





Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

3 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                           | 102          |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 8,11             | 15,70   | 65,90       | 453,00                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,40             | 1,70    | 10,10       | 61,40                            | 86           | 2016                |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                            | 261          | 2016                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                        | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                           | 165          | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 540          | 17,47            | 9,84    | 71,84       | 449,82                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|                                                                                                                        |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108                                                                                     | 150          | 0,70             | 0,75    | 4,00        | 26,42                            | 108          |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 320          | 2,26             | 0,95    | 24,94       | 118,14                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1310         | 28,34            | 26,62   | 172,48      | 1062,66                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

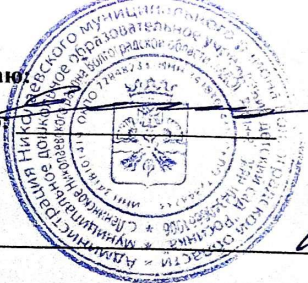
4 день

| 4 день                                                                                                                    |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                        | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                           | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                          | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 350          | 11,40            | 10,80   | 49,50       | 339,90                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                               | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                          | 150          | 1,20             | 3,00    | 7,50        | 61,80                            | 63           | 2016                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321                                                                                                        | 130          | 22,00            | 20,50   | 19,00       | 340,70                           | 321          |                     |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                               | 150          | 1,10             | 0,00    | 24,20       | 97,50                            | 247          | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 500          | 27,61            | 23,98   | 71,30       | 599,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154                                                                    | 100/30       | 10,10            | 9,20    | 26,20       | 209,60                           | 154          |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                        | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                            | 413          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 280          | 12,40            | 11,10   | 37,90       | 282,80                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1230         | 51,81            | 46,28   | 168,20      | 1267,52                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

5 день

| 5 день                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85 | 150          | 6,30             | 8,32    | 19,80       | 112,62                           | 85           |                     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)             | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                     | 345          | 10,70            | 15,02   | 45,70       | 299,22                           |              |                     |
| II Завтрак                               |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                        | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                     | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135                       | 150          | 1,10             | 2,20    | 6,60        | 53,60                            | 135          | 2011                |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315  | 120/15       | 10,60            | 6,80    | 15,00       | 164,00                           | 315          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53         | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                       | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                  | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                     | 475          | 14,51            | 9,40    | 51,10       | 350,42                           |              |                     |
| Полдник                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| БУЛОЧКА №39                              | 50           | 4,70             | 7,00    | 26,20       | 185,60                           | 39           |                     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)             | 150          | 5,00             | 4,16    | 6,70        | 190,00                           |              |                     |
| Итого за прием пищи:                     | 200          | 9,7              | 11,16   | 32,9        | 375,6                            |              |                     |
| Всего за день:                           | 1120         | 35,41            | 35,71   | 139,50      | 1066,94                          |              |                     |



## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

6 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                        | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                           | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                            | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 350          | 10,20            | 11,60   | 55,10       | 367,80                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                     | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                   | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                            | 261          | 2016                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                                   | 110          | 3,00             | 3,80    | 19,40       | 97,00                            | 136          | 2016                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 540          | 14,77            | 11,14   | 59,34       | 363,92                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 227                                                                                                        | 64           | 7,82             | 7,11    | 0,42        | 97,56                            | 227          | 2016                |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5                                                                                                        | 50           | 0,90             | 4,30    | 3,80        | 57,70                            | 5            | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                            | 30           | 2,30             | 0,20    | 15,10       | 71,00                            | 6            |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                        | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 294          | 11,02            | 11,61   | 30,62       | 271,26                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1284         | 36,49            | 34,48   | 154,86      | 1044,68                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

