

IV неделя
I день, понедельник

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная манная со сливочным маслом	1	150,0	6,58	7,61	25,82		196,71
2. Какао на молоке	7	190,0	3,71	3,18	20,93		125,35
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	15,23	17,66	72,47		508,31
Обед							
1. Борщ на курином бульоне	6	200,0	8,46	10,79	15,07		187,1
2. Оладьи печеночные	34	50,0	2,47	3,47	10,86		84,04
3. Гречневая каша рассыпчатая	29	120,0	5,50	11,95	0,80		133,0
4. Соус овощной	3	20,0	0,24	0	22,4	7,0	89,6
5. Сок фруктовый							
5. Хлеб ржаной		50,0	3,3	0,6	17,1		82,7
Всего:		600,0	19,97	26,81	66,23	7,0	576,44
Полдник							
1. Вафли		40,0	5,8	6,4	9,4		120,0
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	37,8		155,0
Всего:		250,0	5,8	6,4	47,2		275,0
1. Оладьи со сладким повидлом	1	150,0	3,0	1,16	20,56		104,8
2. Кофейный напиток с молоком	8	200,0	0	0	14,97		59,85
Всего:		450,0	22,42	14,67	116,15		671,81
Итого:		1700,0	63,42	65,54	302,05	7,0	2031,56

IV неделя

I день, понедельник

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная манная со слив. маслом	1	150,0	6,58	7,61	25,82		196,71
2. Какао на молоке	7	150,0	3,02	2,6	15,58		92,58
3. Батон	6	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	12,53	16,18	56,91		419,51
Обед							
1. Борщ на курином бульоне	6	150,0	7,06	9,07	11,14		150,58
2. Оладьи печеночные	27	50,0	1,71	2,2	7,1		53,93
3. Гречневая каша рассыпчатая	50	10,0	4,4	9,56	0,64		106,4
4. Соус овощной	12	20,0	0,18	0	16,8	5,25	67,2
5. Хлеб ржаной		40,0	2,64	0,48	13,68		66,16
Всего:		450,0	15,99	21,31	49,36	5,25	444,27
Полдник							
1. Вафли		30,0	4,35	4,8	7,05		90,0
2. Чай с сахаром	5	100,0	0	0	15,12		62,0
Всего:		200,0	4,35	4,8	22,17		152,0
Ужин							
1. Оладьи со сладким повидлом	3	150,0	17,10	13,65	80,26		501,39
2. Кофейный напиток с молоком	8	200,0	0	0	14,97		59,85
Всего:		400,0	17,10	13,65	95,23		561,24
Итого:		1400,0	49,97	55,94	223,67	5,25	1577,02

IV неделя
II день, вторник

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная кукурузная со сливочным маслом	12	180,0	5,14	7,45	31,06		216,34
2. Какао на молоке	7	160,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	50,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твёрдых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	12,4	17,27	67,25		482,49
Сок фруктовый – 10.00		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп-шурпа на курином бульоне	2	200,0	13,57	11,02	10,76		174,5
2 Зразы манные с мясом курицы	41	100,0	17,67	23,96	17,3		330,32
3. Соус овощной	3	20,0	0,18	0	16,8		67,2
4. Компот из сухофруктов	3А	150,0	0,12	1,55	3,69		31,6
5. Хлеб ржаной		40,0	40,0	0,5	0	19,96	75,8
Всего:		450,0	31,85	36,53	46,17	41,80	597,69
Полдник							
1. Фрукт		200,0	0,40	0,40	9,81		46,99
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	9,4		37,24
Всего:		250,0	0,40	0,40	19,21		84,23
Ужин							
1. Картофель в молоке	11	200,0	2,83	4,12	19,10		128,10
2. Кисель плодово-ягодный	9	200,0	0,50	0,36	13,97		55,86
3. Батон	1	50,0	3,0	1,16	20,56		104,8
Всего:		400,0	6,99	8,33	56,86	15,60	337,0
Итого:		1400,0	51,64	54,21	180,49	57,40	1501,41
Итого с соком:		1500,0	51,76	54,21	200,69	60,90	1546,21

