

Управление образования Ирбитского муниципального образования
муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Кирилловский детский сад»

СОГЛАСОВАНО:
Советом родителей
МДОУ « Кирилловский детский сад»
Протокол № 1 от «14» марта 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
МДОУ « Кирилловский детский сад»
_____/М.Ю. Измestьева
Приказ от «14» марта 2025г. № 18-ОД

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«КИРИЛЛОВСКОГО ДЕТСКОГО САДА»

д.Чусовляны

2025г.

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшениная со сливочным маслом	150	4,06	2,07	17,3	104	178\3
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	416
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,192	9,58	47,2	7
		320	8,75	4,982	39,84	240,20	
ОБЕД	Рассольник на к\б со сметаной	150	3,54	3,19	10,08	84,6	21
	Макаронник с отварной курой	140	17	19,1	16	290	309
	Соус томатный с овощами	25	0,77	1,77	1,57	24,95	367
	Кисель из концентрата (сухой)	150	0	0	13,5	46,5	233
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		525	26,02	24,73	68,87	583,75	
ПОЛДНИК	Гребешок с повидлом	60	5,50	8,47	30,18	219	309
	Снежок	150	4,2	3,75	6	75	76
		210	9,7	12,22	36,18	294,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1055	44,47	41,93	144,89	1093,00	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	200	5,37	2,74	22,9	137,8	178\3
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,26	8,9	44,6	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		430	12,95	6,47	61,99	360,20	
ОБЕД	Рассольник на к\б со сметаной	200	4,85	4,26	13,42	111,18	21
	Макаронник с отварной курой	170	20,73	24,7	21,42	352,14	309
	Соус томатный с овощами	30	0,93	2,12	1,8	29,94	
	Кисель из концентрата (сухой)	180	0	0	18	60	233
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		650	32,02	31,88	86,81	713,26	
ПОЛДНИК	Гребешок с повидлом	70	6,426	9,884	35,21	255,5	309
	Снежок	180	5,040	4,5	7,2	90	76
		250	11,46	14,38	42,41	345,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1330	55,50	50,61	189,41	1418,96	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая со сливочным маслом	180	4,87	2,48	20.75	124.20	101
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,00	414
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,192	9,58	47,2	7
		380	11,15	5,062	33,56	308.30	
ОБЕД	Борщ на м\б со сметаной	150	1,63	4,0	16,29	90,29	62
	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,6	3,6	37,7	206	323
	Гуляш из отварного мяса	50	6	4,03	2	68,92	293
	Компот из с/ф	150	0,33	0,02	20,83	84,75	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		390	18.07	12.45	108.99	640.06	
ПОЛДНИК	Вафли	40	1.12	1.36	30.88	140	40
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
		180	1.16	1.37	37.87	168.00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		960	30.38	18.88	180.42	1116.36	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая со сливочным маслом	200	5,37	2,74	22,9	137,8	101
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,95	101,11	414
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		460.00	13.24	6.088	66.57	376.61	
ОБЕД	Борщ на м\б со сметаной	200	2,04	5,01	19,11	114,68	62
	Каша гречневая рассыпчатая	140	5,51	4,32	45,23	247,19	323
	Гуляш из отварного мяса	70	8,4	5,64	2,8	96,49	293
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	23,14	113	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		700.00	21.9	15.798	122.45	731.36	
ПОЛДНИК	Вафли	60	1,68	2,04	30,88	210	40
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
		240	1,74	2,06	40,87	250	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1400	36,88	23,93	229,89	1357,97	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
3 день							
ЗАВТРАК	Каша рисовая	150	1,4	2,78	17,93	166,83	202
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	150	3,15
	Сыр (порциями)	10	2,56	2,53	0	31,3	42
		340.00	6.31	5.608	39.29	376.13	
ОБЕД	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	2,57	1,99	12,54	78,43	21
	Капуста тушеная с курой	150	14,29	11,71	9,73	201	336
	Яйцо отварное	20	2,58	2,3	0,14	31,5	227
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	75	417
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		540.0	25.46	17.018	68.81	545.93	
ПОЛДНИК	Печенье	30	2,28	2,94	22,32	125,1	42
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	416
		180	5,43	5,66	35,28	214.1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1060	37,2	28,27	143,38	1136,03	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
3 день							
ЗАВТРАК	Каша рисовая	200	1,86	3,7	29,9	222,44	202
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
	Сыр (порциями)	15	3,84	3,79	0	46,95	42
		425.0	8.07	7.798	54.26	380.19	
ОБЕД	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	3,43	2,66	16,72	104,58	21
	Капуста тушеная с курой	200	19,7	15	13,65	269	336
	Яйцо отварное	20	2,58	2,3	0,14	31,5	227
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	90	417
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		670.0	31.83	21.018	81.35	655.08	
ПОЛДНИК	Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
		230	7,47	8,09	53,02	315,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1325	53,37	36,89	188,63	1350,77	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
