День: понедельник 02.06.2025

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,6до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша из смеси круп молочная жидкая	150/4-200/5	6,1-8,1	7,3-9,7	21,7-28,9	178-237	Разд4.4 сб.2010
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Чай с молоком сахаром	180-200	1,26-1,4	1,44-1,6	14,22-15,8	72-80	195
Итого за завтрак		363-440	9,34-11,9	12,38-15,7	47,93-59,2	340-426	
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	80-100	1,2-1,5	0,4 -0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	пр
Итого за второй завтрак		80-100	1,2- 1,5	0,4 -0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	40-60	0,5- 0,7	3,5-5,3	2,0-3,7	41-65	21
	Суп картофельный с клёцками	150-200	1,3-1,7	1,7-2,3	8,6-11,5	56-74	38
	Котлета рубленая	60-70	12,1-14,14	14,9-17,37	7,69-8,98	214,5-249,9	205
	Картофель отварной в молоке	150-200	3,7-4,9	4,2-5,6	12,9-17,2	105-140	205
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
	Компот из кураги	180-200	0,8-1,0	0,04-0,05	18,5-22,6	75-91	58
Итого за обед		620 -790	21,56-27,18	24,7-31,22	69,01-92,96	586-762	
Полдник	Биточки манные с вареньем	100/10-150/15	3,7-5,6	3,7-5,6	26,4-39,6	154-230	240
	Молоко кипячённое	180-200	5,22-5,8	5,85-6,5	8,1-9,0	104-116	193
	Кондитерские изделия, вафли	15-20	0,48-0,64	0,42-0,56	12,01-16,01	51-68	пр
Итого за полдник		305-385	9,4-12,04	9,97-12,66	46,51-64,6	309-414	
Итого за день		1368-1715	41,5-52,62	47,4-60,08	180,2-237,7	1307-1693	

День: вторник 03.06.2025

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	150/4-200/5	3,8-5,0	6,1-8,2	22,7-30,3	161-215	311
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Кофейный напиток на молоке	180-200	2,7-3,0	2,79-3,1	16,1-17,9	98-109	197
Итого за завтрак		363-440	8,5-10,4	12,53-15,7	50,81-62,7	349-433	
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	пр
Итого за второй завтрак		150	0,75	0	19,05	79,02	
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	40-60	0,5 -0,7	3,5-5,3	2,0-3,7	41-65	21
	Суп картофельный с бобовыми	150-200	4,0-5,4	2,5-3,3	11,7-15,6	86-115	139
	Жаркое по домашнему с мясом	120-150	6,9-12,5	7,5-12,8	3,7-14,8	111-226	436
	Компот из сухофруктов	180-200	0,8-0,9	0,05-0,05	29,94-26,6	95-105	205
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
Итого за обед		530-670	15,36-24,24	13,95-22,0	66,6-89,68	428,2-653,8	
Полдник	Булочка с повидлом	80-100	4,7-5,9	2,3-3,1	43,5-54,6	213-265	746
	Чай с сахаром	180-200	0,0-0,0	0,0-0,0	12,7-13,3	49-51	194
Итого за полдник		260-300	4,7-5,9	2,3-3,1	56,2-67,9	262-316	
Итого за день		1303-1560	29,31-41,29	28,78-40,8	192,6-239,3	1118-1481	

