

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Печенье | 25 | 0,4 | 0,52 | 4,52 | 24,43 |  |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 7,51 | 8,34 | 30,44 | 227,00 | №177 2011г |
| Чай с сахаром и молоком | 150 | 2,22 | 1,95 | 11,92 | 74,16 | №394 2011г |
|  | ***338*** | ***10,93*** | ***16,65*** | ***46,96*** | ***384,79*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 150 | 0,75 | 0 | 15,15 | 63,33 |  |
|  | ***150*** | ***0,75*** | ***0*** | ***15,15*** | ***63,33*** |  |
| **Обед** | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной | 150 | 4,14 | 3,27 | 8,12 | 78,48 | №202 2005г |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5,78 | 4,89 | 27,87 | 183,1 | №168 2011г |
| Гуляш из отварного мяса | 60 | 7,7 | 6,19 | 1,98 | 112,2 | №277 2011г |
| Напиток из ягод с/м | 150 | 0,08 | 0,08 | 22,6 | 73,91 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  | ***505*** | ***20,26*** | ***14,81*** | ***73,55*** | ***522,04*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Омлет натуральный с зеленым горошком | 130/15 | 15,68 | 26,69 | 2,08 | 232,67 | №216 2011 |
| Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,00 | № 7 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
|  | ***330*** | ***19,96*** | ***29,81*** | ***22,29*** | ***359,4*** |  |
| **Итого за первый день:** | | **1323** | **51,9** | **61,27** | **157,95** | **1329,56** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 7,51 | 8,34 | 30,44 | 227,00 | №177 2011г |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 1,86 | 1,75 | 20,8 | 99,00 | №692 2004г |
|  |  | ***338*** | ***11,36*** | ***16,09*** | ***63,65*** | ***444,36*** |  |
| **Завтрак 2** | Кефир | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,5 |  |
|  |  | ***150*** | ***4,35*** | ***3,75*** | ***6,00*** | ***79,5*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный со свининой | 150 | 1,75 | 2,25 | 10,00 | 127,5 | №89 2007г |
| Котлета мясная | 70 | 13,7 | 13,1 | 12,4 | 221,3 | №282 20011г |
| Картофельное пюре | 110 | 2,87 | 45,14 | 17,36 | 129,3 | №321 2011г |
| Напиток из сухофруктов | 150 | 0,37 | 0 | 15,85 | 64,95 | 2004г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  |  | ***515*** | ***21,25*** | ***60,87*** | ***68,59*** | ***617,4*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 100/20 | 13,15 | 12,38 | 12,86 | 250,87 | №237 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
|  |  | ***295*** | ***15,11*** | ***12,55*** | ***33,07*** | ***341,6*** |  |
| **Итого за второй день:** | | **1298** | **52,07** | **93,26** | **171,31** | **1482,86** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Сыр порционный | 8 | 1,85 | 2,36 | 0 | 28,8 | № 7 2011г |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4,52 | 4,2 | 13,67 | 110,78 | № 93 2011г |
| Какао с молоком | 150 | 3,05 | 2,65 | 13,18 | 129,00 | №397 2011г |
|  | ***341*** | ***11,41*** | ***15,21*** | ***39,26*** | ***386,94*** |  |
| **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 | 150 | 6,93 | 16,52 | 7,56 | 87,00 | №61 2011 |
| Рис отварной | 110 | 3,96 | 5,06 | 44,22 | 234,00 | №168 2011г |
| Котлета рыбная | 70 | 10,59 | 6,47 | 4,17 | 117,00 | №248 2011г |
| Напиток из изюма | 150 | 0,28 | 0,06 | 13,62 | 56,65 | №401 2008г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  | ***515*** | ***24,32*** | ***28,49*** | ***82,55*** | ***596,00*** |  |
| **Уплотнённый полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| Рагу овощное со свининой | 170 | 3,30 | 6,71 | 15,97 | 242,19 | №331 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 178,00 | №469 2011г |
|  | ***370*** | ***6,99*** | ***12,98*** | ***50,81*** | ***451,76*** |  |
| **Итого за третий день:** | | **1373** | **43,12** | **57,08** | **182,42** | **1478,7** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 150/5 | 5,17 | 6,22 | 20,9 | 160,00 | №179 2011г |
| Яйцо вареное | 40 | 2,39 | 2,16 | 0,13 | 29,64 |  |
| Чай с сахаром и молоком | 150 | 2,22 | 1,95 | 11,92 | 74,16 | №394 2011г |
|  | ***371*** | ***11,77*** | ***16,33*** | ***45,36*** | ***382,16*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 150 | 0,75 | 0 | 15,15 | 63,33 |  |
|  | ***150*** | ***0,75*** | ***0*** | ***15,15*** | ***63,33*** |  |
| **Обед** | Рассольник Ленинградский со сметаной | 150 | 1,9 | 3,06 | 10,14 | 96,6 | №76 2011г |
