

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ

«СОШ № 4 им. В.В.Бианки»

М.А. Шавандина

Приказ от « 19.08 » августа 2024 г.

№ 18



Двухнедельное меню

для детей дошкольного возраста с 1,5 лет до 7 лет
МБОУ «СОШ № 4 имени В.В.Бианки»

1-й день: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (ккал)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Макаронные изделия, запеченные с тертым сыром	150.00	7.88	8.83	35.88	259.00	180.00	9.45	10.60	40.60	310.80	16
	Кофейный напиток	170.00	2,55	1,8	17,63	131,9	180.00	6.24	2.40	18.67	139.38	40
	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	1.80	5.66	10.90	102.00	40.00	2.45	7.65	14.62	136.00	52
Итого за завтрак:		350.00	9.68	14.49	46.78	361.00	400.00	18.14	20.65	73.89	586.18	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (йогурт, снежок)	120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	48
Итого:		120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	
Обед	Луковая нарезка	30.00	0.40	0.00	2.40	12.30	50.00	0.70	0.00	4.10	20.50	61
	Свекольник со сметаной на к/б	150.00	3.38	5.20	11.03	116.11	180.00	4.22	6.50	13.77	145.00	4
	Гречка по-купечески с курами	160.00	8.20	7.10	17.68	250.40	200.00	9.79	8.00	21.00	298.10	18
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		540.00	16.15	12.55	76.56	580.31	670.00	19.72	14.80	93.10	704.80	
Полдник	Яйцо вареное	55.00	6.40	5.80	0.40	78.50	55.00	6.40	5.80	0.40	78.50	80
	Каша манная вязкая молочная	150.00	4.66	5.60	18.80	166.00	180.00	6.21	7.47	25.09	199.20	32
	Хлеб пшеничный	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	51
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
	Печенье	15.00	1.15	1.45	11.15	62.55	15.00	1.15	1.45	11.15	62.55	58
Итого за полдник:		410.00	13.71	12.95	49.33	384.45	450.00	15.26	14.82	58.62	432.65	
Итого за день:		1420.00	43.04	43.79	177.47	1396.56	1640.00	56.62	54.07	230.41	1794.43	

2-й день: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (ккал)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150.00	4.98	5.69	21.10	153.00	180.00	6.64	7.59	28.13	204.00	31
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
	Масло сливочное (порциями)	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	53
Итого за завтрак:		355.00	7.27	9.96	45.12	291.50	405.00	9.68	11.91	60.15	381.20	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	49
Итого:		100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	
Обед	Суп-уха	150.00	4.25	5.20	20.24	112.80	180.00	5.30	6.50	25.30	150.30	3
	Капуста тушеная	110.00	2.60	3.95	7.80	88.69	130.00	3.00	4.56	9.01	102.33	13
	Тефтели	50.00	7.69	8.14	6.26	129.00	70.00	8.98	9.49	7.31	150.50	24
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
Итого за обед:		510.00	18.71	17.54	79.75	531.99	620.00	22.29	20.85	95.85	644.33	
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофелем	100.00	6.44	7.20	40.67	270.00	110.00	7.08	7.92	44.70	297.00	64
	Какао с молоком	170.00	1.25	1.33	10.08	50.00	180.00	1.50	1.60	12.10	60.00	45
Итого за полдник:		270.00	7.69	8.53	50.75	320.00	290.00	8.58	9.52	56.80	357.00	
Итого за день:		1235.00	34.17	36.03	185.72	865.71	1415.00	41.05	42.28	222.90	1424.75	

3-й день: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (ккал)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150.00	5.26	6.07	21.29	159.75	180.00	7.01	8.09	28.39	213.00	33
	Кофейный напиток	170.00	2,55	1,8	17,63	131,9	180.00	6.24	2.40	18.67	139.38	40
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
	Масло сливочное (порциями)	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	53
Итого за завтрак:		355.00	7.55	10.34	36.33	268.25	405.00	16.29	14.81	67.10	484.58	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоко, груша, банан, апельсин)	100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	50
Итого:		100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	150.00	6.34	4.12	17.51	118.87	180.00	8.80	6.85	22.00	180.00	5
	Запеканка из печени с рисом	50.00	10.40	2.64	8.84	111.04	70.00	13.00	3.30	11.05	138.80	26
	Икра свекольная	110.00	0.96	4.12	5.66	63.50	130.00	1.14	4.87	6.69	75.12	11
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		510.00	21.87	11.13	77.46	494.91	620.00	27.95	15.32	93.97	635.12	
Полдник	Сырники из творога	130.00	21.50	13.80	27.06	316.69	150.00	24.82	15.91	31.22	365.41	68
	Бутерброд с джемом или повидлом	24.00	1.54	0.15	3.16	61.00	36.00	2.32	0.24	20.08	92.00	54
	Молоко кипяченое	150.00	4.56	4.05	7.56	85.05	180.00	5.48	4.88	9.07	102.00	73
Итого за полдник:		304.00	27.60	18.00	37.78	462.74	366.00	32.62	21.03	60.37	559.41	
Итого за день:		1269.00	57.42	39.87	161.37	1269.90	1491.00	77.26	51.56	231.24	1723.11	

