

СОГЛАСОВАНО

Главный государственный санитарный врач
г. Харцызска, г. Зугреса, г. Иловайска
Л.И. Голубева

19.01.2021

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ №1
М.Н. Павлова

Примерное двухнедельное меню (зимне-весеннее) для организации питания детей
в дошкольных образовательных учреждениях
(трехразовое питание)

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность, ккал	Распределение еды по калорийности в течение дня (%)		
		Ясли	Старшая группа	белки	жиры	углеводы							
А	1	2	3	4	5	6		7	8				
<i>Первая неделя</i>													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
Стр. 504	Каша молочная гречневая	180	220	2,60	7,58	6,25	7,31	17,16	21,30	148,35	179,64	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	160	180	3,92	4,48	3,50	4,00	18,56	22,49	118,28	140,05	X	X
	Гренка с маслом и твердым сыром	25/5/10	35/5/15	1,75/ 0,03/ 2,40	2,45/ 0,03/ 3,50	0/4,10/ 4,40	0/4,10/ 4,40	12,25/ 0,05/0	17,15/ 0,05/0	62,25/ 37,44/ 38,00	87,15/ 37,44/ 57,00	X	X
Стр. 441	Яблоко	45	100	0,14	0,40	0,14	0,40	3,64	10,40	15,75	45,00	X	X
Итог **	X	X	X	10,84	18,44	18,39	20,21	51,66	71,39	420,07	546,18	33,34	32,32
Обед													
Стр. 373	Суп вермишелевый	200	250	1,51	2,46	1,67	2,49	10,67	17,35	64,70	103,16	X	X

А	1	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 399	Тефтели куриные с рисом	100	150	10,27	16,21	12,37	19,67	13,04	17,59	203,53	306,93	X	X
Стр. 421	Капуста квашеная тушеная	47	64	1,85	2,21	3,55	5,32	9,75	14,84	74,09	99,26	X	X
Стр. 518	Кисель из сухофруктов	180	180	0,36	0,36	0	0	87,11	87,11	115,51	115,51	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	15,29	23,84	17,79	27,88	128,57	152,93	495,83	700,86	39,35	41,48
Ужин													
Стр. 410	Рулет рыбный	75	125	8,64	17,49	3,32	4,96	6,21	9,19	89,40	151,62	X	X
Стр. 415	Картофель отварной целый	100	100	2,07	2,07	1,86	1,86	16,65	16,65	94,83	94,83	X	X
Стр. 424	Свекла тушеная с луком	45	45	0,76	0,76	1,56	1,56	6,12	6,12	38,83	38,83	X	X
Стр. 513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0,05	0,05	0,01	0,01	15,12	18,14	58,55	70,26	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Итого **	X	X	X	13,27	22,82	6,75	8,39	56,35	67,25	343,86	442,69	27,31	26,20
Цена дня: ясли – 77,22; сад – 101,92													
Всего ***	X	X	X	39,40	65,10	42,93	56,48	236,58	291,57	1259,76	1689,73	X	X
ВТОРНИК													
Завтрак													
Стр. 493	Запеканка творожная со сметанным соусом	110	140	16,73	22,10	10,44	13,85	20,40	25,64	239,82	312,26	X	X
Стр. 512	Чай	150	200	0	0	0	0	9,98	12,97	37,90	49,27	X	X

A	I	2	3	4		5		6		7		8	
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Стр. 441	Яблоко	45	-	0,14	-	0,14	-	3,64	-	15,75	-	X	X
Стр. 440	Банан	-	100	-	1,50	-	0,50	-	21,00	-	96,00	X	X
Итог **	X	X	X	18,76	26,05	10,72	14,35	49,91	76,76	371,47	544,68	35,07	37,00
Обед													
Стр. 361	Борщ украинский	200	250	2,70	3,48	2,34	3,73	12,52	17,06	81,39	114,70	X	X
Стр. 481	Оладьи печеночные	70	70	14,59	14,59	7,07	7,07	7,00	7,00	149,92	149,92	X	X
Стр. 507	Каша пшеничная вязкая	90	120	3,11	5,02	1,79	4,17	19,20	30,88	105,35	181,12	X	X
Стр. 359	Огурец соленый	30	40	0,24	0,32	0,03	0,04	0,69	0,92	3,90	5,20	X	X
Стр. 516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итог **	X	X	X	20,32	22,81	10,87	12,91	61,41	79,51	415,00	514,39	39,18	34,90
Ужин													
Стр. 503	Суп молочный с макаронными изделиями	200	250	6,61	8,31	7,46	9,35	24,43	29,34	190,32	233,82	X	X
Стр. 438	Кефир	150	180	4,50	5,40	1,50	1,80	6,00	7,20	60,00	72,00	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Печенье	15	15	1,00	1,00	2,16	2,16	10,77	10,77	21,80	21,80	X	X
Итог **	X	X	X	13,86	17,16	11,12	13,31	53,45	64,46	272,74	414,77	25,75	28,10