IV неделя
II день, вторник

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная кукурузная со сливочным маслом	12	150,0	5,14	7,45	31,06		216,34
2. Какао на молоке	7	150,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твёрдых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	12,4	17,27	67,25		482,49
Сок фруктовый – 10.00		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп-шурпа на курином бульоне	2	150,0	13,57	11,02	10,76		174,5
2 Зразы манные с мясом курицы	41	100,0	17,67	23,96	17,3		330,32
3. Соус овощной	3	20,0	0,18	0	16,8		67,2
4. Компот из сухофруктов	3А	100,0	0,12	1,55	3,69		31,6
5. Хлеб ржаной		30,0	40,0	0,5	0	19,96	75,8
Всего:		450,0	31,85	36,53	46,17	41,80	597,69
Полдник							
1. Фрукт		200,0	0,40	0,40	9,81		46,99
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	9,4		37,24
Всего:		250,0	0,40	0,40	19,21		84,23
Ужин							
1. Картофель в молоке	11	180,0	2,83	4,12	19,10		128,10
2. Кисель плодово-ягодный	9	180,0	0,50	0,36	13,97		55,86
3. Батон	1	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
Всего:		400,0	6,99	8,33	56,86	15,60	337,0
Итого:		1400,0	51,64	54,21	180,49	57,40	1501,41
Итого с соком:		1500,0	51,76	54,21	200,69	60,90	1546,21

IV неделя
III день, среда

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная «Дружба»	16	180,0	4,35	7,84	21,29		178,54
2. Какао на молоке	7	160,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	11,61	17,66	57,48		444,69
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	9	200,0	6,05	7,06	10,32		120,97
2. Тефтели из мяса говядины	10	70,0	7,27	2,43	16,05		113,21
3. Икра свекольная	6	120,0	12,52	13,93	7,8		184,32
4. Соус овощной	3	20,0	0,82	2,58	4,77		75,8
5. Компот из свежих яблок	6	150,0	8,8	10,72	7,7		147,92
6. Хлеб ржаной	3А	30,0	0,82	2,58	4,77		45,93
Всего:		450,0	25,22	23,15	61,15	35,0	523,13
Полдник							
1. Сырки творожные		100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	46,99
2. Чай с сахаром	5	100,0	0	0	9,4		37,24
Всего:		200,0	0,40	0,40	19,21	3,0	84,23
Ужин							
1. Пирожок с луком ия яйцом	2	150,0	3,02	8,57	24,38		168,1
2. Кофейный напиток с молоком		200,0	1,44	1,7	11,2		65,8
Всего:		400,0	25,62	18,99	52,09		513,47
Итого:		1400,0	62,85	60,20	189,93	38,0	1565,52
Итого с соком:		1500,0	62,97	60,20	201,13	41,50	1610,32

IV неделя
III день, среда

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная «Дружба»	16	150,0	4,35	7,84	21,29		178,54
2. Какао на молоке	7	160,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	11,61	17,66	57,48		444,69
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	9	150,0	6,05	7,06	10,32		120,97
2. Тефтели из мяса говядины	10	70,0	7,27	2,43	16,05		113,21
3. Икра свекольная	6	90,0	12,52	13,93	7,8		184,32
4. Соус овощной	3	20,0	0,82	2,58	4,77		75,8
5. Компот из свежих яблок	6	100,0	8,8	10,72	7,7		147,92
6. Хлеб ржаной	3А	30,0	0,82	2,58	4,77		45,93
Всего:		450,0	25,22	23,15	61,15	35,0	523,13
Полдник							
1. Сырки творожные		100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	46,99
2. Чай с сахаром	5	100,0	0	0	9,4		37,24
Всего:		200,0	0,40	0,40	19,21	3,0	84,23
Ужин							
1. Пирожок с луком и яйцом	2	150,0	3,02	8,57	24,38		168,1
2. Кофейный напиток с молоком		200,0	1,44	1,7	11,2		65,8
Всего:		400,0	25,62	18,99	52,09		513,47
Итого:		1400,0	62,85	60,20	189,93	38,0	1565,52
Итого с соком:		1500,0	62,97	60,20	201,13	41,50	1610,32