4-й день: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая рисовая молочная	150.00	4.60	5.60	19.56	166.70	180.00	5.55	7.47	26.08	200.10	34
	Какао с молоком	170.00	1.25	1.33	10.08	50.00	180.00	1.50	1.60	12.10	60.00	45
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
Итого за завтрак:		350.00	8.10	7.08	44.64	287.80	400.00	10.05	9.27	58.18	354.90	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	49
Итого:		100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	
Обед	Морковь вареная порционная	30.00	0.40	0.00	1.90	9.90	50.00	0.70	0.10	3.20	16.50	62
	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	150.00	3.57	5.20	19.59	115.80	180.00	4.50	8.30	24.72	163.00	1
	Гуляш	50.00	4.50	5.70	1.85	123.60	70.00	6.85	8.55	2.78	185.40	29.82
	Каша перловая рассыпчатая	110.00	3.52	3.38	25.04	146.40	130.00	4.40	4.23	31.31	183.00	79
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		540.00	16.16	14.53	93.83	597.20	670.00	21.46	21.48	116.24	789.10	
Полдник	Каша вязкая молочная «Артек»	150.00	5.26	6.07	21.29	168.70	180.00	6.44	7.53	25.38	202.40	36
	Хлеб пшеничный	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	51
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
	Вафли	15.00	0.42	0.49	11.60	53.35	15.00	0.42	0.49	11.60	53.35	57
Итого за полдник:		355.00	7.18	6.66	51.87	299.45	395.00	8.36	8.12	58.96	348.15	
Итого за день:		1345.00	31.94	28.27	200.44	1226.67	1565.00	40.37	38.87	243.48	1534.37	

5-й день: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (калл)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (калл)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная вязкая молочная	150.00	4.66	5.60	18.80	166.00	180.00	6.21	7.47	25.09	199.20	32
	Кофейный напиток	170.00	2,55	1,8	17,63	131,9	180.00	6.24	2.40	18.67	139.38	40
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
	Масло сливочное (порциями)	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	53
Итого за завтрак:		355.00	6.95	9.87	33.84	274.50	405.00	15.49	14.19	63.80	470.78	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	49
Итого:		100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	
Обед	Луковая нарезка	30.00	0.40	0.00	2.40	12.30	50.00	0.70	0.00	4.10	20.50	61
	Щи из свежей капусты с картофелем со смет. на к/б	150.00	2.92	4.80	6.87	94.49	180.00	3.68	7.07	8.58	118.00	7
	Котлеты рыбные	50.00	4.90	2.72	17.70	71.25	70.00	6.83	3.81	24.80	99.75	23
	Пюре картофельное	110.00	3.70	5.20	36.70	142.30	130.00	4.30	6.05	42.30	164.20	12
	Соус красный основной	25.00	0.48	1.37	2.16	21.70	30.00	0.69	1.95	3.09	31.00	71
	Кисель	150.00	0.00	0.00	24.00	116.00	180.00	0.00	0.00	30.00	129.00	72
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		565.00	16.15	14.34	114.83	576.54	700.00	20.70	19.18	142.87	704.65	
Полдник	Каша вязкая кукурузная молочная	150.00	4.37	5.45	19.17	144.00	180.00	5.83	7.27	25.56	192.00	37
	Булочка "Московская"	60.00	4.33	8.26	28.73	155.50	70.00	5.05	9.63	33.52	177.70	67
	Хлеб пшеничный	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	51
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
Итого за полдник:		400.00	10.20	13.81	66.88	376.90	450.00	12.38	17.00	81.06	462.10	
Итого за день:		1420.00	33.80	38.02	225.65	1270.16	1655.00	49.07	50.37	297.83	1679.75	