4 день							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая со сливочным маслом	150	5,4	7,05	21,6	171,3	58
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,00	414
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	150	3,15
		330.0	10.05	9.338	46.6	391.30	
ОБЕД	Свекольник на к/б со сметаной	150	1,63	4,0	21,29	107,8	68
	Рис отварной	110	2,7	4,4	24,8	150	11
	Рыба, запеченная в томате с овощами	50	7,3	6,3	23,4	173,2	229
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		530.00	17.47	15.528	122.49	675.75	
ПОЛДНИК	Батон с маслом	25	1,55	4,205	4,35	85,5	21
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
		175	1,59	4,215	11,34	113,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1035	29,11	29,06	180,43	1180,55	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
4 день							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая со сливочным маслом	200	7,2	9,4	28,8	228,4	58
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		410.	12,36.	12,098.	57,53.	390,20	
ОБЕД	Свекольник на к/б со сметаной	200	2,04	5,01	39,11	139,75	68
	Рис отварной	130	3,2	5,3	29,3	177,3	11
	Рыба, запеченная в томате с овощами	70	10,22	8,82	32,76	242,48	229
	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		650.	21,37.	19,958.	158,33.	821,23.	
ПОЛДНИК	Батон с маслом	35	2,3	4,495	15,49	111,7	21
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411
		215	2,36.	4,515.	25,48	151,7.	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1270	36,09	36,55	241,34	1363,13	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
5 день							
ЗАВТРАК	Каша манная со сливочным маслом	150	4,65	5,6	23,17	161,5	59
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	416
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		330.	10,11.	8,608.	50,5.	321,30.	
ОБЕД	Суп гороховый на курином бульоне со сметаной	150	1,44	3,98	6,50	125,23	86
	Гренки из пшеничного хлеба	20	1,7	2,96	8,5	65,42	524
	Макароны отварные со сливочным маслом	120	4,6	0,66	24,9	124,08	323
	Котлета куриная	50	7,5	5,4	4,6	94,3	20
	Кисель из концентрата (сухой)	150	0	0	13,5	46,5	233
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		560.	20,75.	13,808.	90,17.	615,53	
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	40	2,96	5,2	24,16	155,36	49
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
		190.	3,00	5,21.	31,15.	183,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1080	33,86	61,47	171,82	1119,83	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
5 день							
ЗАВТРАК	Каша манная со сливочным маслом	200	6,2	7,5	30,9	215,4	59
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		410.	12,18.	10,978.	61,09.	393,20	
ОБЕД	Суп гороховый на курином бульоне со сметаной	200	1,8	4,98	8,13	156,54	86
	Гренки из пшеничного хлеба	30	2,55	5,34	12,7	98,13	524
	Котлета куриная	70	10,5	7,5	6,5	132	20
	Макароны отварные со сливочным маслом	140	5,37	0,77	29,06	144,76	323
	Кисель из концентрата (сухой)	180	0	0	18	60	233
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		690.	25,73.	19,398.	106,56.	795,93.	
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4,44	7,8	36,24	233,04	49
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411
		240.	4,5	7,82	46,23	273,04	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1340	42,41	38,18	213,88	1462,17	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
6 день							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,3	4,0	14,2	109,5	55
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,00	414
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
		360.	11,35.	6,678.	52,55.	317,20	
ОБЕД	Борщ на к/б со сметаной	150	1,63	4,0	16,29	138,93	94
	Рулет из мяса, птицы с луком и яйцом	50	7,18	5,92	5,39	104	295
	Салат из свеклы отварной	30	0,5	1,7	2,5	26,7	84
	Соус томатный с овощами	25	0,77	1,77	1,57	24,95	367
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		475.	15,92.	14,218.	78,75.	539,33	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	40	3,14	2,44	23,53	128,66	200
	Йогурт	150	7,5	4,8	12,75	130,5	67
		190	10,64	7,24	36,28	1972,22	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1025	37,91	28,12	167,58	1115,69,	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
6 день							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,3	19,0	146	55
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		440.	13,26.	8,388.	61,08.	374,70	
ОБЕД	Борщ на к/б со сметаной	200	2,04	5,01	19,1	187,64	94
	Рулет из мяса, птицы с луком и яйцом	70	9,62	7,81	7,42	138	295
	Салат из свеклы отварной	50	0,8	2,8	4,2	44,5	84
	Соус томатный с овощами	30	0,93	2,12	1,8	29,94	367
	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		600.	19,3.	18,568.	89,68.	661,78	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	60	4,71	3,67	35,30	193	200
	Йогурт	180	9	5,76	15,3	156,6	67
		240.	13,71.	9,43.	50,6.	349,60	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1280	46,27	36,37	201,36	1386,08	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
7 день							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая со сливочным маслом	150	5,4	7,05	21,6	171,3	58
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
	Сыр (порциями)	10	2,56	2,53	0	31,3	42
		340.	13,42.	12,588.	48,93.	380,4	
