

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **1 неделя День первый** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Печенье | 25 | 0,4 | 0,52 | 4,52 | 24,43 |  |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 9,05 | 10,2 | 37,13 | 276,3 | №177 2011г |
| Чай с сахаром и молоком | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89,00 | №394 2011г |
|  | ***400*** | ***12,22*** | ***20,36*** | ***56,06*** | ***463,73*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 | №130 2007г |
|  | ***180*** | ***0,9*** | ***0*** | ***18,18*** | ***76,00*** |  |
| **Обед** | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной | 200 | 5,52 | 4,36 | 10,83 | 104,64 | №202 2005г |
| Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 6,84 | 5,78 | 32,94 | 216,4 | №168 2011г |
| Гуляш из отварного мяса | 70 | 8,99 | 7,23 | 2,31 | 130,90 | №277 2011г |
| Напиток из ягод с/м | 180 | 0,1 | 0,1 | 27,2 | 88,7 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  | ***625*** | ***24,75*** | ***17,97*** | ***89,98*** | ***636,24*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Омлет натуральный с зеленым горошком | 150/15 | 18,1 | 30,8 | 2,4 | 268 | №216 2011 |
| Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36 | № 7 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
|  | ***385*** | ***22,78*** | ***33,97*** | ***26,66*** | ***412,89*** |  |
| **Итого за первый день:** | | **1590** | **60,65** | **72,3** | **190,88** | **1588,86** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **1 неделя День второй** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
| Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 9,05 | 10,2 | 37,13 | 276,3 | №177 2011г |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,24 | 2,1 | 25,03 | 118,8 | №692 2004г |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | ***405*** | ***13,69*** | ***19,8*** | ***77,06*** | ***540,1*** |  |
| **Завтрак 2** | Кефир | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,2 | 95,4 | №251 2004г |
|  |  | ***180*** | ***5,22*** | ***4,5*** | ***7,2*** | ***95,4*** |  |
|  | Суп картофельный со свининой | 200 | 2,13 | 2,7 | 12,01 | 153,00 | №89 2007г |
| Котлета мясная | 70 | 13,7 | 13,1 | 12,4 | 221,3 | №282 20011г |
| Картофельное пюре | 130 | 3,4 | 53,35 | 20,52 | 152,5 | №321 2011г |
| Напиток из сухофруктов | 180 | 0,45 | 0 | 19,03 | 77,94 | 2004г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  |  | ***625*** | ***22,98*** | ***69,65*** | ***80,66*** | ***700,34*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 140/30 | 17,54 | 16,51 | 17,15 | 334,5 | №237 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
|  |  | ***380*** | ***19,9*** | ***16,73*** | ***41,41*** | ***443,39*** |  |
| **Итого за второй день:** | | **1590** | **61,79** | **110,68** | **206,33** | **1779,23** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **1 неделя День третий** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное порционное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 5,43 | 5,04 | 16,41 | 132,94 | № 93 2011г |
| Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 154,8 | №397 2011г |
| Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,00 | № 7 2011г |
|  | ***410*** | ***13,82*** | ***18,68*** | ***47,13*** | ***468,74*** |  |
| **Завтрак 2** | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,00 |  |
|  |  | ***100*** | ***0,4*** | ***0,4*** | ***9,8*** | ***44,00*** |  |
| **Обед** | Щи с картофелем со сметаной | 200 | 8,32 | 19,83 | 10,08 | 104,4 | №61 2011 |
| Котлета рыбная | 70 | 10,59 | 6,47 | 4,17 | 117,00 | №248 2011г |
| Рис отварной | 130 | 3,6 | 4,6 | 40,2 | 213,00 | №168 2011г |
| Овощи свежие порционные | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,25 | 7,00 |  |
| Напиток из изюма | 180 | 0,34 | 0,08 | 16,35 | 67,98 | №401 2008г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  | ***675*** | ***24,93*** | ***36,54*** | ***71,4*** | ***580,25*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Рагу овощное со свининой | 200 | 3,89 | 7,26 | 18,79 | 284,94 | №331 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 178,00 | №469 2011г |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***430*** | ***7,59*** | ***13,54*** | ***55,21*** | ***500,83*** |  |
| **Итого за третий день:** | | **1615** | **46,74** | **69,16** | **182,34** | **1586,82** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **1 неделя День четвёртый** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное порционное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/5 | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 192,00 | №179 2011г |
| Яйцо варёное | 40 | 2,39 | 2,16 | 0,13 | 29,64 |  |
| Чай с сахаром и молоком | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89,00 | №394 2011г |
|  | ***445*** | ***13,67*** | ***19,47*** | ***54,43*** | ***455,64*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 | №130 2007г |
|  | ***180*** | ***0,9*** | ***0*** | ***18,18*** | ***76,00*** |  |