7 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                           | 102          |                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                   | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                            | 416          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 12,25            | 17,60   | 62,00       | 467,70                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,40             | 1,70    | 10,10       | 61,40                            | 86           | 2016                |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322                                                                                         | 50           | 8,00             | 7,20    | 8,30        | 130,80                           | 322          | 2016                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219                                                                              | 110          | 4,10             | 6,70    | 25,00       | 179,30                           | 219          | 2016                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 530          | 16,97            | 16,08   | 75,40       | 517,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| БУЛОЧКА №39                                                                                                            | 50           | 4,70             | 7,00    | 26,20       | 185,60                           | 39           |                     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)                                                                                           | 150          | 5,00             | 4,16    | 6,70        | 190,00                           |              |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 200          | 9,7              | 11,16   | 32,9        | 375,6                            |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1180         | 39,32            | 45,24   | 179,80      | 1406,12                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                              | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                           | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 345          | 14,15            | 19,62   | 48,90       | 389,70                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                               | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 520          | 14,11            | 8,44    | 55,90       | 326,72                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                 | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 320          | 6,46             | 4,50    | 34,94       | 210,02                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1285         | 35,22            | 32,69   | 149,54      | 968,14                           |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

9 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85    | 150          | 6,30             | 8,32    | 19,80       | 112,62                           | 85           |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)              | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                        | 350          | 9,50             | 15,82   | 51,30       | 327,12                           |              |                     |
| II Завтрак                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                           | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                        | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                        |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47       | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ),( говядина) №304 | 50/30        | 3,40             | 3,80    | 4,30        | 64,60                            | 304          | 2016                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165             | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                           | 165          | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а   | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53 а         |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                          | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                     | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                        | 530          | 14,31            | 12,60   | 68,00       | 441,32                           |              |                     |
| Полдник                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                     | 50           | 3,80             | 4,90    | 37,20       | 208,50                           | 9            |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                          | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                            | 413          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                        | 200          | 6,1              | 6,8     | 48,9        | 281,7                            |              |                     |
| Всего за день:                              | 1180         | 30,41            | 35,35   | 178,00      | 1091,84                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

10 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 11,40            | 10,80   | 49,50       | 339,90                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                       | 150          | 1,20             | 3,00    | 7,50        | 61,80                            | 63           | 2016                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321                                                                                                     | 130          | 22,00            | 20,50   | 19,00       | 340,70                           | 321          |                     |
| КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 500          | 26,51            | 23,98   | 58,70       | 548,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154                                                                 | 100/30       | 10,10            | 9,20    | 26,20       | 209,60                           | 154          |                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                   | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                            | 416          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 280          | 13,20            | 11,90   | 39,30       | 298,70                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1230         | 51,51            | 47,08   | 157,00      | 1232,42                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101                                                                                      | 150          | 7,80             | 7,40    | 28,30       | 200,55                           | 101          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 13,50            | 16,40   | 59,10       | 434,35                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                  | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 520          | 12,71            | 9,08    | 52          | 305,52                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                 | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 330          | 7,40             | 4,60    | 39,86       | 234,88                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1300         | 34,01            | 30,48   | 160,46      | 1020,35                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                              | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                           | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 345          | 11,65            | 18,12   | 49,60       | 370,40                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                               | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                     |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304                                                                            | 50/30        | 3,40             | 3,80    | 4,30        | 64,60                            | 304          | 2016                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                                | 110          | 3,00             | 3,80    | 19,40       | 97,00                            | 136          | 2016                |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                            | 150          | 1,10             | 0,00    | 24,20       | 97,50                            | 247          | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 560          | 14,11            | 11,24   | 78,30       | 439,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ВАФЛИ №10                                                                                                              | 50           | 1,40             | 1,70    | 38,70       | 177,00                           | 10           |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                     | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                            | 413          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 200          | 3,70             | 3,60    | 50,40       | 250,20                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1205         | 29,96            | 33,09   | 188,10      | 1101,52                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