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	150	5,54	4,34	9,63	99,75	97
	Жаркое по-домашнему с мясом	180	20,8	5,33	18,5	205	764
	Напиток из подов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	75	417
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		550.	32,36.	10,688.	74,53.	539,45	
ПОЛДНИК	Пряник	30	1,74	1,38	22,5	109,8	41
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
		180	1,78.	1,39	29,49	137,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1070	47,56	24,65	152,95	1056,85	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
7 день							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая со сливочным маслом	200	7,2	9,4	28,8	228,4	58
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
	Сыр (порциями)	15	3,84	3,79	0	46,95	42
		425.	17,02.	16,668.	58,99.	453,15	
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	200	7,38	5,78	12,84	133	97
	Жаркое по-домашнему с мясом	200	23,11	5,92	20,55	227,7	764
	Напиток из подов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	90	417
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		650.	36,61.	12,758.	84,23.	710,70	
ПОЛДНИК	Пряник	50	2,9	2,3	37,5	183	41
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411
		230.	2,96.	2,32.	47,49.	223,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1305	56,59	31,73	190,71	1386,85	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
8 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшенная со сливочным маслом	150	4,06	2,07	17,3	104	178\3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,00	414
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,192	9,58	47,2	7
		350.	10,34.	4,652.	50,86.	288,10	
ОБЕД	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	150	1,32	2,64	7,44	59,4	135
	Салат из белокочанной капусты	30	0,6	3,0	2,8	40,8	79
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,67	2,88	30,15	164,79	323
	Гуляш из отварной кури	50	6	4,03	2	68,92	293
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		570.	17,43.	13,378.	95,39.	578,66	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с рисом и яйцом	40	2,96	3,84	17,68	116,88	45
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	69	63
		190.	3,71	3,99	32,83	185,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1110	31,48	22,01	179,08	1052,64	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
8 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшенная со сливочным маслом	200	5,37	2,74	22,9	137,8	178\3
	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	14,36	101,11	414
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,39	13,35	66,9	8
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,192	9,58	47,2	7
		450.	12,16.	5,732.	60,19.	353,01	
ОБЕД	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	200	1,44	3,52	9,92	79,2	135
	Салат из белокочанной капусты	50	1,1	5,1	4,6	68	79
	Каша гречневая рассыпчатая	140	4,28	3,36	35,17	247,19	323
	Гуляш из отварной кури	70	8,4	5,64	2,8	96,49	293
	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,02	24,99	113	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		730.	21,13.	18,448.	109,65.	763,88	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с рисом и яйцом	60	4,44	5,76	26,52	175,32	45
	Сок	180	0,9	0,18	18,18	82,8	63
		240	5,34	5,94	44,7	258,12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1420	38,63	30,11	214,54	1375,01	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
9 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная дружба	150	4,99	5,73	21,11	155	38
	Чай с молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	1169
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		330.	9,52.	7,968.	47,4.	299,96	
ОБЕД	Суп гороховый на курином бульоне со сметаной	150	1,44	3,98	6,50	125,23	86
	Гренки из пшеничного хлеба	20	1,7	2,96	8,5	65,42	524
	Пюре картофельное	110	2,29	0,37	15,29	102,6	339
	Котлета рыбная	50	6,9	1,0	4,8	56,5	28
	Кисель из концентрата (сухой)	150	0	0	13,5	46,5	233
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		550.	17,84.	9,118.	80,76.	556,25	
ПОЛДНИК	Батон с маслом	25	1,55	4,205	4,35	85,5	21
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	227
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	416
		215.	9,78	11,525	17,59	237,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1095	37,14	28,59	220,99	1093,71	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
9 день							
ЗАВТРАК	Каша молочная Дружба	200	6,65	7,64	28,15	206,67	38
	Чай с молоком	200	2,67	2,34	14,31	89	1169
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		430.	11,63.	10,268.	56,83.	366,47	
ОБЕД	Суп гороховый на курином бульоне со сметаной	200	1,8	4,98	8,13	156,54	86
	Гренки из пшеничного хлеба	30	2,55	5,34	12,7	98,13	524
	Пюре картофельное	140	2,92	0,48	19,46	130,7	339
	Котлета рыбная	70	9,7	1,5	6,7	79,1	28
	Кисель из концентрата (сухой)	200	0	0	18	60	233
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		710.	22,48.	13,108.	97,16.	684,47	
ПОЛДНИК	Батон с маслом	35	2,3	4,495	15,49	111,7	21
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	227
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	118	416
		275.	11,05	12,285	31,59	292,70	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1415	45,16	35,64	185,58	1343,64	