6-й день: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (ккал)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150.00	4.50	6.40	2.90	263.00	180.00	6.00	8.50	3.90	350.60	17
	Кофейный напиток	170.00	2,55	1,8	17,63	131,9	180.00	6.24	2.40	18.67	139.38	40
	Хлеб ржано-пшеничный	30.00	1.80	5.66	10.90	102.00	40.00	2.45	7.65	14.62	136.00	52
	Масло сливочное (порциями)	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	53
Итого за завтрак:		355.00	6.34	16.18	13.84	402.40	405.00	14.73	22.67	37.23	663.38	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (йогурт, снежок)	120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	48
Итого:		120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	120.00	3.50	3.80	4.80	70.80	
Обед	Луковая нарезка	30.00	0.40	0.00	2.40	12.30	50.00	0.70	0.00	4.10	20.50	61
	Борщ с капустой и картофелем на к/б	150.00	2.82	4.79	7.83	93.69	180.00	3.52	5.98	9.78	117.00	2
	Плов с птицей (говядиной)	160.00	14.17	11.96	25.08	264.00	200.00	19.33	16.19	33.99	359.00	19
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		540.00	21.56	17.00	80.76	571.49	670.00	28.56	22.47	102.10	737.70	
Полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	150.00	4.39	4.36	14.99	116.25	180.00	5.85	5.81	19.99	155.00	39
	Сушки Чайные	20.00	1.80	1.40	15.60	78.00	20.00	1.80	1.40	15.60	78.00	76
	Хлеб пшеничный	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	51
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
Итого за полдник:		360.00	7.69	5.86	49.57	271.65	400.00	9.15	7.31	57.57	325.40	
Итого за день:		1375.00	39.09	42.84	148.97	1316.34	1595.00	55.94	56.25	201.70	1797.28	

7-й день: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (калл)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (калл)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150.00	4.76	6.38	16.40	140.25	180.00	6.35	8.51	21.86	187.00	35
	Какао с молоком	170.00	1.25	1.33	10.08	50.00	180.00	1.50	1.60	12.10	60.00	45
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
Итого за завтрак:		350.00	8.26	7.86	41.48	261.35	400.00	10.85	10.31	53.96	341.80	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	49
Итого:		100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	
Обед	Рассольник «Ленинградский» со сметаной на к/б	150.00	3.28	4.80	16.76	116.11	180.00	4.10	7.16	20.93	145.00	6
	Жаркое по-домашнему	160.00	13.20	12.00	14.00	224.40	200.00	16.50	15.00	17.40	280.50	20
	Кукуруза консервированная	30.00	0.70	0.00	3.40	17.40	50.00	1.10	0.00	5.60	29.00	63
	Кисель	150.00	0.00	0.00	24.00	116.00	180.00	0.00	0.00	30.00	129.00	72
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		540.00	20.93	17.05	83.16	592.41	670.00	26.20	22.46	103.93	725.70	
Полдник	Каша вязкая пшеничная молочная	150.00	5.26	6.07	21.29	159.75	180.00	7.01	8.09	28.39	213.00	33
	«Гребешок» или ватрушка с джемом	60.00	4,54	4,07	25,3	157,12	70.00	5,3	4,75	29,5	183,3	65
	Хлеб пшеничный	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	51
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
Итого за полдник:		400.00	6.76	6.17	40.27	237.15	450.00	8.51	8.19	50.37	305.40	
Итого за день:		1390.00	36.45	31.08	175.01	1133.13	1620.00	46.06	40.96	218.36	1415.12	

8-й день: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (ккал)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая кукурузная молочная	150.00	4.37	5.45	19.17	144.00	180.00	5.83	7.27	25.56	192.00	37
	Кофейный напиток	170.00	2,55	1,8	17,63	131,9	180.00	6.24	2.40	18.67	139.38	40
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
	Масло сливочное (порциями)	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	53
Итого за завтрак:		355.00	6.66	9.72	34.21	252.50	405.00	15.11	13.99	64.27	463.58	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоко, груша, банан, апельсин)	100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	50
Итого:		100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	100.00	0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Морковь вареная порционная	30.00	0.40	0.00	1.90	9.90	50.00	0.70	0.10	3.20	16.50	62
	Суп овощной на к/б	150.00	4.71	3.42	3.96	73.56	180.00	5.54	4.02	4.66	86.54	9
	Печень по-строгановски	50.00	8.09	7.33	1.81	108.00	70.00	9.44	8.55	2.11	126.00	25
	Макаронные изделия отварные с маслом	110.00	4.40	3.40	21.10	132.40	130.00	5.10	3.96	24.60	154.50	15
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		540.00	21.77	14.40	74.22	525.36	670.00	25.79	16.93	88.80	624.74	
Полдник	Ленивые вареники с маслом	120.00	14.70	12.90	19.60	249.60	150.00	16.40	14.50	22.10	290.30	81
	Печенье	15.00	1.15	1.45	11.15	62.55	15.00	1.15	1.45	11.15	62.55	58
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
Итого за полдник:		305.00	15.85	14.35	39.73	342.15	345.00	17.55	15.95	45.23	397.85	
Итого за день:		1200.00	44.28	38.47	148.16	1120.01	1420.00	58.45	46.87	198.30	1486.17	