А	1	2	3	4	5	6	7	8					
Цена дня: ясли – 76,01; сад – 99,83													
Всего ***	X	X	X	52,94	66,02	32,71	40,57	164,77	220,73	1059,21	1473,84	X	X
СРЕДА													
Завтрак													
Стр. 496	Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,90	97,80	X	X
	Икра кабачковая консервированная	45	60	0,45	0,60	3,15	4,20	3,15	4,20	43,65	58,20	X	X
Стр. 428	Каша пшеничная вязкая	51	100	1,47	2,87	1,86	3,35	8,42	16,49	56,37	108,41	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	160	180	3,92	4,48	3,50	4,00	18,56	22,49	118,28	140,05	X	X
	Гренка с маслом и твердым сыром	25/5/10	35/5/15	1,75/ 0,03/ 2,40	2,45/ 0,03/ 3,50	0/4,10/ 3,10	0/4,10/ 4,40	12,25/ 0,05/0	17,15/ 0,05/0	62,25/ 37,44/ 38,00	87,15/ 37,44/ 57,00	X	X
Итого **	X	X	X	12,95	19,78	19,27	27,18	43,77	63,06	404,89	586,05	33,60	34,00
Обед													
Стр. 375	Суп гороховый с гренками	200/10	250/15	4,02/ 1,14	5,47/ 1,52	3,90/ 0,14	5,79/ 0,18	15,33/ 7,04	21,23/ 9,38	109,91/ 34,65	155,41/ 46,20	X	X
Стр. 396	Жаркое подомашнему	110	170	10,03	16,52	12,04	19,47	14,40	22,69	207,70	334,60	X	X
Стр. 359	Помидор соленый	30	40	0,24	0,32	0,03	0,04	0,69	0,92	3,90	5,20	X	X
	Сок яблочный	150	180	0,64	0,77	0	0	21,53	25,83	90,90	109,10	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	17,37	27,20	16,31	25,88	66,99	96,09	485,06	726,51	40,30	42,20
Ужин													
Стр. 435	Пирожки с повидлом	90	115	6,00	7,34	4,93	6,94	38,12	45,77	206,46	258,85	X	X

A	I	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 513	Чай с молоком	150	200	2,10	2,80	1,88	2,50	13,51	18,67	76,90	105,60	X	X
Стр. 440	Апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,67	8,10	30,10	43,00	X	X
Итог **	X	X	X	8,73	11,04	6,95	9,64	57,30	72,54	313,46	407,45	26,10	23,80
Цена дня: ясли – 69,71; сад – 92,81													
Всего ***	X	X	X	39,05	58,02	42,53	62,70	168,06	231,69	1203,41	1720,01	X	X
ЧЕТВЕРГ													
Завтрак													
Стр. 494	Вареники ленивые со сметаной	110/5	135/15	18,21/ 0,15	22,52/ 0,44	9,26/ 0,75	11,30/ 2,25	16,45/ 0,15	20,05/ 0,46	220,01/ 7,94	266,02/ 23,82	X	X
Стр. 513	Чай с молоком	150	200	2,10	2,80	1,88	2,50	13,51	18,67	76,90	105,06	X	X
	Гренка с маслом	25/5	35/5	1,75/ 0,03	2,45/ 0,03	0/4,10	0/4,10	12,25/ 0,05	17,15/ 0,05	99,69	124,59	X	X
Стр. 441	Яблоко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00	X	X
Итог **	X	X	X	22,52	28,64	16,27	20,55	49,69	64,98	436,04	564,49	36,90	35,60
Обед													
Стр. 365	Рассольник "Ленинградский"	150	200	2,51	3,05	3,02	4,21	10,65	14,22	76,83	104,49	X	X
Стр. 401	Биточки рубленные из куриного мяса	55	80	5,27	7,67	5,39	7,95	3,42	5,09	83,42	123,33	X	X
Стр. 500	Картофель отварной со сливочным маслом	110	110	2,22	2,22	2,62	2,62	17,81	17,81	107,04	107,04	X	X
Стр. 359	Огурец соленый	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90	X	X

