

Российская федерация  
Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
Детский сад  
общеразвивающего вида № 1  
с приоритетным осуществлением  
деятельности по  
художественно-эстетическому  
направлению



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ ДС№ 1  
О.Н. Тактаева  
«03» июня 2024 г.

# ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(летний период)

Дети с 1,5 до 3х лет

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.  
Сезон летний.

Меню приготавливаемых блюд.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепту			
			Белки	Жиры	Углеводы						
День 1 (понедельник).											
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл											
ЗАВТРАК	Каша молочная геркулесовая с масл.сливочным.	150	5.99	6.93	22.54	176.42	173				
	Батон нарезной Витамины. с маслом сливочным.	40	2.34	5.17	15.54	118.22	8				
	Чай с молоком сахаром	180	2.38	2.39	11.54	77.22	378				
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>377</b>	<b>10.71</b>	<b>14.49</b>	<b>49.62</b>	<b>371.86</b>					
10:00	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389				
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8				
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200</b>	<b>0.82</b>	<b>0.16</b>	<b>0.48</b>	<b>26.20</b>	<b>19.95</b>	<b>110</b>	<b>91.2</b>		
ОБЕД	Икра кабачковая.	40	0.54	2.12	3.47	35.1	73				
	Суп крестьянский с рисом на мясном бульоне.	180	5.85	9.85	17.08	191.21	98				
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным.	120	5.11	2.17	31.36	165.24	203				
	Бефстроганов из мяса свинины.	60	11.68	25.10	7.79	330.2	7				
	Компот из сухофруктов.	180	0.05	0.00	10.58	40.3	349				
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1				
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>620</b>	<b>25.87</b>	<b>39.66</b>	<b>84.56</b>	<b>836.65</b>	<b>34.8</b>	<b>2</b>			
ПОЛДНИК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным.	150	7.25	7.61	25.92	201.15	183				
	Напиток "Витолшка" витаминизированный.	180	0.00	0.00	0.00	0	353				
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2				
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>8.57</b>	<b>7.85</b>	<b>32.6</b>	<b>235.95</b>					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1547</b>	<b>1442</b>	<b>45.97</b>	<b>46.57</b>	<b>62.16</b>	<b>62.48</b>	<b>192.98</b>	<b>186.73</b>	<b>1554.46</b>	<b>1535.66</b>

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летний.

Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепту ры			
			Белки	Жиры	Углеводы						
<b>День 2 (вторник).</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная с маслом сливочным.	150	6.18	5.82	27.06	185.64	175				
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валиптек -8 с повидлом.	40	1.98	0.27	11.40	59.7	1/3				
		180	3.04	3.15	11.59	86.49	382				
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>11.20</b>	<b>9.24</b>	<b>50.05</b>	<b>331.83</b>					
10:00	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389				
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8				
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200</b>	<b>0.82</b>	<b>1.42</b>	<b>0.16</b>	<b>0.48</b>	<b>26.20</b>	<b>19.95</b>	<b>110</b>	<b>91.2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Нарезка из свежих огурцов.	40	0.36	0.04	1.12	6.3	71				
	Суп с домашней лапшой на курином бульоне.	180	11.39	3.62	19.51	157.48	217				
	Картофель отварной запеченный.	120	2.37	3.16	19.14	114.7	313				
	Шницель из рыбы.	60	14.81	5.75	9.10	149.49	29				
	Компот из изюма.	180	0.43	0.09	17.87	69.89	348				
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валиптек-8).	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1				
	Хлеб ржаной витаминизир. (Валиптек - 8).	40	2.64	0.48	13.36	69.6	2				
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>640</b>	<b>33.32</b>	<b>13.32</b>	<b>87.7</b>	<b>607.26</b>					
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка рисовая с творогом с молоком сухим.	105	18.10	15.83	21.97	300.1	188				
	Кофейный напиток с молоком	180	2.75	3.02	11.38	83.03	379				
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>20.85</b>	<b>18.85</b>	<b>33.35</b>	<b>383.13</b>					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1530</b>	<b>1425</b>	<b>66.19</b>	<b>66.79</b>	<b>41.57</b>	<b>41.89</b>	<b>197.30</b>	<b>191.05</b>	<b>1432.22</b>	<b>1413.42</b>