IV неделя
IV день, четверг

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Суп молочный гречневый со сливочным маслом	10	180,0	8,78	9,17	39,17		274,34
2. Какао на молоке	7	180,0	3,67	3,88	19,21		129,28
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	20,15	25,9	65,86		521,55
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	12	200,0	8,36	10,05	11,43		158,98
2. Запеканка из вареной рыбы	46 А	110,0	10,22	6,66	12,82		153,04
3. Салат со свежей капустой и свежим огурцом	8	60,0	3,06	4,22	0,26		98,66
4. Компот из с/ф	3	150,0	0,82	2,58	4,77		45,93
5. Хлеб ржаной	3	40,0	0,5	0	19,96	50,0	75,8
Всего:		600,0	26,26	24,11	66,34	50,0	615,11
Полдник							
1. Снежок		220,0	6,16	5,5	10,34		110,0
2. Печенье		30,0	3,24	2,55	19,92		118,5
Всего:		250,0	9,4	8,05	30,26		228,5
Ужин							
1. Манные биточки с фруктовым соусом	1	200,0	2,95	10,27	17,0	16,48	186,37
2. Кофейный напиток с молоком	10	200,0	1,31	1,44	15,58		80,87
Всего:		450,0	7,97	6,93	58,55		290,98
Итого:		1700,0	63,78	64,99	221,01	50,0	1656,14
Итого с соком:		1800,0	63,9	64,99	232,21	53,50	1700,94

IV неделя
IV день, четверг

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Суп молочный гречневый со сливочным маслом	10	150,0	7,33	8,29	31,86		231,41
2. Какао на молоке	7	150,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	18,1	24,8	56,14		463,06
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	12	150,0	6,43	7,68	8,58		122,17
2. Запеканка из вареной рыбы	46А	90,0	7,72	6,37	10,79		188,17
3. Салат из свежей капусты и свежим огурцом	8	45,0	2,15	4,13	0,19		80,09
4. Компот из с/ф	3	100,0	0,82	2,58	4,77		45,93
5. Хлеб ржаной		30,0	0,3	0	12,05	35,0	45,48
Всего:		450,0	19,4	21,12	46,64	35,0	554,31
Полдник							
1. Снежок		200,0	5,04	4,5	8,46		90,0
2. Печенье		20,0	2,16	1,70	13,28		79,0
Всего:		200,0	7,20	6,20	21,74		169,0
Ужин							
1. Манные биточки с фруктовым соусом	1	180,0	3,59	5,02	17,88		100,13
2. Кофейный напиток с молоком	10	180,0					
Всего:		400,0	7,04	6,51	50,34		252,81
Итого:		1400,0	51,74	58,63	174,86	35,0	1435,18
Итого с соком:		1500,0	51,86	58,63	186,06	38,50	1479,98

IV неделя

IV неделя
V день, пятница

С 3 до 7 лет

Наименование		Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит.С мг	Энергетичес кая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная пшенично-кукурузная со сливочным маслом	15	180,0	5,85	8,13	22,42		189,56
2. Какао на молоке	7	180,0	3,67	3,88	19,21		129,28
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	14,46	18,88	67,35		505,09
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Свекольник с картофелем на курином бульоне	8	200,0	7,61	9,51	13,81		144,82
2. Расстегаи с мясом курицы	3	150,0	15,19	0	19,96	50,0	75,8
3. Компот из сухофруктов	3	150,0	0,5	0	19,96	50,0	75,8
4. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	17,1		82,7
Всего:		650,0	25,5	22,99	77,96	55,0	633,13
Полдник							
1. Фрукты		200,0	0,40	0,40	9,81		210,34
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	5,79	3,0	55,86
Всего:		350,0	0,40	0,40	15,6	3,0	266,2
Ужин							
1. Сырники из творога	8	190,0	8,22	14,03	1,43		164,92
2. Сгущенное молоко	1	30,0	0,24	0	22,8		78,9
3. Кофейный напиток с молоком							
Всего:		380,0	16,25	16,74	54,1	1,48	243,82
Итого:		1700,0	56,61	59,01	215,01	59,48	1648,24

