурт питьевой	180	5,04	4,32	25,74	160,2	439
Итого за Ужин 2	180	5,04	4,32	25,74	160,2		
Итого за день	3 285	157,23	134,89	630,21	4393		

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суфле творожное запеченное рец. 2	130	20,87	13,09	17,64	275,74	267
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	0,06	17,04	77,7	9 004
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Изделие деликатесное из мяса (ветчина) для детского питания	25	12,57	4,43		90	17,01
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
	Чай с молоком с сахаром 1	200	1,52	1,5	12,18	67,5	432,03
Итого за Завтрак 1		495	44,88	25,47	96,82	800,14	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Яблоки	210	0,84	0,84	20,58	98,7	6
Итого за Завтрак 2		410	1,84	1,04	40,78	190,7	
Обед							
	Салат зеленый с помидорами с растительным мсалом рец 2	100	1,22	6,18	2,74	72,82	33
	Уха ростовская рец. 2	310	17,45	5,67	81,56	449,93	119
	Изделия макаронные группы А отварные	140	5,48	4,03	33,32	191,57	246
	Котлеты рубленные из птицы (индейка)	130	20,36	30,68	15,78	421,6	347
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,16	0,12	14,1	58,72	409,02
	Соус томатный	35	0,53	3,33	2,18	41,19	381
	Мармелад	20	0,02		15,88	64,2	456
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
Итого за Обед		1 055	53,94	52,85	222,6	1590,03	
Полдник							
	Колбаска детская (сосиска), запеченная в дрожжевом тесте собственного пр.	110	12,18	16,08	31,77	320,79	1 009
	Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
Итого за Полдник		290	12,68	16,22	54,97	419,2	
Ужин							
	Салат из редиса с соусом для ДП	100	3,2	2,85	2,94	51,54	1 015
	Жаркое по-домашнему (говядина)	270	45,33	37,99	149,93	1125,79	294
	Чай заварка	200	0,56	0,14	0,12		432
	Сахар	10			9,98	39,9	0,1
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
Итого за Ужин		645	53,79	42,47	193,48	1372,28	
Ужин 2							
	Кефир детский	180	5,22	5,76	7,2	106,2	439
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
Итого за Ужин 2		200	6,76	7,58	21,38	185,4	
Итого за день		3 095	173,89	145,63	630,03	4557,75	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	230	4,39	5,77	21,94	157,3	228,01
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	20	4,64	5,9		72,8	13
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло складко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
Итого за Завтрак 1		560	20,68	21,86	88,18	635,54	
Завтрак 2							
	Мандарин (Обычный)	210	1,68	0,42	15,75	79,8	0,1
	Виноград (Сезонный)	210	1,26	1,26	32,34	151,2	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2		620	3,94	1,88	68,29	323	
Обед							
	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	110	3,37	8,46	14,04	147,99	18
	Щи из капусты свежей на бульоне мясным с мелкошинкованными овощами	310	5,43	4,09	27,31	169,14	101
	Мясо отварное к первому	35	10,52	9,02	0,22	123,98	289
	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	280	20,89	13,52	226,55	1116,28	8 012
	Котлеты мясные рубленые, запеченные в соусе молочном	120	32,97	44,84	25,45	638,51	309
	Соус молочный для запекания (овощей, мясо, рыбы)	30	1,09	2,16	2,7	34,66	386
	Компот из плодов сухих (курага)	180	1,12	0,07	21,8	93,22	412
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Пастила	20	0,1		16	64,8	1
Итого за Обед		1 205	84,21	85	391,11	2678,58	
Полдник							
	Сырники из творога собственного производства	120	22,02	12,44	26,16	309,08	263
	Соус вишневый	30	0,12	0,03	19,59	79,78	400,01
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	200	0,12	0,04	12,8	54,04	415,04
Итого за Полдник		350	22,26	12,51	58,55	442,9	
Ужин							
	Икра из кабачков для детского питания промышленного производства	120	2,28	10,68	9,24	142,8	57
	Рис припущенный с овощами	180	4,09	7,56	39,6	243,09	13 034
	Рыба (филе), запеченная под соусом для ДП	210	42	20,03	8,4	383,42	7 062
	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	14,22	58,24	431
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
Итого за Ужин		775	53,27	39,8	101,97	982,6	
Ужин 2							
	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2	439
Итого за Ужин 2		180	5,22	4,5	7,56	97,2	
Итого за день		3 690	189,58	165,55	715,66	5159,82	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 3