А	1	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	11,88	16,27	11,25	15,21	66,41	83,52	405,74	527,98	34,40	33,30
Ужин													
Стр. 503	Каша молочная овсяная	180	220	6,16	7,65	6,37	9,73	19,41	23,89	157,04	210,56	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	160	-	3,92	-	3,50	-	18,56	-	118,28	-	X	X
Стр. 438	Кефир	-	180	-	5,40	-	1,80	-	7,20	-	72,00	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Вафли	-	15	-	0,88	-	2,16	-	10,77	-	65,40	X	X
Итого **	X	X	X	11,83	16,50	9,87	13,69	50,22	59,01	337,57	490,55	28,70	31,10
Цена дня: ясли – 75,93; сад – 112,39													
Всего ***	X	X	X	46,23	61,41	37,39	49,45	116,32	207,51	1179,35	1583,02	X	X
ПЯТНИЦА													
Завтрак													
Стр. 382	Суп молочный рисовый	150	200	2,86	3,81	3,08	4,09	12,58	15,87	89,26	119,01	X	X
Стр. 496	Яйцо вареное	20	40	2,54	5,08	2,30	4,60	0,14	0,28	31,40	62,80	X	X
Стр. 513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0/0,05	0/0,05	0/0,01	0/0,01	14,97/ 0,15	17,96/ 0,18	56,85/ 1,70	68,22/ 2,04	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Стр. 441	Яблоко	45	-	0,14	-	0,14	-	3,64	-	15,75	-	X	X

A	I	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 440	Банан	-	100	-	1,50	-	0,50	-	21,00	-	96,00	X	X
Итого **	X	X	X	7,34	13,34	5,53	9,20	43,73	72,44	257,21	435,22	22,90	26,50
Обед													
Стр. 469	Борщ свекольный	160	230	1,43	2,08	2,07	3,16	11,18	15,73	67,67	98,01	X	X
Стр. 409	Котлета рыбная	70	130	9,03	17,88	5,26	7,91	9,63	12,62	121,33	192,54	X	X
Стр. 427	Каша перловая вязкая	50	60	1,00	1,24	1,21	1,59	7,10	8,80	43,52	54,83	X	X
Стр. 418	Зеленый горошек со сметанным соусом	50/3	60/3	2,45	2,70	1,19	1,70	6,71	7,72	45,33	54,88	X	X
Стр. 518	Кисель из сухофруктов	180	180	0,36	0,36	0	0	87,11	87,11	115,51	115,51	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	15,57	26,86	9,93	14,76	129,73	148,02	431,36	591,77	38,50	36,00
Ужин													
Стр. 483	Зразы картофельные с куриным мясом	130	190	10,66	15,67	13,40	22,50	20,91	29,48	248,04	358,72	X	X
Стр. 359	Огурец соленый	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	160	180	3,92	4,48	3,50	4,00	18,56	22,49	118,28	140,05	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Итого **	X	X	X	16,49	22,84	16,56	26,53	52,18	69,81	431,17	616,82	38,60	37,50
Цена дня: ясли – 77,45; сад – 119,72													
Всего ***	X	X	X	39,40	63,04	32,02	50,49	225,64	290,27	1119,74	1643,81	X	X
Всего за 1-ю неделю	X	X	X	217,02	313,59	187,58	259,69	961,37	1241,77	5821,47	8110,41	X	X