IV неделя
V день, пятница

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная пшенично-кукурузная со сливочным маслом	15	150,0	4,59	7,37	18,46		161,77
2. Какао на молоке	7	150,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		5,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		350,0	11,85	17,19	54,65		427,92
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Свекольник с картофелем на курином бульоне	8	150,0	5,71	7,13	10,36		110,66
2. Расстегаи с мясом курицы	3	100,0	0,5	0	19,96	50,0	75,8
3. Компот из сухофруктов	3	100,0	0,5	0	19,96	50,0	75,8
4. Хлеб ржаной		30,0	3,3	0,6	17,1		82,7
Всего:		470,0	1,32	0,24	6,84		598,97
Полдник							
1. Фрукты		100,0					210,34
2. Чай с сахаром	3	100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	55,86
Всего:		200,0	0	0	9,4		266,2
Ужин							
1. Сырники с творогом	8	180,0	8,22	14,03	1,43		164,92
2. Сгущенное молоко	1	30,0	0,24	0	22,8		78,9
3. Кофейный напиток с молоком	1	180,0	0,24	0	22,8		78,9
Всего:		380,0	10,5	11,93	47,96	1,48	243,82
Итого:		1400,0	45,44	50,01	182,62	42,48	1367,01

V неделя
II день, вторник

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Суп молочный пшениный со сливочным маслом	17	180,0	6,17	8,15	36,57		217,1
2. Какао на молоке	7	160,0	3,67	3,88	19,21		106,1
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твёрдых сортов		6,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		420,0	14,78	18,9	81,5		509,45
Сок фруктовый – 10.00		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Рассольник «Ленинградский» на мясном бульоне	14	200,0	18,47	14,83	14,99		133,53
2. Плов с мясом говядины	2	180,0	17,67	23,96	17,3		284,09
3. Солёный огурец		20,0					9,0
4. Сок фруктовый	3	150,0	0,5	0	19,96	50,0	75,8
5. Хлеб ржаной		40,0	2,64	0,48	13,68		16,66
Всего:		600,0	37,08	40,34	57,98	59,90	519,08
Полдник							
1. Зефир		40,0	5,4	4,25	33,2	3,0	197,5
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	14,1		55,86
Всего:		250,0	0,40	0,40	23,91	3,0	253,36
Ужин							
1. Омлет натуральный	3	75,0	8,29	14,39	1,53		160,32
2. Кофейный напиток на молоке	10	200,0	3,9	3,33	21,22		128,5
3. Салат из свежих овощей		50,0	0,61	3,18	2,01	34,80	345,81
Всего:		450,0	8,18	9,25	65,79	20,30	377,07
Итого:		1700,0	60,44	68,89	229,18	83,20	1627,7
Итого с соком:		1800,0	60,56	68,89	240,38	86,70	1672,5

V неделя

I день, понедельник

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Суп молочный пшеничный со сливочным маслом	17	150,0	9,94	5,27	20,19		190,4
2. Какао на молоке	7	150,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твёрдых сортов		4,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		420,0	14,78	18,9	81,5		376,5
Сок фруктовый – 10.00		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Рассольник «Ленинградский» на мясном бульоне	14	150,0	5,71	7,13	10,36		121,3
2. Плов с мясом говядины	2	150,0	11,8	9,44	27,11		242,64
3. Солёный огурец		20,0					9,0
4. Сок фруктовый	3	100,0	02,5	0	9,67	50,0	37,91
5. Хлеб ржаной		30,0	2,64	0,48	13,68		16,66
Всего:		600,0	37,08	40,34	57,98	59,90	427,51
Полдник							
1. Зефир		30,0	5,4	4,25	33,2	3,0	197,5
2. Чай с сахаром	5	100,0	0	0	14,1		55,86
Всего:		250,0	0,40	0,40	23,91	3,0	253,36
Ужин							
1. Омлет натуральный	3	75,0	8,29	14,39	1,53		160,32
2. Кофейный напиток на молоке	10	200,0	3,9	3,33	21,22		128,5
3. Салат из свежих овощей		50,0	0,61	3,18	2,01	34,80	345,81
Всего:		450,0	8,18	9,25	65,79	20,30	377,07
Итого:		1700,0	60,44	68,89	229,18	83,20	1434,44
Итого с соком:		1800,0	60,56	68,89	240,38	86,70	1479,24