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (манная)	220	9,35	11,68	39,67	302,1	228,02
	Бутерброды с сыром	40	17,27	31,98	28,64	473,18	4
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	65	4,88	1,89	33,41	170,3	480
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
Итого за Завтрак 1		560	39,02	51,13	136,99	1165,63	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Груши	250	1	0,75	25,75	117,5	0,1
Итого за Завтрак 2		450	2	0,95	45,95	209,5	
Обед							
	Салат из овощей	100	4,18	6,2	42,43	243,67	63
	Щи из шпината со сметаной	310	7,9	5,78	57,86	318,23	98
	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	30	2,54	2,3	0,14	31,4	261
	Каша ячневая рассыпчатая	140	4,51	3,86	29,34	170	353,02
	Птица отварная (цыплята)	110	28,69	28,95	0,36	376,18	341
	Соус томатный собственного производства	25	0,3	1	1,61	16,84	381
	Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Печенье	40	3,08	3,64	28,36	158,4	509,01
Итого за Обед		1 055	60,42	54,71	240,34	1703,13	
Полдник							
	Лепешки картофельные.	120	10,78	7,92	89,28	473,09	176
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		320	16,78	14,32	98,68	593,09	
Ужин							
	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	100	1,43	6,18	1,94	69,31	33
	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	100	1,43	6,18	1,94	69,31	33
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	100	1,08	10,15	8,56	131,89	8
	Пюре картофельное	160	9,54	7,41	96,29	492,1	362
	Гуляш из мяса отварного	130	21,13	22,2	5,11	304,53	299
	Отвар из шиповника с сахаром	200	0,48	0,2	12,76	63,7	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин		855	39,79	53,81	157,11	1285,89	
Ужин 2							
	Йогурт питьевой	180	5,04	4,32	25,74	160,2	439
Итого за Ужин 2		180	5,04	4,32	25,74	160,2	
Итого за день		3 420	163,05	179,24	704,81	5117,44	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога	120	19,7	12,89	21,14	283,38	267
	Соус молочный сладкий 2	40	1,1	2,24	6,46	50,46	385
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Изделие деликатесное из мяса (ветчина) для детского питания	25	12,57	4,43		90	17,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	33	2,24	0,43	13,13	66,33	481
	Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке	200	3,64	3,52	18	115,72	10 018
	Итого за Завтрак 1	483	43,79	29,15	89,62	798,54	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Яблоки	250	1	1	24,5	117,5	6
	Итого за Завтрак 2	450	2	1,2	44,7	209,5	
Обед	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с соусом салатным	100	7,3	1,8	3,69	60,14	67
	Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	310	8,62	6,36	72,82	385,52	104,01
	Капуста цветная отварная с маслом	180	5,06	7,61	8,48	123,75	7,38
	Птица (цыплята) тушенная с морковью и луком	105	8,42	10,27	4,26	143,58	345
	Кисель из ягод свежемороженных (клюква) густой.	180	0,11	0,04	18,49	76,3	421
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Итого за Обед	995	38,23	28,92	164,78	1079,29	
Полдник	Ватрушка с сыром собственного производства	105	13,23	15,07	34,32	327,32	12 008
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	180	1,12	0,07	17,3	75,28	412,02
	Итого за Полдник	285	14,35	15,14	51,62	402,6	
Ужин	Салат из огурцов свежих	100	0,77	7,1	0,31	74,79	36
	Запеканка картофельная с мясом отварным	320	48,1	33,06	204,06	1310,05	332
	Чай черный	200	0,2	0,06	0,04		430
	Сахар	10			9,98	39,9	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Итого за Ужин	695	53,77	41,71	244,9	1579,79	
Ужин 2	Кефир детский	180	5,22	5,76	7,2	106,2	439
	Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
	Итого за Ужин 2	200	5,78	6,42	22,66	177	
Итого за день		3 108	157,92	122,54	618,28	4246,72	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: вторник