Категория: Дети 1-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 день							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущённым	110	14,45	12,76	24,27	270,23	224
	Кофейный напиток с молоком	180	2,34	2,0	10,63	83,99	414
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		320.	19,1.	15,048.	49,27.	425,02.	
ОБЕД	Свекольник на к/б со сметаной	150	1,63	4,0	21,29	107,8	68
	Плов из птицы	180	7,78	7,19	13,01	147,8	321
	Огурец соленый (консерв.)	15	0,25	0,79	1,5	14,4	12
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		565.	15,5.	12,808.	88,8.	514,75	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с капустой	40	2,7	2,3	15,05	95	746
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
		190	2,74	2,31	22,04	123,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1075	37,34	20,15	160,11	1062,77	

Категория: Дети 3-8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, г			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 день							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущённым	140	23,8	17,4	33,1	343,93	224
	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	14,36	101,11	414
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		370.	28,96.	20,098.	61,83.	515,84.	
ОБЕД	Свекольник на к/б со сметаной	200	2,04	5,01	39,11	139,75	68
	Плов из птицы	200	8,6	7,98	14,46	164,3	321
	Огурец соленый (консерв.)	25	0,42	1,32	2,62	24	12
	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,02	24,99	113	394
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,52	17,8	89,2	8
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,288	14,37	70,8	7
		695.	16,97.	15,138.	113,35.	601,05	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с капустой	80	4,05	3,45	22,57	190	746
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,99	44,44	411
		280.	4,11.	3,47.	32,56.	234,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1345	50,04	38,69	207,74	1351,33	