V неделя
I день, вторник

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная ячневая со сливочным маслом	13	180,0	4,21	7,71	20,54		197,8
2. Какао на молоке	7	160,0	3,91	4,13	19,86		129,28
3. Батон		50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное	6	5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		6,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	13,06	18,71	66,12		513,33
Обед							
1. Суп «Зеленый» на курином бульоне	7	200,0	7,2	9,42	10,33		123,6
2. Бигос с мясом курицы	12	150	0,18	0	16,8	5,25	67,2
3. Компот из сухофруктов	12	150	0,18	0	16,8	5,25	67,2
4. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	17,1		82,7
Всего:		600,0	28,23	30,17	59,03	5,25	721,5
Полдник							
1. Фрукты		100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	46,99
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	5,79		23,14
Всего:		250,0	0,40	0,40	15,6	3,0	70,13
Ужин							
1. Блинчики с фруктовым соусом	9	150,0/5	9,92	13,83	37,94		299,09
2. Кофейный напиток с молоком	10	200,0	0,63	0,46	14,97		59,85
Всего:		450,0	11,05	20,42	77,83	3,60	358,94
Итого:		1700,0	52,74	69,7	218,58	11,85	1664,9

V неделя
I день, вторник

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная ячневая со сливочным маслом	13	180,0	4,21	7,71	20,54		197,8
2. Какао на молоке	7	160,0	3,91	4,13	19,86		129,28
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		6,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	13,06	18,71	66,12		513,33
Обед							
1. Суп «Зеленый» на курином бульоне	7	15,0	7,2	9,42	10,33		123,6
2. Бигос с мясом курицы	12	150	0,18	0	16,8	5,25	67,2
3. Компот из сухофруктов	12	100	0,18	0	16,8	5,25	67,2
4. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	17,1		82,7
Всего:		600,0	28,23	30,17	59,03	5,25	721,5
Полдник							
1. Фрукты		100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	46,99
2. Чай с сахаром	5	150,0	0	0	5,79		23,14
Всего:		250,0	0,40	0,40	15,6	3,0	70,13
Ужин							
1. Блинчики с фруктовым соусом	9	150,0/5	9,92	13,83	37,94		299,09
2. Кофейный напиток с молоком	10	200,0	0,63	0,46	14,97		59,85
Всего:		450,0	11,05	20,42	77,83	3,60	358,94
Итого:		1700,0	52,74	69,7	218,58	11,85	1664,9

V неделя
III день, среда

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	11	180,0	6,5	9,25	22,68		206,08
2. Какао на молоке	7	160,0	3,67	3,88	19,21		112,91
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		6,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	13,24	18,84	67,05		505,24
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп свекольный на курином бульоне	9	200,0	9,11	7,51	20,01		174,88
2. Рис рассыпчатый	2	120,0	2,17	3,14	14,68		98,27
3. Котлета из мяса курицы	34	70,0	14,87	8,6	5,63		119,72
4. Соус овощной	3	20,0	0,83	2,59	4,84		51,66
5. Компот из свежих яблок и кураги		150	1,2	1,2	14,18		58,4
6. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	19,96	50,0	16,66
Всего:		620,0	33,56	26,81	82,86	50,0	519,59
Полдник							
1. Сырок творожный		100,0	5,8	6,4	9,4		120,0
2. Чай сахаром	5	150,0	5,9	3,25	21,82		147,5
Всего:		250,0	0,40	0,40	23,91	3,0	267,5
Ужин							
1. Овощное рагу	30	200,0	10,37	2,64	22,91		155,93
2. Кофейный напиток с молоком	9	200,0	0,63	0,46	14,97		59,85
3. Хлеб пшеничный		50,0	2,28	0,27	14,01		64,08
Всего:		450,0	31,78	24,05	22,8		279,86
Итого:		1700,0	78,98	70,10	54,99		1616,99