| **Обед** | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 1,59 | 4,08 | 13,53 | 128,8 | №76 2011г |
| Печень тушеная в сметане | 70 | 13,94 | 4,18 | 5,22 | 147,7 | 2003г |
| Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 6,84 | 5,78 | 32,94 | 216,4 | №168 2011г |
| Напиток из ягод с/м | 180 | 0,1 | 0,1 | 27,2 | 88,7 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 | ту |
|  | ***625*** | ***25,77*** | ***14,64*** | ***95,59*** | ***677,2*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 140/30 | 17,54 | 16,51 | 17,15 | 334,5 | №237 2011 г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 | №393 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71 | ту |
|  | ***380*** | ***19,96*** | ***16,73*** | ***42,15*** | ***446,5*** |  |
| **Итого за четвёртый день:** | | **1630** | **60,3** | **50,84** | **210,35** | **1655,34** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **1 неделя День пятый** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
| Кофейный напиток | 180 | 2,24 | 2,1 | 25,03 | 118,8 | №692 2004г |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 180/5 | 6,03 | 8,82 | 24,39 | 200,7 | №84 2004г |
|  | ***405*** | ***8,43*** | ***18,42*** | ***64,32*** | ***464,5*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 | №399 2011г |
|  | ***180*** | ***0,9*** | ***0*** | ***18,18*** | ***76,00*** |  |
| Солянка по домашнему с курой | 200 | 2,4 | 4,6 | 19,29 | 132,00 | №157 2004г |
| Птица( кура) тушенная в сметанном соусе | 70 | 10,5 | 3,5 | 2,8 | 109,13 |  |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 4,69 | 8,69 | 29,5 | 205,19 | №204 2011г |
| Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 0,45 | 0 | 19,03 | 77,94 | №639 2004 |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  | ***625*** | ***21,34*** | ***17,29*** | ***87,32*** | ***619,86*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 180 | 9,05 | 10,2 | 37,13 | 276,3 | №177 2011г |
| Манник | 50 | 3,6 | 7,04 | 20,62 | 133,5 | №274 2004г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
|  | ***410*** | ***12,71*** | ***17,26*** | ***67,21*** | ***447,69*** |  |
| **Итого за пятый день:** | | **1620** | **43,38** | **52,97** | **237,03** | **1608,05** |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **2 неделя День первый** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74 | № 6 2011г |
| Печенье | 25 | 0,4 | 0,52 | 4,52 | 24,43 |  |
| Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 9,05 | 10,2 | 37,13 | 276,3 | №177 2011г |
| Чай с сахаром и молоком | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89,00 | №394 2011г |
|  | ***400*** | ***12,22*** | ***20,36*** | ***56,06*** | ***463,73*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 | №399 2011г |
|  | ***180*** | ***0,9*** | ***0*** | ***18,18*** | ***76,00*** |  |
| **Обед** | Суп картофельный с горохом | 200 | 6,09 | 1,68 | 16,9 | 124,15 | №66 2003г |
| Плов со свининой | 170 | 18,36 | 10,03 | 32,13 | 292,4 | №443 2004г |
| Икра свекольная | 50 | 0,27 | 1,41 | 1,77 | 20,88 | №54 2011г |
| Компот из ягод с/м | 180 | 0,1 | 0,1 | 27,2 | 88,7 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  | ***625*** | ***24,23*** | ***16,64*** | ***88,8*** | ***649,78*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Омлет натуральный с зеленым горошком | 150/15 | 18,1 | 30,8 | 2,4 | 268,00 | №216 2011 |
| Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,00 | № 7 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 10 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
|  | ***365*** | ***22,78*** | ***33,97*** | ***26,66*** | ***412,89*** |  |
| **Итого за первый день:** | | **1570** | **60,13** | **70,97** | **189,7** | **1602,4** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **2 неделя День второй** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71 |  |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/5 | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 192,00 | №179 2011г |
| Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 154,8 | №397 2011г |
|  | ***405*** | ***12,28*** | ***18,16*** | ***55,81*** | ***491,8*** |  |
| **Завтрак 2** | Кефир | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,2 | 95,4 | №401 2011г |
|  | ***180*** | ***5,22*** | ***4,5*** | ***7,2*** | ***95,4*** |  |
| **Обед** | Борщ с картофелем и сметаной | 200 | 4,7 | 6,1 | 10,1 | 114,22 | №57 2011 г |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 4,26 | 7,9 | 26,8 | 186,53 | №204 2011г |
| Тефтели мясные с соусом | 50/20 | 6,02 | 6,16 | 5,67 | 137,34 | №286 2012г |
| Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 0,45 | 0 | 19,03 | 77,94 | №639 2004 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  | ***600*** | ***13,73*** | ***20,66*** | ***78,3*** | ***611,63*** |  |
| **Уплотнённый полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 10,93 | 15,00 | 20,91 | 349,50 | №66 2003г |
| Огурцы соленые | 50 | 1,4 |  | 1,5 | 6,00 |  |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 178,00 | №469 2011г |