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летний.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл</b>							
<b>День 3 (среда).</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с круглой (рис) с маслом сливочным.	150	4.04	5.15	13.03	115.12	121
	Батон нарезной Витаминизированный с сыром.	30   15	4.85	3.52	15.77	114.16	9
	Напиток "Виташока" витаминизированный	180	0.00	0.00	0.00	0	353
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>375</b>	<b>8.89</b>	<b>8.67</b>	<b>28.80</b>	<b>229.28</b>	
10:00	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389
	Игли нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200   95</b>	<b>0.82   1.42</b>	<b>0.16   0.48</b>	<b>26.20   19.95</b>	<b>110   91.2</b>	<b>70</b>
<b>ОБЕД</b>	Нарезка из свежих помидоров.	40	0.27	0.09	1.89	8.96	104
	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной.	180	8.96	15.37	18.50	266.71	65
	Каша гречневая рассыпчатая.	120	5.06	2.56	22.87	134.53	271
	Котлета домашняя из мяса свинины.	60	12.30	24.51	7.88	332.48	331
	Соус красный основной.	35	0.60	2.15	3.36	35.58	376
	Чай с сахаром.	180	0.20	0.00	8.01	32.22	1
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.18	7.60	39.8	2
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	40	2.64	0.48	13.36	69.6	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>640</b>	<b>30.75</b>	<b>43.19</b>	<b>80.11</b>	<b>884.3</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет натуральный запеченный с маслом сливочным.	130	7.89	10.01	3.60	136.55	210
	Молоко кипяченое.	180	5.22	5.76	8.46	108	10
	Кондитерское изделие.	40	3.00	4.72	29.96	166.84	4
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>16.11</b>	<b>20.49</b>	<b>42.02</b>	<b>411.39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1565   1460</b>	<b>56.57   57.17</b>	<b>72.51   72.83</b>	<b>177.13   170.88</b>	<b>1634.97   1616.17</b>	

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.  
Сезон летний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 4 (четверг).</b>								
<b>Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	150	6.46	6.36	23.82	178.95	182	
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с маслом сливочным.	40 7	2.64	0.36	15.20	79.6	14	
	Кисель.	180	0.00	0.00	7.30	28.51	358	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>377</b>	<b>9.10</b>	<b>6.72</b>	<b>46.32</b>	<b>287.06</b>		
10:00	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389.	
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8	
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200 95</b>	<b>0.82 1.42</b>	<b>0.16 0.48</b>	<b>26.20 19.95</b>	<b>110 91.2</b>		
<b>ОБЕД</b>	Свекла отварная нарезанная солтомкой.	40	0.65	0.04	3.78	18.2	81	
	Суп "Снежок" на курином бульоне со сметаной.	180	7.24	12.46	14.96	214.07	101	
	Жаркое по-домашнему с мясом кури.	180	17.35	4.72	24.44	210.26	259	
	Компот из яблок.	180	0.11	0.11	11.43	45.86	344	
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8)	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>40 640</b>	<b>2.64 29.31</b>	<b>0.48 17.99</b>	<b>13.36 75.571</b>	<b>69.6 597.79</b>	<b>2</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Вареники ленивые из творога с молоком	105 25	19.01	13.77	26.62	306.75	55	
	Какао с молоком.	180	3.04	3.15	11.59	86.49	382	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>22.05</b>	<b>16.92</b>	<b>38.21</b>	<b>393.24</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1527 1422</b>	<b>61.28 61.88</b>	<b>41.79 42.11</b>	<b>186.30 180.05</b>	<b>1388.09 1369.29</b>		

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.  
Сезон летний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл								
День 5 (пятница).								
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями маслом сливочным.	150	5.12	5.84	16.50	139.5	120	
	Батон нарезной витаминиз. с повидлом.	40   10	3.00	1.60	20.56	104.8	11	
	Чай с сахаром.	180	0.20	0.00	8.01	32.22	379	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>8.32</b>	<b>7.44</b>	<b>45.07</b>	<b>276.52</b>		
10:00	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389	
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8	
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200   95</b>	<b>0.82   1.42</b>	<b>0.16   0.48</b>	<b>26.20   19.95</b>	<b>110   91.2</b>		
ОБЕД	Нарезки из свежих огурцов и помидоров.	40	0.35	0.08	1.68	8.48	72	
	Борщ на мясном бульоне со сметаной.	180	7.06	10.33	18.36	206.19	27	
	Плов из мяса свинины.	180	12.69	20.84	30.56	386.44	244	
	Напиток "Витошка" витаминизированный.	180	0.00	0.00	0.00	0	353	
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-9)	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1	
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	40	2.64	0.48	13.36	69.6	2	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>640</b>	<b>24.06</b>	<b>31.91</b>	<b>71.56</b>	<b>710.51</b>		
ПОЛДНИК	Булочка дорожная с насыпкой.	60	4.63	0.68	31.05	152.08	418	
	Компот из сухофруктов.	180	0.05	0.00	10.58	40.3	349	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>255</b>	<b>6</b>	<b>0.86</b>	<b>49.23</b>	<b>232.18</b>		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>435</b>	<b>6.05</b>	<b>0.86</b>	<b>59.81</b>	<b>272.48</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1475   1370</b>	<b>39.20   39.80</b>	<b>40.37   40.69</b>	<b>192.06   185.81</b>	<b>1329.21   1310.41</b>		