3 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                           | 102          |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 8,11             | 15,70   | 65,90       | 453,00                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,40             | 1,70    | 10,10       | 61,40                            | 86           | 2016                |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                            | 261          | 2016                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                        | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                           | 165          | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 540          | 17,47            | 9,84    | 71,84       | 449,82                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |

|                                    |             |              |              |               |                |     |      |
|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108 | 150         | 0,70         | 0,75         | 4,00          | 26,42          | 108 |      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                 | 20          | 1,56         | 0,20         | 9,64          | 46,72          | 6   |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                 | 150         | 0,00         | 0,00         | 11,30         | 45,00          | 411 | 2016 |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>320</b>  | <b>2,26</b>  | <b>0,95</b>  | <b>24,94</b>  | <b>118,14</b>  |     |      |
| <b>Всего за день:</b>              | <b>1310</b> | <b>28,34</b> | <b>26,62</b> | <b>172,48</b> | <b>1062,66</b> |     |      |



Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор:

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

4 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 11,40            | 10,80   | 49,50       | 339,90                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                       | 150          | 1,20             | 3,00    | 7,50        | 61,80                            | 63           | 2016                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321                                                                                                     | 130          | 22,00            | 20,50   | 19,00       | 340,70                           | 321          |                     |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                            | 150          | 1,10             | 0,00    | 24,20       | 97,50                            | 247          | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 500          | 27,61            | 23,98   | 71,30       | 599,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154                                                                 | 100/30       | 10,10            | 9,20    | 26,20       | 209,60                           | 154          |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                     | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                            | 413          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 280          | 12,40            | 11,10   | 37,90       | 282,80                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1230         | 51,81            | 46,28   | 168,20      | 1267,52                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

5 день

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85 | 150          | 6,30             | 8,32    | 19,80       | 112,62                           | 85           |                     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)             | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                     | 345          | 10,70            | 15,02   | 45,70       | 299,22                           |              |                     |
| II Завтрак                               |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                        | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                     | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135                       | 150          | 1,10             | 2,20    | 6,60        | 53,60                            | 135          | 2011                |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315  | 120/15       | 10,60            | 6,80    | 15,00       | 164,00                           | 315          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53         | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                       | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                  | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                     | 475          | 14,51            | 9,40    | 51,10       | 350,42                           |              |                     |
| Полдник                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| БУЛОЧКА №39                              | 50           | 4,70             | 7,00    | 26,20       | 185,60                           | 39           |                     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)             | 150          | 5,00             | 4,16    | 6,70        | 190,00                           |              |                     |
| Итого за прием пищи:                     | 200          | 9,7              | 11,16   | 32,9        | 375,6                            |              |                     |
| Всего за день:                           | 1120         | 35,41            | 35,71   | 139,50      | 1066,94                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

6 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 10,20            | 11,60   | 55,10       | 367,80                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                  | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                            | 261          | 2016                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                                | 110          | 3,00             | 3,80    | 19,40       | 97,00                            | 136          | 2016                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 540          | 14,77            | 11,14   | 59,34       | 363,92                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 227                                                                                                     | 64           | 7,82             | 7,11    | 0,42        | 97,56                            | 227          | 2016                |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5                                                                                                     | 50           | 0,90             | 4,30    | 3,80        | 57,70                            | 5            | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 30           | 2,30             | 0,20    | 15,10       | 71,00                            | 6            |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 294          | 11,02            | 11,61   | 30,62       | 271,26                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1284         | 36,49            | 34,48   | 154,86      | 1044,68                          |              |                     |



Утверждено:

Директор:

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

7 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                           | 102          |                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                   | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                            | 416          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 12,25            | 17,60   | 62,00       | 467,70                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,40             | 1,70    | 10,10       | 61,40                            | 86           | 2016                |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322                                                                                         | 50           | 8,00             | 7,20    | 8,30        | 130,80                           | 322          | 2016                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219                                                                              | 110          | 4,10             | 6,70    | 25,00       | 179,30                           | 219          | 2016                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 530          | 16,97            | 16,08   | 75,40       | 517,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| БУЛОЧКА №39                                                                                                            | 50           | 4,70             | 7,00    | 26,20       | 185,60                           | 39           |                     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)                                                                                           | 150          | 5,00             | 4,16    | 6,70        | 190,00                           |              |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 200          | 9,7              | 11,16   | 32,9        | 375,6                            |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1180         | 39,32            | 45,24   | 179,80      | 1406,12                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                              | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                           | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 345          | 14,15            | 19,62   | 48,90       | 389,70                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                               | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 520          | 14,11            | 8,44    | 55,90       | 326,72                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                 | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 320          | 6,46             | 4,50    | 34,94       | 210,02                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1285         | 35,22            | 32,69   | 149,54      | 968,14                           |              |                     |



Утверждаю:

Директор:



Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

9 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85    | 150          | 6,30             | 8,32    | 19,80       | 112,62                           | 85           |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)              | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                        | 350          | 9,50             | 15,82   | 51,30       | 327,12                           |              |                     |
| II Завтрак                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                           | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                        | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                        |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47       | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ),( говядина) №304 | 50/30        | 3,40             | 3,80    | 4,30        | 64,60                            | 304          | 2016                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165             | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                           | 165          | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а   | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53 а         |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                          | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                     | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                        | 530          | 14,31            | 12,60   | 68,00       | 441,32                           |              |                     |
| Полдник                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                     | 50           | 3,80             | 4,90    | 37,20       | 208,50                           | 9            |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                          | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                            | 413          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                        | 200          | 6,1              | 6,8     | 48,9        | 281,7                            |              |                     |
| Всего за день:                              | 1180         | 30,41            | 35,35   | 178,00      | 1091,84                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

10 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 11,40            | 10,80   | 49,50       | 339,90                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                       | 150          | 1,20             | 3,00    | 7,50        | 61,80                            | 63           | 2016                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321                                                                                                     | 130          | 22,00            | 20,50   | 19,00       | 340,70                           | 321          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 500          | 26,51            | 23,98   | 58,70       | 548,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154                                                                 | 100/30       | 10,10            | 9,20    | 26,20       | 209,60                           | 154          |                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                   | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                            | 416          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 280          | 13,20            | 11,90   | 39,30       | 298,70                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1230         | 51,51            | 47,08   | 157,00      | 1232,42                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101                                                                                      | 150          | 7,80             | 7,40    | 28,30       | 200,55                           | 101          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 13,50            | 16,40   | 59,10       | 434,35                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                  | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 520          | 12,71            | 9,08    | 52          | 305,52                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                 | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 330          | 7,40             | 4,60    | 39,86       | 234,88                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                         | 1300         | 34,01            | 30,48   | 160,46      | 1020,35                          |              |                     |



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

## Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецепты |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|--------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                    |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                    |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                              | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                    |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                           | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016               |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016               |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 345          | 11,65            | 18,12   | 49,60       | 370,40                           |              |                    |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                    |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011               |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                    |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                    |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                    |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                               | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                    |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304                                                                            | 50/30        | 3,40             | 3,80    | 4,30        | 64,60                            | 304          | 2016               |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                                | 110          | 3,00             | 3,80    | 19,40       | 97,00                            | 136          | 2016               |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                            | 150          | 1,10             | 0,00    | 24,20       | 97,50                            | 247          | 2011               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                    |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 560          | 14,11            | 11,24   | 78,30       | 439,22                           |              |                    |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                    |
| ВАФЛИ №10                                                                                                              | 50           | 1,40             | 1,70    | 38,70       | 177,00                           | 10           |                    |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                     | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                            | 413          | 2016               |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 200          | 3,70             | 3,60    | 50,40       | 250,20                           |              |                    |
| Всего за день:                                                                                                         | 1205         | 29,96            | 33,09   | 188,10      | 1101,52                          |              |                    |