|  | ***480*** | ***16,03*** | ***21,28*** | ***58,83*** | ***571,39*** |  |
| **Итого за второй день:** | | **1665** | **47,26** | **64,6** | **200,14** | **1770,22** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **2 неделя День третий** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 6,84 | 10,8 | 34,67 | 263,00 | №172 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
|  | ***405*** | ***9,3*** | ***18,32*** | ***59,03*** | ***445,89*** |  |
| **Завтрак 2** | Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,00 |  |
|  | ***100*** | ***0,4*** | ***0,4*** | ***9,8*** | ***44,00*** |  |
| **Обед** | Рассольник ленинградский со сметаной | 200 | 1,59 | 4,08 | 13,53 | 128,8 | №76 2011г |
| Печень тушеная в сметане | 70 | 13,94 | 4,18 | 5,22 | 147,7 | 2003г |
| Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 6,84 | 5,78 | 32,94 | 216,4 | №168 2011г |
| Напиток из изюма | 180 | 0,34 | 0,08 | 16,35 | 67,98 | №401 2008г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 |  |
|  | ***625*** | ***26,01*** | ***14,62*** | ***84,74*** | ***656,48*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Пюре картофельное | 100 | 2,60 | 41,03 | 15,78 | 117,54 | №321 2011г |
| Суфле рыбное | 70 | 13,7 | 13,1 | 12,4 | 221,3 |  |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
|  | ***380*** | ***18,66*** | ***54,35*** | ***52,44*** | ***447,73*** |  |
| **Итого за третий день:** | | **1510** | **54,37** | **87,69** | **206,01** | **1594,10** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **2 неделя День четвёртый** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 | ту |
| Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 6,84 | 10,8 | 34,67 | 263,00 | №172 2011г |
| Кофейный напиток | 180 | 2,24 | 2,1 | 25,03 | 118,8 | №692 2004г |
|  | ***405*** | ***11,48*** | ***20,4*** | ***74,6*** | ***526,8*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 |  |
|  | ***180*** | ***0,9*** | ***0*** | ***18,18*** | ***76,00*** |  |
| **Обед** | Суп картофельный с яйцом | 200 | 9,2 | 4,48 | 14,24 | 149,00 | №140 2004г |
| Ежики мясные с соусом | 120/50 | 14,3 | 15,7 | 32,1 | 284,00 | №450 1996г |
| Напиток из ягод с/м | 180 | 0,1 | 0,1 | 27,2 | 88,7 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 | ту |
|  | ***595*** | ***26,9*** | ***20,78*** | ***90,24*** | ***617,3*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 140/30 | 17,54 | 16,51 | 17,15 | 334,5 | №237 2011 г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41,00 | №393 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
|  | ***380*** | ***19,96*** | ***16,73*** | ***42,15*** | ***446,5*** |  |
| **Итого за четвёртый день:** | | **1560** | **59,24** | **57,91** | **225,17** | **1666,6** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|  |  |  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |  |
| **2 неделя День пятый** | |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,00 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 71,00 |  |
| Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,00 | № 7 2011г |
| Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 9,05 | 10,2 | 37,13 | 276,3 | №177 2011г |
| Чай с сахаром и молоком | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89,00 | №394 2011г |
|  | ***415*** | ***16,44*** | ***22,99*** | ***56,34*** | ***546,3*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 |  |
|  | ***180*** | ***0,9*** | ***0*** | ***18,18*** | ***76,00*** |  |
| **Обед** | Суп вермишелевый с курой | 200 | 2,2 | 4,6 | 11,00 | 152,2 |  |
| Капуста тушенная с курой | 200 | 5,78 | 20,42 | 7,48 | 275,01 | №534 |
| Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 0,45 | 0 | 19,03 | 77,94 | №639 2004 |
| Хлеб ржаной | 45 | 3,3 | 0,5 | 16,7 | 95,6 | ту |
|  | ***625*** | ***11,73*** | ***25,52*** | ***54,48*** | ***600,75*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 180 | 9,05 | 10,2 | 37,13 | 276,3 | №177 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,46 | 37,89 | №392 2011г |
| Манник | 50 | 3,6 | 7,04 | 20,62 | 133,5 | №274 2004г |
|  | ***410*** | ***12,71*** | ***17,26*** | ***67,21*** | ***447,69*** |  |
| **Итого за пятый день:** | | **1630** | **41,74** | **65,77** | **196,21** | **1670,74** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Нормативная документация :

2.3/2.4.3590-20 «САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного , 2007 г

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. Коровка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания , 2004г

Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. –М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.

Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО,

2003.

Н.В. Злобина ,Н.А. Киселева. Алгоритм разработки перспективного меню при приготовлении питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ РИЦ «Мир Кубани» г.Краснодар, 2007г – 182 с

Сборник методических рекомендаций по организации питания детй и подростков Санкт- Петербурга – СПБ ; Речь, 2008 – 800с.