А	1	2	3	4	5	6	7	8					
<i>Вторая неделя</i>													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
Стр. 505	Каша молочная пшеничная	180	220	6,24	7,71	5,95	7,77	21,61	26,52	163,78	205,43	X	X
Стр. 496	Яйцо вареное	20	40	2,54	5,08	2,30	4,60	0,14	0,28	31,40	62,80	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток	160	180	3,92	4,48	3,50	4,00	18,56	22,49	118,28	140,05	X	X
	Гренка с маслом	25/5	35/5	1,75/ 0,03	2,45/ 0,03	0/4,10	0/4,10	12,25/ 0,05	17,15/ 0,05	99,69	124,59	X	X
Стр. 441	Яблоко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00	X	X
Итого **	X	X	X	14,76	20,15	16,13	20,57	38,28	50,37	444,65	574,87	38,60	35,70
Обед													
Стр. 472	Суп овощной	160	200	1,60	2,03	2,08	2,43	8,02	10,18	56,86	70,45	X	X
Стр. 485	Плов с мясом куриным	120	170	10,36	19,44	11,81	22,66	12,59	21,55	198,52	368,48	X	X
Стр. 359	Огурец соленый	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90	X	X
	Сок фруктовый	150	180	0,64	0,77	0	0	21,53	25,83	90,90	109,10	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	14,06	25,08	14,11	25,52	50,60	74,29	386,88	627,93	33,60	39,00
Ужин													
Стр. 359	Сельдь	-	50	-	8,96	-	3,26	-	0	-	67,50	X	X
Стр. 492	Тефтельки рыбные	50	-	6,07	-	3,01	-	3,31	-	64,25	-	X	X

А	1	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 500	Картофель отварной с маслом	110	150	2,22	3,00	2,62	2,77	17,81	24,16	107,04	138,24	X	X
Стр. 500	Икра свекольная	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75	X	X
Стр. 513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0,05	0,05	0,01	0,01	15,12	18,14	58,55	70,26	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Итого **	X	X	X	10,73	15,84	6,68	8,09	52,78	64,61	319,09	402,90	27,80	25,30
Цена дня: ясли – 79,77; сад – 108,43													
Всего ***	X	X	X	39,55	61,07	36,92	54,18	141,66	189,27	1150,62	1608,70	X	X
ВТОРНИК													
Завтрак													
Стр. 506	Макаронные изделия с твердым сыром	105/12	130/19	3,67/ 2,53	5,27/ 4,37	1,84/ 3,19	4,18/ 5,51	24,45/0	34,95/0	131,18/ 39,60	201,57/ 68,40	X	X
	Икра кабачковая	30	50	0,57	0,95	2,67	4,45	2,31	3,85	35,70	59,50	X	X
Стр. 515	Чай с молоком	150	180	2,10	2,52	1,88	2,26	13,51	16,12	76,90	92,28	X	X
	Гренка с маслом	25/5	35/5	1,75/ 0,03	2,45/ 0,03	0/4,10	0/4,10	12,25/ 0,05	17,15/ 0,05	99,69	124,59	X	X
Итого **	X	X	X	10,65	15,59	13,68	20,50	52,57	72,12	383,07	546,34	32,80	31,80
Обед													
Стр. 374	Суп овсяный	200	250	1,54	2,52	1,92	3,01	9,81	15,62	63,00	99,76	X	X
Стр. 403	Куриный рулет, фаршированный вареным яйцом	55	80	8,89	14,21	10,10	16,03	5,41	8,36	148,32	234,62	X	X
Стр. 497	Капуста тушеная	100	110	1,85	2,21	3,55	5,32	9,75	14,84	74,09	99,26	X	X

А	І	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 517	Кисель яблочный	150	200	0,19	0,24	0,18	0,23	18,34	31,56	73,53	124,79	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	13,77	21,78	15,95	24,99	51,31	86,42	396,94	634,43	33,90	37,00
Ужин													
Стр. 503	Каша молочная манная	180	220	6,16	7,65	6,37	9,73	19,41	23,89	157,04	210,56	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,73	4,48	3,33	4,00	18,74	22,49	116,71	140,05	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Стр. 440	Банан	54	100	0,81	1,50	0,27	0,50	11,34	21,00	51,84	96,00	X	X
Итого **	X	X	X	12,45	16,08	9,97	14,23	61,74	84,53	387,84	533,76	33,30	31,20
Цена дня: ясли – 74,48; сад – 105,33													
Всего ***	X	X	X	36,87	53,45	39,60	59,72	165,62	243,07	1167,85	1714,53	X	X
СРЕДА													
Завтрак													
Стр. 493	Сырники со сметаной	105/5	120/15	18,09/ 0,15	22,57/ 0,44	11,68/ 0,75	14,84/ 2,25	26,57/ 0,15	33,19/ 0,46	278,17/ 7,94	349,65/ 23,82	X	X
Стр. 438	Кефир	150	150	4,50	4,50	2,00	2,00	6,00	6,00	60,00	60,00	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
Стр. 441	Яблоко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00	X	X
Итого **	X	X	X	24,77	30,36	14,71	19,49	52,25	67,14	439,86	565,62	31,30	28,90