| Печень тушеная в сметане | 60 | 11,94 | 3,58 | 4,47 | 126,6 | 2003г |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5,78 | 4,89 | 27,87 | 183,1 | №168 2011г |
| Напиток из ягод с/м | 150 | 0,08 | 0,08 | 22,6 | 73,91 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 | ту |
|  | ***505*** | ***22,26*** | ***11,99*** | ***78,06*** | ***554,56*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 100/20 | 13,15 | 12,38 | 12,86 | 250,87 | №237 2011 г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №393 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 | ту |
|  | ***295*** | ***15,11*** | ***12,55*** | ***33,07*** | ***341,6*** |  |
| **Итого за четвёртый день:** | | **1291** | **49,89** | **40,87** | **171,64** | **1341,65** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Кофейный напиток | 150 | 1,86 | 1,75 | 20,8 | 99,00 | №692 2004г |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 150/5 | 5,02 | 7,35 | 20,32 | 167,25 | №84 2004г |
|  | ***338*** | ***8,87*** | ***15,1*** | ***53,53*** | ***384,61*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 150 | 0,75 | 0 | 15,15 | 63,33 | №399 2011г |
|  | ***150*** | ***0,75*** | ***0*** | ***15,15*** | ***63,33*** |  |
| **Обед** | Солянка по домашнему с курой | 150 | 1,8 | 3,45 | 14,46 | 99,00 | №157 2004г |
| Птица( кура) тушенная в сметанном соусе | 60 | 9,00 | 3,00 | 2,4 | 93,69 |  |
| Макаронные изделия отварные | 110 | 4,69 | 8,69 | 29,5 | 205,19 | №204 2011г |
| Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 0,37 | 0 | 15,85 | 64,95 | №639 2004 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  | ***505*** | ***18,42*** | ***15,52*** | ***75,19*** | ***537,18*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 150 | 7,51 | 8,34 | 30,44 | 227,00 | №177 2011г |
| Манник | 50 | 3,6 | 7,04 | 20,54 | 133,5 | №274 2004г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
|  | ***350*** | ***11,16*** | ***15,39*** | ***58,86*** | ***392,07*** |  |
| **Итого за пятый день:** | | **1353** | **39,2** | **56,01** | **202,73** | **1377,19** |  |
| **Итого среднее за первую неделю:** | |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Печенье | 25 | 0,4 | 0,52 | 4,52 | 24,43 |  |
| Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 7,51 | 8,34 | 30,44 | 227,00 | №177 2011г |
| Чай с сахаром и молоком | 150 | 2,22 | 1,95 | 11,92 | 74,16 | №394 2011г |
|  | ***338*** | ***10,21*** | ***16,65*** | ***46,96*** | ***384,79*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 150 | 0,75 | 0 | 15,15 | 63,33 | №399 2011г |
|  | ***150*** | ***0,75*** | ***0*** | ***15,15*** | ***63,33*** |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с горохом | 150 | 4,56 | 1,26 | 12,67 | 93,11 | №66 2003г |
| Плов со свининой | 170 | 18,36 | 10,03 | 32,13 | 292,4 | №443 2004г |
| Икра свекольная | 30 | 0,18 | 0,94 | 1,18 | 13,92 | №54 2011г |
| Компот из ягод с/м | 150 | 0,08 | 0,08 | 22,6 | 73,91 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  | ***535*** | ***25,74*** | ***12,69*** | ***81,56*** | ***547,69*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Омлет натуральный с зеленым горошком | 130/15 | 15,68 | 26,69 | 2,08 | 232,67 | №216 2011 |
| Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,00 | № 7 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
|  | ***330*** | ***19,96*** | ***29,81*** | ***22,29*** | ***359,4*** |  |
| **Итого за первый день:** | | **1353** | **56,66** | **59,15** | **165,96** | **1355,21** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 150/5 | 5,17 | 6,22 | 20,9 | 160,00 | №179 2011г |
| Какао с молоком | 150 | 3,05 | 2,65 | 13,18 | 129,00 | №397 2011г |
|  | ***338*** | ***10,21*** | ***14,87*** | ***46,49*** | ***407,36*** |  |
| **Завтрак 2** | Кефир | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,5 |  |
|  | ***150*** | ***4,35*** | ***3,75*** | ***6,00*** | ***79,5*** |  |
| **Обед** | Борщ с картофелем и сметаной | 150 | 3,52 | 4,57 | 7,57 | 85,66 | №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 | 150 | 0,37 | 0 | 15,85 | 64,95 | №639 2004 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  | ***505*** | ***16,73*** | ***19,01*** | ***68,87*** | ***548,83*** |  |
| **Уплотнённый полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| Жаркое по-домашнему | 170 | 9,29 | 12,75 | 17,77 | 297,07 | №66 2003г |