V неделя
III день, среда

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	11	150,0	5,42	7,66	19,51		171,49
2. Какао на молоке	7	150,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		6,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	13,24	18,84	67,05		463,84
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп свекольный на курином бульоне	9	150,0	9,11	7,51	20,01		174,88
2. Рис рассыпчатый	2	100,0	2,17	3,14	14,68		98,27
3. Котлета из мяса курицы	34	70,0	14,87	8,6	5,63		119,72
4. Соус овощной	3	20,0	0,83	2,59	4,84		51,66
5. Компот из свежих яблок и кураги		100	0,8	0,8	9,45		38,93
6. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	19,96	50,0	16,66
Всего:		620,0	33,56	26,81	82,86	50,0	500,12
Полдник							
1. Сырок творожный		100,0	5,8	6,4	9,4		120,0
2. Чай сахаром	5	100,0	5,9	3,25	21,82		17,96
Всего:		200,0	0,40	0,40	23,91	3,0	137,96
Ужин							
1. Овощное рагу	30	180,0	6,29	5,53	25,98		166,66
2. Кофейный напиток с молоком	9	180,0	0,50	0,36	13,97		55,86
3. Хлеб пшеничный		40,0	2,28	0,27	14,01		64,08
Всего:		450,0	31,78	24,05	22,8		286,6
Итого:		1700,0	78,98	70,10	54,99		1433,32

V неделя
IV день, четверг

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	12	180,0	4,84	7,34	27,14		190,74
2. Какао на молоке	9	160,0	3,27	3,46	16,60		112,91
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		6,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	20,15	25,9	65,86		489,9
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп с рисовой крупой «Крестьянский» на мясном бульоне	6	200,0	8,75	4,99	10,27		119,34
2. Рыба в тесте	14	100,0	10,22	6,66	12,82		153,04
3. Салат из вареных овощей	7	60,0	3,06	4,22	0,26		98,66
4. Компот из с/ф	3	200,0	0,5	0	19,96	50,0	45,93
5. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	17,1		75,8
Всего:		600,0	26,26	24,11	66,34	50,0	615,11
Полдник							
1. Снежок		220,0	6,16	5,5	10,34		110,0
2. Печенье		30,0	3,24	2,55	19,92		118,5
Всего:		250,0	9,4	8,05	30,26		228,5
Ужин							
1. Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом	16	180,0	3,34	10,63	26,99		196,18
2. Кофейный напиток с молоком	8	200,0	0,63	0,46	14,97		59,85
3. Батон		50,0	3,0	1,16	20,56		104,8
Всего:		450,0	7,97	6,93	58,55		360,83
Итого:		1700,0	63,78	64,99	221,01	50,0	1656,14
Итого с соком:		1800,0	63,9	64,99	232,21	53,50	1700,94