А	1	2	3	4	5	6	7	8						
Обед														
Стр. 472	Суп с галушками	160	250	1,95	2,99	2,53	3,90	12,66	19,28	81,02	124,06	X	X	
Стр. 478	Котлета куриная	60	100	14,10	23,91	16,04	28,31	9,02	13,87	237,18	406,56	X	X	
Стр. 500	Свекла припущенная со сметаной	50	60	0,77	0,90	1,80	1,80	4,58	5,48	35,25	39,03	X	X	
Стр. 427	Каша ячневая вязкая	50	60	1,07	1,33	1,23	1,62	7,13	8,82	43,94	55,35	X	X	
Стр. 516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,65	113,22	X	X	
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X	
Итого **	X	X	X	19,61	32,22	21,80	36,03	67,46	93,16	533,04	814,22	37,90	41,70	
Ужин														
Стр. 499	Капуста тушеная с картофелем	125	150	3,20	3,77	9,29	11,08	21,81	25,19	182,88	214,74	X	X	
Стр. 467	Огурец соленый	32	44	0,26	0,35	0,03	0,04	0,74	1,01	4,16	5,72	X	X	
Стр. 513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0,05	0,05	0,01	0,01	15,12	18,14	58,55	70,26	X	X	
	Гренка с маслом и твердым сыром	25/5/10	35/5/15	1,78/ 1,92	2,48/ 2,88	4,10/ 2,71	4,10/ 4,06	12,30/ 0,34	17,20/ 0,51	99,69/ 34,50	124,59/ 51,70	X	X	
	Вафли	15	30	0,44	0,88	0,50	1,00	11,63	13,26	53,13	106,26	X	X	
Итого **	X	X	X	7,65	9,53	16,64	20,29	61,94	75,31	432,91	573,27	30,80	29,40	
Цена дня: ясли – 79,18; сад – 112,53														
Всего ***	X	X	X	52,03	72,11	53,15	75,81	181,65	235,61	1405,81	1953,11	X	X	

А	1	2	3	4	5	6	7	8					
ЧЕТВЕРГ													
Завтрак													
Стр. 489	Колбаса	50	50	5,50	5,50	11,95	11,95	0	0	133,00	133,00	X	X
Стр. 507	Каша гречневая рассыпчатая	100	120	3,22	4,48	4,46	4,79	18,85	22,12	116,82	150,82	X	X
	Икра кабачковая	40	50	0,78	0,94	3,22	4,27	4,86	5,80	49,27	62,66	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,73	4,48	3,33	4,00	18,74	22,49	116,71	140,05	X	X
	Гренка с маслом и твердым сыром	25/5/5	35/5/10	1,75/ 0,03/ 0,96	2,45/ 0,03/ 1,92	0/4,10/ 1,35	0/4,10/ 2,71	12,25/ 0,05/ 0,17	17,15/ 0,05/ 0,34	99,69/ 17,20	124,59/ 34,50	X	X
Итого **	X	X	X	15,97	19,80	28,41	31,82	54,92	67,95	532,69	645,62	40,00	39,00
Обед													
Стр. 372	Суп болгарский	200	250	1,84	2,57	2,69	4,10	9,35	13,99	69,53	103,88	X	X
Стр. 491	Минтай, тушеный с овощами	50	125	5,25	13,11	1,29	3,74	3,23	7,92	43,90	113,53	X	X
Стр. 500	Картофель отварной со сливочным маслом	110	110	2,28	2,28	2,62	2,62	17,81	17,81	107,04	107,04	X	X
Стр. 359	Огурец соленый	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90	X	X
Стр. 518	Кисель из сухофруктов	180	180	0,36	0,36	0	0	87,11	87,11	115,51	115,51	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	11,19	21,16	6,82	10,89	118,76	143,56	376,58	519,86	28,20	31,40
Ужин													
Стр. 429	Каша молочная пшеничная	200	250	6,24	7,71	5,95	7,77	21,61	26,52	163,78	205,43	X	X
Стр. 513	Чай	150	200	0	0	0	0	9,98	12,97	37,90	49,27	X	X