| Огурец солёный порционный | 30 | 0,84 |  | 0,9 | 3,6 |  |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 178,00 | №469 2011г |
|  | ***400*** | ***13,82*** | ***19,02*** | ***53,51*** | ***510,24*** |  |
| **Итого за второй день:** | | **1393** | **45,11** | **56,65** | **174,87** | **1545,93** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 5,7 | 9,06 | 28,90 | 220,0 | №172 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
|  | ***338*** | ***7,74*** | ***15,07*** | ***49,19*** | ***369,93*** |  |
| **Завтрак 2** | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,00 |  |
|  | ***100*** | ***0,4*** | ***0,4*** | ***9,8*** | ***44,00*** |  |
| **Обед** | Рассольник ленинградский со сметаной | 150 | 1,9 | 3,06 | 10,14 | 96,6 | №76 2011г |
| Печень тушенная в сметане | 60 | 11,94 | 3,58 | 4,47 | 126,6 | 2003г |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5,78 | 4,89 | 27,87 | 183,1 | №168 2011г |
| Напиток из изюма | 150 | 0,28 | 0,06 | 13,62 | 56,65 | №401 2008г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 |  |
|  | ***505*** | ***22,46*** | ***11,97*** | ***69,08*** | ***537,3*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Пюре картофельное | 100 | 2,60 | 41,03 | 15,78 | 117,54 | №321 2011г |
| Суфле рыбное | 60 | 14,29 | 8,4 | 4,13 | 188,2 | №282 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
|  | ***335*** | ***18,85*** | ***49,60*** | ***40,12*** | ***396,47*** |  |
| **Итого за третий день:** | | **1288** | **49,45** | **76,94** | **168,19** | **1347,7** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 | ту |
| Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 5,70 | 9,06 | 28,90 | 220,0 | №172 2011г |
| Кофейный напиток | 150 | 1,86 | 1,75 | 20,8 | 99,00 | №692 2004г |
|  | ***338*** | ***9,55*** | ***16,81*** | ***62,11*** | ***437,36*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 150 | 0,75 | 0 | 15,15 | 63,33 |  |
|  | ***150*** | ***0,75*** | ***0*** | ***15,15*** | ***63,33*** |  |
| **Обед** | Суп картофельный с яйцом | 150 | 6,9 | 3,36 | 10,68 | 111,75 | №140 2004г |
| Ежики мясные с соусом | 100/50 | 12,61 | 13,85 | 28,32 | 250,58 | №450 1996г |
| Напиток из ягод с/м | 150 | 0,08 | 0,08 | 22,6 | 73,91 | №394 2004г |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 | ту |
|  | ***485*** | ***22,15*** | ***17,67*** | ***74,58*** | ***510,59*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 100/20 | 13,15 | 12,38 | 12,86 | 250,87 | №237 2011 г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №393 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
|  | ***295*** | ***15,11*** | ***12,55*** | ***33,07*** | ***341,60*** |  |
| **Итого за четвёртый день:** | | **1268** | **47,56** | **47,03** | **184,91** | **1352,88** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 8 | 0,08 | 5,84 | 0,08 | 59,2 | № 6 2011г |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,91 | 0,16 | 12,33 | 59,16 |  |
| Сыр порционный | 8 | 1,85 | 2,36 | 0 | 28,8 | № 7 2011г |
| Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 7,51 | 8,34 | 30,44 | 227,00 | №177 2011г |
| Чай с сахаром и молоком | 150 | 2,22 | 1,95 | 11,92 | 74,16 | №394 2011г |
|  | ***346*** | ***13,57*** | ***18,65*** | ***54,77*** | ***448,32*** |  |
| **Завтрак 2** | Сок | 150 | 0,75 | 0 | 15,15 | 63,33 |  |
|  | ***150*** | ***0,75*** | ***0*** | ***15,15*** | ***63,33*** |  |
| **Обед** | Суп вермишелевый с курой | 150 | 1,65 | 3,45 | 8,25 | 114,15 |  |
| Капуста тушенная с курой | 170 | 4,91 | 17,35 | 3,40 | 233,75 | №534 |
| Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 0,37 | 0 | 15,85 | 64,95 | №639 2004 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,56 | 0,38 | 12,98 | 74,35 | ту |
|  | ***505*** | ***9,46*** | ***21,18*** | ***40,48*** | ***487,2*** |  |
| **Уплотнённый полдник** | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 150 | 7,51 | 8,34 | 30,44 | 227,00 | №177 2011г |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0,05 | 0,016 | 7,88 | 31,57 | №392 2011г |
| Манник | 50 | 3,6 | 7,04 | 20,54 | 133,5 | №274 2004г |
|  | ***350*** | ***11,16*** | ***15,54*** | ***58,86*** | ***392,07*** |  |
| **Итого за пятый день:** | | **1351** | **34,94** | **55,37** | **177,02** | **1390,92** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

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