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Каша вязкая с тыквой (пшено)	250	9,13	9,75	48,43	318,85	222
		Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
		Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30	2,04	0,39	11,94	60,3	481
		Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
Итого за Завтрак 1			645	37,89	20,08	121,54	826,04	
Завтрак 2								
		Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
		Груши	250	1	0,75	25,75	117,5	0,1
Итого за Завтрак 2			450	2	0,95	45,95	209,5	
Обед								
		Сельдь с зеленым луком	100	11,15	20,62	0,9	234,38	927
		Суп-пюре из цветной капусты	310	7,1	5,24	40,02	237,06	2 057
		Тефтели рыбные	150	13,51	12,02	11,37	208,13	288,01
		Картофель отварной	280	17,92	9,6	191,27	927,11	160
		Сухарики из хлеба пшеничного	30	3,22	1,25	22,05	112,4	156
		Соус сметанный с томатом и луком	30	1,02	3,93	2,91	51	389,01
		Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	507
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
		Компот из плодов свежих (яблоки)	180	0,22	0,22	16,07	68,49	409
Итого за Обед			1 220	63,02	55,74	357,59	2193,77	
Полдник								
		Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой и яйцом собственного производства	80	6,52	4,66	31,93	196,18	476,02
		Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
Итого за Полдник			260	7,02	4,8	55,13	294,59	
Ужин								
		Икра из кабачков для детского питания промышленного производства	120	2,28	10,68	9,24	142,8	57
		Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом растительным	240	21,19	27,62	48,12	525,86	7 022
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
		Фиточай цветочно-плодово-травяной	200			12,98	51,88	10 022
Итого за Ужин			625	28,17	39,79	100,85	875,59	
Ужин 2								
		Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2			200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день			3 400	143,9	126,36	689,46	4507,49	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка рисовая с творогом	120	7,8	6,02	36,96	234,83	236
	Соус клюквенный	30	0,02	0,01	4,43	18,19	400
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	8	1,86	2,36		29,12	13
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30	2,04	0,39	11,94	60,3	481
	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
	Итого за Завтрак 1	458	21,43	23,44	105,61	720,24	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Яблоки	200	0,8	0,8	19,6	94	6
	Итого за Завтрак 2	400	1,8	1	39,8	186	
Обед	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	120	1,25	1,79	11,06	69,11	55
	Салат из моркови с черносливом и соусом салатным (Обычный)	120	1,91	1,06	20,22	100,79	1 018
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	310	5,15	6,48	29,67	198,25	83
	Картофель тушенный с луком рец.3	280	16,55	10,16	175,08	862,15	8 010
	Гуляш из мяса отварного	130	21,13	22,2	5,11	304,53	299
	Отвар из шиповника с сахаром	180	0,43	0,18	11,48	57,33	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
Итого за Обед	1 260	55,14	44,71	309,66	1882,16		
Полдник	Лепешки картофельные.	140	12,57	9,24	104,16	551,94	176
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное в индивидуальной упаковке	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Итого за Полдник	340	18,57	15,64	113,56	671,94	
Ужин	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	90	1,29	5,56	1,75	62,38	33
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	90	0,97	9,14	7,7	118,7	8
	Рагу из птицы	280	29,09	26,49	98,03	749,7	342
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Фиточай цветочно-плодово-травяной	200			12,98	51,88	10 022
	Итого за Ужин	725	36,05	42,68	150,97	1137,71	
Ужин 2	Йогурт питьевой	200	5,6	4,8	28,6	178	439
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
	Итого за Ужин 2	220	7,14	6,62	42,78	257,2	
Итого за день	3 403	140,13	134,09	762,38	4855,25		