А	Г	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 509	Булочка сдобная	55	55	4,39	4,39	4,52	4,52	25,21	25,21	152,05	152,05	X	X
Стр. 440	Апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,67	8,10	30,10	43,00	X	X
	Хлеб пшеничный	20	20	1,30	1,30	0,20	0,20	8,00	8,00	38,00	38,00	X	X
Итого **	X	X	X	12,56	14,30	10,81	12,69	70,47	80,80	421,83	487,75	31,80	29,60
Цена дня: ясли – 81,23; сад – 119,04													
Всего ***	X	X	X	39,72	55,26	46,04	55,40	244,15	292,31	1331,10	1653,23	X	X
ПЯТНИЦА													
Завтрак													
Стр. 430	Запеканка рисово- творожная со сметаной	115/6	150/13	17,25	22,30	11,13	15,56	14,17	18,50	223,74	301,02	X	X
Стр. 513	Чай с молоком	150	200	2,10	2,80	1,88	2,50	13,51	18,67	76,90	105,06	X	X
	Гренка с маслом	25/5	35/5	1,75/ 0,03	2,45/ 0,03	0/4,10	0/4,10	12,25/ 0,05	17,15/ 0,05	99,69	124,59	X	X
Стр. 441	Яблоко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00	X	X
Итого **	X	X	X	21,41	27,98	17,39	22,21	47,26	64,77	431,83	575,67	33,70	32,00
Обед													
Стр. 469	Борщ свекольный	160	230	1,43	2,08	2,07	3,16	11,18	15,73	67,67	98,01	X	X
Стр. 402	Оладьи куриные	70	105	10,05	15,99	13,49	21,19	5,64	8,14	183,89	268,89	X	X
Стр. 416	Картофель вареный целый в молоке	100	130	2,07	2,68	1,86	2,34	16,65	21,62	94,83	122,53	X	X
Стр. 418	Горошек зеленый со сметанным соусом	50	60	2,45	2,70	1,19	1,70	6,71	7,72	45,33	54,88	X	X

А	1	2	3	4		5		6		7		8	
Стр. 439	Напиток лимонный	120	150	0,14	0,18	0,02	0,02	9,96	12,58	41,45	52,28	X	X
	Хлеб ржаной	20	40	1,30	2,60	0,20	0,40	8,00	16,04	38,00	76,00	X	X
Итого **	X	X	X	17,44	26,23	18,83	28,81	58,14	81,83	471,17	672,59	36,80	37,40
Ужин													
Стр. 496	Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,90	97,80	X	X
Стр. 427	Каша овсяная вязкая	53	66	1,46	1,79	2,24	2,79	6,85	8,42	52,62	65,01	X	X
	Икра кабачковая	40	50	0,47	0,94	3,22	4,27	4,86	5,80	49,27	62,66	X	X
Стр. 513	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,73	4,48	3,33	4,00	18,74	22,49	116,71	140,05	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Зефир	15	30	0,12	0,24	0	0	11,97	23,94	48,90	97,80	X	X
Итого **	X	X	X	10,77	15,75	12,35	18,19	56,01	80,48	378,65	550,47	29,50	30,60
Цена дня: ясли – 79,56; сад – 113,94													
Всего ***	X	X	X	49,62	69,96	48,57	68,68	161,41	227,08	1281,65	1798,73	X	X
Всего за 2-ю неделю	X	X	X	217,79	311,85	224,28	313,79	894,49	1187,34	6337,03	8728,30	X	X
ИТОГО****	X	X	X	434,81	625,44	411,86	573,48	1855,86	2429,11	12158,50	16838,71	X	X
Средняя стоимость питания: ясли – 76,75; сад – 108,59													

*** Примечание:**

1. Методическое пособие «Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях», Киев, «МЦФЕР-Украина», 2014 г., рекомендовано Министерством образования и науки Украины, согласованного с Министерством здравоохранения Украины, одобренного Государственной санитарно-эпидемиологической службой Украины, ГП «Государственным научно-исследовательским центром по проблемам гигиены питания МЗ Украины, ГУ «Институтом гигиены и медицинской экологии им. А.Н. Марзеева НАМН Украины», Национальным университетом пищевых технологий».

МУНИЦИПАЛЬНАЯ ДОШКОЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ЯСЛИ-САД КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА
№ 1 «ЧАРИВНИЦА» Г. ХАРЦЫЗСКА»

ПРОНУМЕРОВАНО и ПРОШНУРОВАНО
(прописью количество листов)

14 (четырнадцать) листов

Заведующий (И.М.С.) №1 *М.Н. Павлова* М.Н. Павлова