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность		№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	кДж		
<b>Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл</b>									
<b>День 6 (понедельник)</b>									
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным.	150	7.24	7.61	25.92	201.15	183		
	Батон нарезной витаминизированный с сыром.	40   10	3.00	1.60	20.56	104.8	9		
	Чай с молоком сахаром	180	2.38	2.39	11.54	77.22	378		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>12.62</b>	<b>11.60</b>	<b>58.02</b>	<b>383.17</b>			
	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389		
10:00	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8		
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200   95</b>	<b>0.82   1.42</b>	<b>0.16   0.48</b>	<b>26.20   19.95</b>	<b>110   91.2</b>			
	Горошек зеленый консервированный.	40	2	0.08	3.32	22	131		
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне.	180	6.84	9.91	21.73	214.43	103		
	Каша рисовая рассыпчатая.	120	3.40	2.40	28.07	147.7	304		
	Шницель из мяса свинины.	60	12.40	23.52	8.57	236.8	162		
	Соус красный основной.	35	0.60	2.15	3.36	35.58	331		
	Кисель.	180	0.00	0.00	8.39	32.47	358		
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-)	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1		
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>655</b>	<b>27.88</b>	<b>38.48</b>	<b>87.72</b>	<b>763.58</b>			
	Омлет натуральный запеченный с маслом сливочным.	130	7.89	10.01	3.60	136.55	210		
	Кофейный напиток с молоком.	180	2.75	3.02	11.38	83.03	348		
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>11.96</b>	<b>13.27</b>	<b>21.66</b>	<b>254.38</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1565   1460</b>	<b>53.28   53.88</b>	<b>63.51   63.83</b>	<b>193.60   187.35</b>	<b>1511.13   1492.33</b>			

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы						
<b>Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл</b>											
<b>День 7 (вторник).</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	150	6.12	5.90	23.57	172.26	182				
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с маслом сливочным.	407	2.64	0.36	15.20	79.6	14				
	Какао с молоком.	180	3.04	3.15	11.59	86.49	382				
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>377</b>	<b>11.80</b>	<b>9.41</b>	<b>50.36</b>	<b>338.35</b>					
<b>10:00</b>	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.20	110	389				
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8				
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200</b>	<b>0.82</b>	<b>1.42</b>	<b>0.16</b>	<b>0.48</b>	<b>26.20</b>	<b>19.95</b>	<b>110</b>	<b>91.2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Нарезка из свежих овощей.	40	0.36	0.04	1.12	6.3	71				
	Щи на курином бульоне со сметаной.	180	8.73	3.44	15.98	130.84	88				
	Картофель тушеный в молоке.	120	3.34	3.06	20.42	123.14	311				
	Котлета рыбная	60	14.51	7.10	15.88	188.4	7				
	Компот из сухофруктов.	180	0.05	0.00	10.58	40.3	349				
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1				
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	40	2.64	0.48	13.36	69.6	2				
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>640</b>	<b>30.95</b>	<b>14.3</b>	<b>84.94</b>	<b>598.38</b>					
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка пшеничная с творогом со сгущенным молоком.	10525	14.63	12.95	16.97	242.19	219				
	Напиток "Виташка" витаминизированный.	180	0.00	0.00	0.00	0	353				
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>14.63</b>	<b>12.95</b>	<b>16.97</b>	<b>242.19</b>					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1527</b>	<b>1422</b>	<b>58.20</b>	<b>58.80</b>	<b>36.82</b>	<b>37.14</b>	<b>178.47</b>	<b>172.22</b>	<b>1288.92</b>	<b>1270.12</b>



Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летний.

Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл

День 8 (среда).

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным.	150	5.99	6.93	22.54	176.42	173
	Батон нарезной Витамилиз. с повидлом.	40   10	3.00	1.60	20.56	104.8	11
	Кисель.	180	0.00	0.00	8.39	32.47	358
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>8.99</b>	<b>8.53</b>	<b>51.49</b>	<b>313.69</b>	
10:00	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.2	110	389
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200   95</b>	<b>0.82   1.42</b>	<b>0.16   0.48</b>	<b>26.20   19.95</b>	<b>110   91.2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Нарезка из свежих помидоров.	40	0.27	0.09	1.89	8.96	70
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне.	180	6.75	11.57	18.72	217.66	108
	Каша гречневая рассыпчатая.	120	5.06	2.56	22.87	134.53	66
	Печень куриная тушеная в молочном соусе.	60	14.8	9.38	4.35	161.6	10
	Компот из изюма.	180	0.43	0.09	16.88	66.13	348
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-)	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>620</b>	<b>29.95</b>	<b>24.11</b>	<b>78.99</b>	<b>663.48</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Суп маняный молочный с маслом сливочным.	150	4.88	5.7	15.79	134.62	1
	Чай с молоком сахаром	180	2.38	2.39	11.54	77.22	378
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2
		350	8.58	8.33	34.01	246.64	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550   1445</b>	<b>48.34   48.94</b>	<b>41.13   41.45</b>	<b>190.69   184.44</b>	<b>1333.81   1315.01</b>	