V неделя
IV день, четверг

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	12	150,0	4,03	6,77	23,39		168,21
2. Какао на молоке	9	150,0	3,02	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		4,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	20,15	25,9	65,86		442,01
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп с рисовой крупой «Крестьянский» на мясном бульоне	6	150,0	6,57	3,75	8,13		91,52
2. Рыба в тесте	14	100,0	10,22	6,66	12,82		153,04
3. Салат из вареных овощей	7	60,0	3,06	4,22	0,26		98,66
4. Компот из с/ф	3	100,0	0,5	0	19,96	50,0	45,93
5. Хлеб ржаной		40,0	3,3	0,6	17,1		75,8
Всего:		600,0	26,26	24,11	66,34	50,0	464,95
Полдник							
1. Снежок		220,0	6,16	5,5	10,34		110,0
2. Печенье		20,0	3,24	2,55	19,92		118,5
Всего:		250,0	9,4	8,05	30,26		228,5
Ужин							
1. Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом	16	160,0	3,02	8,57	24,38		168,1
2. Кофейный напиток с молоком	8	200,0	0,63	0,46	14,97		59,85
3. Батон		40,0	3,0	1,16	20,56		104,8
Всего:		450,0	7,97	6,93	58,55		332,75
Итого:		1700,0	63,78	64,99	221,01	50,0	1468,21
Итого с соком:		1800,0	63,9	64,99	232,21	53,50	1513,01

V неделя

V день, пятница

С 3 до 7 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	6	180,0	6,07	8,09	21,21		182,01
2. Какао на молоке	7	160,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	50,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		4,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	14,46	18,88	67,35		474,36
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	11	150,0	3,69	3,9	13,86		107,18
2. Жаркое домашнее с мясом говядины	42	150,0	15,19	13,08	33,17		305,26
3. Огурец свежий		20,0	0,5		0,76	5,0	19,8
4. Напиток из сухофруктов	13	100,0	1,98	0,36	10,26		49,62
5. Хлеб ржаной		50,0					
Всего:		600,0	25,5	22,99	77,96	55,0	609,49
Полдник							
1. Фрукты		100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	46,99
2. Чай с сахаром	5	150,0		0	5,79		23,14
Всего:		250,0	0,40	0,40	15,6	3,0	70,13
Ужин							
1. Творожная запеканка с морковью	2	230,0	2,83	29,38	21,20	22,28	452,69
2. Сгущенное молоко	2	30,0	9,75	4,12	19,10		128,10
3. Кофейный напиток на молоке	8	200,0	0,63	0,36	18,68		85,44
Всего:		460,0	16,25	16,74	54,1	1,48	427,57
Итого:		1700,0	56,61	59,01	215,01	59,48	1860,01
Итого с соком:		1800,0	56,73	59,01	226,21	62,98	1904,81

V неделя

V день, пятница

С 1,5 до 3 лет

Наименование	№ тех. карты	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле воды	Вит. С мг.	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
1. Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	6	150,0	6,07	8,09	21,21		182,01
2. Какао на молоке	7	150,0	3,07	3,24	15,61		106,1
3. Батон	6	40,0	3,75	1,45	25,7		131,0
4. Масло сливочное		5,0	0,02	3,92	0,02		36,7
5. Сыр твердых сортов		4,0	1,17	1,5	0		18,55
Всего:		400,0	14,46	18,88	67,35		474,36
Сок фруктовый – 10.00							
		100,0	0,12	0	11,2	3,50	44,8
Обед							
1. Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	11	200,0	3,69	3,9	13,86		107,18
2. Жаркое домашнее с мясом говядины	42	180,0	15,19	13,08	33,17		305,26
3. Огурец свежий		20,0	0,5		0,76	5,0	19,8
4. Напиток из сухофруктов	13	150,0	1,98	0,36	10,26		49,62
5. Хлеб ржаной		50,0					
Всего:		600,0	25,5	22,99	77,96	55,0	609,49
Полдник							
1. Фрукты		100,0	0,40	0,40	9,81	3,0	46,99
2. Чай с сахаром	5	150,0		0	5,79		23,14
Всего:		250,0	0,40	0,40	15,6	3,0	70,13
Ужин							
1. Творожная запеканка с морковью	2	230,0	2,83	29,38	21,20	22,28	452,69
2. Сгущенное молоко	2	30,0	9,75	4,12	19,10		128,10
3. Кофейный напиток на молоке	8	200,0	0,63	0,36	18,68		85,44
Всего:		460,0	16,25	16,74	54,1	1,48	427,57
Итого:		1700,0	56,61	59,01	215,01	59,48	1860,01
Итого с соком:		1800,0	56,73	59,01	226,21	62,98	1904,81