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	200	3,82	5,02	19,08	136,78	228,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами (филе лососевых м/с для детского питания)	55	8,25	3,31	11,31	108,13	10
	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	1,2	0,6	10,58	47,1	433
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30	2,04	0,39	11,94	60,3	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
Итого за Завтрак 1		555	19,88	18,86	83,85	580,41	
Завтрак 2							
	Апельсин (Обычный)	200	1,8	0,4	16,2	86	6
	Виноград (Сезонный)	200	1,2	1,2	30,8	144	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2		600	4	1,8	67,2	322	
Обед							
	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	90	0,8	7,61	3,09	85,38	40
	Уха ростовская рец. 2	310	17,45	5,67	81,56	449,93	119
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,57	8,09	38,63	261,08	354
	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	110	17,23	25,96	13,35	356,74	347
	Соус молочный	40	2,37	4,71	5,9	75,76	384
	Компот из плодов сухих (чернослив)	180	0,5	0,14	23,2	98,41	412
	Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
Итого за Обед		1 020	56,2	55,68	238,23	1688,1	
Полдник							
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с картофелем и луком	130	11,92	5,85	79,11	417,69	476,01
	Компот из плодов сухих (курага)	180	1,12	0,07	21,8	93,22	412
Итого за Полдник		310	13,04	5,92	100,91	510,91	
Ужин							
	Салат из огурцов свежих	120	0,92	8,52	0,37	89,75	36
	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами с маслом растительным (рец 3)	280	28,5	22,37	148,65	914,03	198
	Шницель натуральный рубленый (говядина)	140	30,8	33,43	14,7	482,43	304
	Чай зеленый с сахаром	200	0,14	0,04	14	55,86	430,02
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин		805	65,06	65,85	208,23	1697,12	
Ужин 2							
	Кефир детский	200	5,8	6,4	8	118	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	6,4	8	118	
Итого за день		3 490	163,98	154,51	706,42	4916,54	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша вязкая на молоке (пшениная)..	200	9,68	11,38	34,56	280,14	221,02
	Бутерброды с сыром	60	25,91	47,98	42,96	709,78	4
	Чай с молоком	200	1,5	1,6	14,32	77,88	432
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	60	4,5	1,74	30,84	157,2	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30	2,04	0,39	11,94	60,3	481
	Итого за Завтрак 1	550	43,63	63,09	134,62	1285,3	
Завтрак 2	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
	Банан	200	3	1	42	192	0,1
	Итого за Завтрак 2	400	4	1,2	62,2	284	
Обед	Салат из кальмаров с яблоками	100	12,88	3,48	5,2	105,33	66
	Суп перловый с овощами на отваре овощей	310	2,48	4,34	16,12	114,7	124
	Картофель отварной рец. № 1	280	18,37	9,58	198,58	958,13	160,01
	Котлеты рыбные любительские	120	16,38	9,7	20,87	236,2	279,01
	Соус сметанный с томатом и луком	40	1,36	5,24	3,88	68	389,01
	Кисель витаминизированный из ягод свежемороженных (клюква) рец. 2	180	0,11	0,04	18,49	76,3	10 013
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Шоколад порционный	20	1,56	6,92	9,62	107,4	503
	Итого за Обед	1 170	61,86	42,14	329,8	1956,06	
Полдник	Блинчики с натуральной фруктовой начинкой (с ягодами) из п/ф промышленного производства	100	4,74	10,24	24,62	165,49	13 030
	Компот из плодов свежих витаминизированный (лимон)	180	0,2	0,02	20,41	86,35	10 034
	Итого за Полдник	280	4,94	10,26	45,03	251,84	
Ужин	Салат картофельный с горошком зеленым с соусом салатным	140	3,95	1,37	31,25	156,23	9
	Капуста тушеная	190	4,64	7,75	19,04	167,14	170
	Мясо отварное	90	27,05	23,19	0,58	318,8	289
	Чай черный	200	0,2	0,06	0,04		430
	Сахар	10			9,98	39,9	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин	695	40,54	33,86	91,4	837,12		
Ужин 2	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
	Вафли с фруктово-ягодными начинками	20	0,56	0,66	15,46	70,8	508
	Итого за Ужин 2	220	6,36	5,66	23,86	178,8	
Итого за день		3 315	161,33	156,21	686,91	4793,12	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суфле творожное запеченное рец. 2	140	22,47	14,1	19	296,95	267
	Соус вишневый	40	0,16	0,04	26,12	106,37	400,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Изделия колбасные вареные (колбаса) Докторская отварная	20	2,56	4,44	0,3	51,4	15
	Какао с молоком	200	3,98	3,8	16,28	116,24	434
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
Итого за Завтрак 1		515	36,87	32,67	111,71	895,61	
Завтрак 2							
	Мандарин (Обычный)	200	1,6	0,4	15	76	0,1
	Виноград (Сезонный)	200	1,2	1,2	30,8	144	6
	Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2		600	3,8	1,8	66	312	
Обед							
	Салат овощной с яблоками и перцем сладким.	100	0,96	10,17	4,68	115,73	27
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	310	13,18	6,11	80,72	433,88	115,03
	Изделия макаронные группы А отварные	180	7,04	5,18	42,84	246,3	246
	Гуляш из мяса отварного	160	26	27,33	6,29	374,8	299
	Кисель из черной смородины	180	0,11	0,04	17,91	74,5	418
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
	Мармелад	40	0,04		31,76	128,4	456
Итого за Обед		1 090	56,05	51,67	241,24	1663,61	
Полдник							
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с яблоком собственного производства	80	5,71	2,82	35,64	191,53	476
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	180	1,12	0,07	17,3	75,28	412,02
Итого за Полдник		260	6,83	2,89	52,94	266,81	
Ужин							
	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	100	1,57	7,21	18,01	145,21	58
	Пюре картофельное	280	16,69	12,96	168,5	861,17	362
	Котлеты рубленые из птицы запеченные с соусом молочным.	110	20,27	39,07	17,65	504,24	350
	Соус молочный	30	1,78	3,54	4,42	56,82	384
	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	14,22	58,24	431
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
	Итого за Ужин		785	45,21	64,31	253,31	1780,73
Ужин 2							
	Ацидофилин	180	5,4	1,8	7,2	72	439,04
Итого за Ужин 2		180	5,4	1,8	7,2	72	
Итого за день		3 430	154,16	155,14	732,4	4990,76	