9-й день: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (калл)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (калл)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная вязкая молочная	150.00	4.66	5.60	18.80	166.00	180.00	6.21	7.47	25.09	199.20	32
	Какао с молоком	170.00	1.25	1.33	10.08	50.00	180.00	1.50	1.60	12.10	60.00	45
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
Итого за завтрак:		350.00	8.16	7.08	43.88	287.10	400.00	10.71	9.27	57.19	354.00	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	49
Итого:		100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	
Обед	Суп по-уральски на к/б	150.00	3.81	9.81	4.32	120.78	180.00	5.08	13.08	5.76	161.04	10
	Котлета мясная	50.00	8.44	6.88	6.13	119.98	70.00	9.84	8.02	7.16	139.13	22
	Горошница	110.00	4.20	2.30	12.50	113.00	130.00	6.30	3.50	18.80	170.00	21
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		510.00	20.62	19.24	68.40	555.26	620.00	26.23	24.90	85.95	711.37	
Полдник	Каша вязкая ячневая молочная	150.00	4.98	5.69	21.10	153.00	180.00	6.64	7.59	28.13	204.00	31
	Бутерброд с сыром	40.00	4.69	2.76	14.52	101.60	45.00	5.27	3.10	16.33	114.30	55
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
Итого за полдник:		360.00	9.67	8.45	44.60	284.60	405.00	11.91	10.69	56.44	363.30	
Итого за день:		1320.00	38.95	34.77	166.98	1169.18	1525.00	49.35	44.86	209.68	1470.89	

10-й день: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3; от 3 до 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3	Пищевые вещества, (г) 1,5-3			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества, (г) 3-7			Энергетическая ценность (ккал)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая молочная «Дружба»	150.00	4.67	5.79	20.78	150.75	180.00	6.21	7.73	27.71	201.00	30
	Кофейный напиток	170.00	2.55	1,8	17,63	131,9	180.00	6.24	2.40	18.67	139.38	40
	Хлеб пшеничный	30.00	2.25	0.15	15.00	71.10	40.00	3.00	0.20	20.00	94.80	51
	Масло сливочное (порциями)	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	5.00	0.04	4.12	0.04	37.40	53
Итого за завтрак:		355.00	6.96	10.06	35.82	259.25	405.00	15.49	14.45	66.42	472.58	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	49
Итого:		100.00	0.5	0	10.1	42.22	100.00	0.5	0	10.1	42.22	
Обед	Суп картофельный с клецками на к/б	150.00	1.60	1.50	11.30	92.00	180.00	2.20	2.10	15.10	122.00	8
	Рыба, тушенная с овощами	50.00	5.60	2.50	25.25	52.50	70.00	7.88	3.54	35.35	73.50	27
	Пюре картофельное	110.00	3.70	5.20	36.70	142.30	130.00	4.30	6.05	42.30	164.20	12
	Компот из сухофруктов	150.00	0.42	0.00	20.45	83.00	180.00	0.51	0.00	24.23	99.00	46
	Хлеб пшеничный	50.00	3.75	0.25	25.00	118.50	60.00	4.50	0.30	30.00	142.20	51
Итого за обед:		510.00	15.07	9.45	118.70	488.30	620.00	19.39	11.99	146.98	600.90	
Полдник	Бигус из свежей капусты с курицей	150.00	3.36	7.06	13.73	139.92	180.00	3.82	8.02	15.60	159.00	14
	Вафли	15.00	0.42	0.49	11.60	53.35	15.00	0.42	0.49	11.60	53.35	57
	Хлеб пшеничный	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	20.00	1.50	0.10	10.00	47.40	51
	Чай с сахаром	170.00	0.00	0.00	8.98	30.00	180.00	0.00	0.00	11.98	45.00	42
Итого за полдник:		355.00	5.28	7.65	44.31	270.67	395.00	5.74	8.61	49.18	304.75	
Итого за день:		1320.00	27.81	27.16	208.93	1060.44	1520.00	41.12	35.05	272.68	1420.45	