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.  
Сезон летний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность		№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность			
<b>День 9 (четверг).</b>									
<b>Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>	Сул молочный с крутой (пшено) с масл. сливоч..	150	6.48	7.25	21.22	147.4	121		
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с сыром.	40   15	2.64	0.36	15.20	79.6	14		
	Напиток "Витошка" витаминизированный.	180	0	0	0	0	353		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>385</b>	<b>9.12</b>	<b>7.61</b>	<b>36.42</b>	<b>227</b>			
<b>10:00</b>	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.2	110	389		
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8		
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200   95</b>	<b>0.82   1.42</b>	<b>0.16   0.48</b>	<b>26.2   19.95</b>	<b>110   91.2</b>			
<b>ОБЕД</b>	Икра кабачковая.	40	0.54	2.12	3.47	35.1	73		
	Сул "Снежок" на куринном бульоне со сметаной.	180	7.24	12.46	14.96	214.07	101		
	Макаронные изделия отварные с масл. сливоч.	120	5.11	2.17	31.36	165.24	203		
	Суфле из мяса кури.	60	19.09	7.82	2.59	157.36	299		
	Компот из яблок.	180	0.11	0.11	11.43	45.86	344		
	Хлеб пшеничный витаминизир. (Валитек -8).	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>40</b>	<b>2.64</b>	<b>0.48</b>	<b>13.36</b>	<b>69.6</b>	<b>2</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога с молоком стуженным.	105   25	17.91	13.81	19.79	273.62	223		
	Чай с сахаром.	180	0.20	0.00	8.01	32.22	379		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>18.11</b>	<b>13.81</b>	<b>27.8</b>	<b>305.84</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1415   1310</b>	<b>58.99   59.59</b>	<b>44.75   45.07</b>	<b>143.83   137.58</b>	<b>1204.63   1185.83</b>			

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность		№ рецепту		
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	кДж				
<b>Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл</b>											
<b>День 10 (пятница)</b>											
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150	5.54	6.2	22.84	169.96	174				
	Батон нарезной витаминизированный с маслом сливочным.	407	2.34	5.17	15.54	118.22	8				
	Чай с молоком сахаром	180	2.38	2.39	11.54	77.22	378				
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>377</b>	<b>10.26</b>	<b>13.76</b>	<b>49.92</b>	<b>365.4</b>	<b>389</b>				
<b>10:00</b>	Сок фруктовый.	200	0.82	0.16	26.2	110	389				
	Или нарезка из фруктов.	95	1.42	0.48	19.95	91.2	8				
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200</b>	<b>0.82</b>	<b>0.16</b>	<b>26.20</b>	<b>110</b>	<b>91.2</b>	<b>72</b>			
<b>ОБЕД</b>	Нарезки из свежих огурцов и помидоров.	40	0.35	0.08	1.68	8.48	72				
	Свекольник на мясном бульоне со сметаной.	180	6.3	10.3	17.62	199.33	34				
	Рагу из овощей с мясом свинины.	180	12.1	18.41	30.19	357.34	263				
	Чай с сахаром.	180	0.20	0.00	8.01	32.22	376				
	Хлеб пшеничный витаминизир. (Валитек-8).	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1				
Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек-8).	40	2.64	0.48	13.36	69.6	2					
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>640</b>	<b>22.91</b>	<b>29.45</b>	<b>78.46</b>	<b>706.77</b>	<b>182</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями маслом сливочным.	150	6.12	5.90	23.57	172.26	182				
	Кофейный напиток с молоком.	180	2.75	3.02	11.38	83.03	348				
	Кондитерское изделие.	40	3	4.72	29.96	166.84	4				
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>370</b>	<b>11.87</b>	<b>13.64</b>	<b>64.91</b>	<b>422.13</b>					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1587</b>	<b>1482</b>	<b>45.86</b>	<b>46.46</b>	<b>57.01</b>	<b>57.33</b>	<b>219.49</b>	<b>213.24</b>	<b>1604.3</b>	<b>1585.5</b>

Согласовано:

Руководитель учреждения:

Калькулятор:

Медицинская сестра:

Повар:

Повар:

Повар:

Тактаева О.Н.

Мисюринна С.М.

Саар В.Н.

Антонова О.А.

Абросова О.А.

Горностаева И.А.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 15907697731225437733171220106122902855701791379

Владелец Тактаева Ольга Николаевна

Действителен с 19.07.2023 по 18.07.2024