Рацион: 7-11.Года. Новое

Неделя: 4

День: воскресенье

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Каша жидкая на молоке (гречневая)	200	10,52	10,32	40,02	295,36	0,1
		Бутерброды с сыром	45	19,43	35,98	32,22	532,33	4
		Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
		Кофейный напиток из цикория с молоком	200	5,14	5,12	21,34	149,7	10 019
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	35	2,38	0,46	13,93	70,35	481
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	70	5,25	2,03	35,98	183,4	480
Итого за Завтрак 1			650	60,92	54,41	157,49	1369,14	
Завтрак 2								
		Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
		Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	200	1	0,2	20,2	92	10
Итого за Завтрак 2			400	1,8	0,8	40,8	186	
Обед								
		Огурцы свежие	100	0,7	0,1		11	6
		Щи из шпината со сметаной	310	7,9	5,78	57,86	318,23	98
		Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	30	2,54	2,3	0,14	31,4	261
		Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	260	19,4	12,56	210,37	1036,54	8 012
		Рыба (филе) припущенная	180	34,97	2	0,38	160,02	272
		Отвар из шиповника с сахаром	200	0,48	0,2	12,76	63,7	408,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	80	6	2,32	41,12	209,6	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	40	2,72	0,52	15,92	80,4	481
Итого за Обед			1 200	74,71	25,78	338,55	1910,89	
Полдник								
		Сырники из творога собственного производства	90	16,52	9,33	19,62	231,81	263
		Кисель из ягод свежемороженых (брусника)	180	0,13	0,09	16,09	66,73	10 037
		Соус абрикосовый	35	0,2	0,01	22,92	92,72	399
Итого за Полдник			305	16,85	9,43	58,63	391,26	
Ужин								
		Салат картофельный с кальмарами	120	8,39	1,52	42,53	219,8	3
		Рагу из овощей	230	6,33	7,66	43,24	269,01	175
		Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски) для школьного питания отварные	100	10,4	20,1	0,8	226	340
		Фиточай цветочный	200			13,98	55,96	10 021,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	40	3	1,16	20,56	104,8	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	25	1,7	0,33	9,95	50,25	481
Итого за Ужин			715	29,82	30,77	131,06	925,82	
Ужин 2								
		Кефир детский	200	5,8	6,4	8	118	439
Итого за Ужин 2			200	5,8	6,4	8	118	
Итого за день			3 470	189,9	127,59	734,53	4901,11	

Итого за период	94 967	4375,95	10467,17	18584,8	187068,57	
Среднее значение за период		156,3	373,8	663,7	6681	

Составил _____ Савенкова Жанн

Утвердил _____