День: среда 04.06.2025

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	150/4-200/5	5,3-7,1	6,1-8,2	27,8-37,0	188-251	85
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Кофейный напиток на молоке	180-200	2,52-2,8	2,79-3,1	12,96-14,4	84,6-94	50
Итого за завтрак		362-440	9,8-12,3	12,53-15,7	52,77-65,9	363-454	
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	80-100	1,2-1,5	0,4 -0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	пр
Итого за второй завтрак		80-100	1,2-1,5	0,4 -0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	
Обед	Салат из свежей капусты	40-60	0,8-1,2	1,8-2,7	3,7-5,5	34-51	43
	Борщ с капустой картофелем	150/4-200/5	1,1-1,5	3,2-3,9	7,2-9,5	61-79	124
	Запеканка рисовая с курой	120/16-150/20	10,56-13,2	11,76-14,7	17,92-22,4	222-277	430
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
	Кисель плодово- ягодный	180-200	0,0	0,0	29,94-26,6	95-105	205
Итого за обед		550-695	15,62-20,64	17,16-27,9	78,08-92,9	507-654	
Полдник	Вареники ленивые	120/3-150/4	13,57-17,0	14,46-18,1	13,98-17,5	239-299	355
	Чай с молоком сахаром	180-200	1,26-1,4	1,44-1,6	14,22-15,8	72-80	195
Итого за полдник		303-354	14,8-18,4	15,9-19,7	28,2-33,3	311- 379	
Итого за день		1295-1589	41,42-52,84	46,0-63,8	175,8-213,0	1253-1577	

День: четверг 05.06.2025

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Суп молочный с рисом	150-200	2,6-3,5	3,3-4,4	10,9-14,5	83-111	161
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Кофейный напиток на молоке	180-200	2,7-3,0	2,79-3,1	16,1-17,9	98-109	197
Итого за завтрак		359-435	7,28-8,9	9,73-11,9	39,01-46,9	271-329	
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	пр
Итого за второй завтрак		150	0,75	0	19,05	79,02	
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	40-60	0,5 -0,7	3,5-5,3	2,0-3,7	41-65	21
	Суп крестьянский с крупой	150/5-200/5	1,4-1,9	3,7-4,6	7,0-9,3	67-86	134
	Биточки рыбные	50- 75	7,4-11,2	5,7-8,5	6,4-9,7	107-161	388
	Пюре картофельное	120-150	2,8-3,5	3,8-4,8	11,8-14,7	94-117	520
	Компот из изюма	180-200	2,16-2,4	0,09-0,1	36,99-41,4	154-171	639
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
Итого за обед		585-750	17,42-24,44	17,19-23,9	83,5-107,78	558-742,8	
Полдник	Макароны отварные с тёртым сыром	120-150	6,9-8,63	10,2-12,75	22,2-27,8	211-264	333
	Чай с сахаром	180-200	0,0-0,0	0,0-0,0	12,7-13,3	49-51	194
	Хлеб	25-30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,5	59,5-71,4	пр
Итого за полдник		325-380	8,88-11,0	10,45-13,0	46,9-55,6	319-386	
Итого за день		1419-1715	34,33-45,09	37,37-48,8	188,4-229,3	1227-1536	

День: пятница 06.06.2025

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,6до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом	150/4-200/5	6,6-8,8	6,9-9,1	26,6-35,5	195-260	302
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Чай с молоком сахаром	180-200	1,26-1,4	1,44-1,6	14,22-15,8	72-80	195
Итого за завтрак		363-440	9,84-12,6	11,98-15,1	52,83-65,8	357-449	
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	пр
Итого за второй завтрак		150	0,75	0	19,05	79,02	
Обед	Салат из свежей моркови	40-60	0,4-0,6	1,8-2,7	5,8-8,7	40-60	10
	Щи из свежей капусты с картофелем	150/4-200/5	1,2-1,6	3,2-3,9	4,4-5,8	51-65	124
	Фрикадельки из кур	50/3- 60/4	6,8-8,2	7,8-9,4	3,7-4,4	113-135	157
	Макаронные изделия отварные	120-150	4,5-5,5	3,8-4,6	27,9-32,9	166-198	44
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
	Компот из сухофруктов	180-200	0,8-0,9	0,05-0,05	29,94-26,6	95-105	205
Итого за обед		551-739	16,86-21,54	17,05-21,2	91,0-107,38	520-705	
Полдник	Булочка «Веснушка»	50-90	3,7-6,6	2,4-4,3	24,4-44,0	135-243	773
	Молоко кипячённое	180-200	5,22-5,8	5,85-6,5	8,1-9,0	104-116	193
Итого за полдник		230-290	8,92-12,4	8,25-10,8	32,5-53,0	239-359	
Итого за день		1294-1619	36,37-47,29	37,28-47,1	195,3-245,2	1195-1592	