

Основное цикличное двухнедельное меню для детей 3 -7лет МБДОУ «Заветненский детский сад «Аленький цветочек» с 01.03.2021г. по 31.05.2021г.

(режим работы 9 -часов)

Ð,

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	од		Пищевые вещества (г)	шества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Ne reuenitypa
	Control of the contro		THE R	9	Ж	y		
День 1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	17hp)	150	5.68	4.36	27.25	171.00	219
I I CACIM	Скир тверлый	1	13	3.02	3.84	0	46.80	7
Завтрак:	Яйцо вареное	2	40	5.08	4.60	0.28	63.00	227
	Чай с молоком		180	2.67	2.34	14.31	89.00	413
	Икра кабачковая	5	40	0.48	1.89	3.08	31.00	. 39
Итого за завтрак	GH 45.29 36	7	423	16.93	17.03	44.92	400.80	A PARTICIPATION OF THE PARTICI
Второй завтрак	Яблоки свежие		100	0.40	0.40	9.80	44.00	386
Итого за второй завтрак		1 38	100	0.40	0.40	08.6	44.00	Andread Land
	Икра свекольная	2	09	1.41	2.76	7.40	90.09	55
	Суп картофельный с гречневой крупой		200	2.00	2.24	13.60	82.60	98
Паос	Мясо тушёное с овощами в		150	14.29	11.72	9.73	201.18	290
	соусе белом	3000	20	0.12	0.70	0.73	9.74	365
*	Компот из сушеных фруктов		180	0.40	0.02	24.99	101.70	394
	Хлеб пшеничный		40	3.16	0.40	19.32	94.40	
00	Хлеб ржаной		38	2.50	0.46	66.12	56.70	-
Итого за обед	2, 20 and		889	23.88	18.30	141.89	606.38	- Partie of
	Пирожки печенные из	0 1 1	65	10.08	4.56	29.04	225.50	. 437
Попиши	дрожжевого теста с повидлом	M	20	0.12	0	19.20	00.09	
HOJAMAN	Чай с сахаром		180	90.0	0.02	66.6	40.00	411
			265	10.26	40.58	58.23	325.50	
Итого за полдник	585 47.88	0.4						
Итого за 1 ленъ 1 нелели	28.875		1476	51.47	76.31	254.84	1376.68	

Приём пищи         Наименование блюда         Выход блюда         Пищевые вещества (г)           1 неделя         Варенийки ленивые (отварные) с день         80         10.97         9.71           2 день         Какао с молоком         180         3.78         3.19           Завтрак:         печенье         20         1.67         1.76           Итого за завтрак         печенье         20         1.642         14.66           Второй         Яблоки свежие         100         0.40         0.40           Итого за завтрак         Аблоки свежие         100         0.40         0.40           Второй         Аблоки свежие         100         0.40         0.40           Итого да завтрак         Аблоки свежие         60         0.43         2.55           Обел         Борш с капустой и картофелем         200         1.46         3.93           Обел         Кисель из повидла         80         10.28         8.27           Кисель из повидла         50         3.95         0.50           Клюб пщеничный         38         2.50         0.46           Клюб ржаной         38         2.50         0.46           Клюб ржаной         38         2.613         20.73	ж Э.71 9.71 3.19 1.76 14.66 0.40 0.40 2.55	V 11.34 15.83 15.12 42.29 9.80 9.80 1.30	Энергетическая № Рецептуј ценность (ккал) 177.23 244 107.00 416 83.60 - 367.83 -	№ Рецептуры 244 416
	3.19 3.19 1.76 1.76 14.66 0.40 0.40 2.55		ленность (ккал) 177.23 107.00 83.60 367.83 44.00	244 416
Варениям ленивые (отварные) с   80	3.19 1.76 1.76 14.66 0.40 0.40 2.55	11.34 15.83 15.12 42.29 9.80 9.80 1.30	177.23 107.00 83.60 367.83 44.00	244
ПЯ       Варенийки ленивые (отварные) с маслом сливочным       80         В Какао с молоком       180         печенье       20         втрак       280         Каша гречневах рассыпчатая       100         Каша гречневах рассыпчатая       130         Кисель из повидла       80         Клеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         Тузя       38	9.71 3.19 1.76 14.66 0.40 0.40 2.55	11.34 15.83 15.12 42.29 9.80 9.80 1.30	177.23 107.00 83.60 367.83 44.00	244 416
какао с молоком       180         печенье       20         Аблоки свежие       100         пуком       100         Каша гречневая рассыпчатая       200         Кисель из повидла       80         Клеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         Клеб ржаной       38	3.19 1.76 14.66 0.40 0.40 2.55	15.83 15.12 42.29 9.80 9.80 1.30	367.83 367.83 44.00	416
неченье 20 280 280	1.76 14.66 0.40 0.40 2.55	15.12 42.29 9.80 9.80 1.30	367.83 367.83 44.00	war as avoid!
	14.66 0.40 0.40 2.55 3.93	9.80 9.80 9.80 1.30	<b>367.83</b> 44.00	mer at avoid!
	0.40	9.80 9.80 1.30	44.00	TILL TO III AND III
Салат из соленых огурцов с 60 луком Борщ с капустой и картофелем 200 Каша гречневая рассыпчатая 80 Гуляш из отварного мяса 80 Кисель из повидла 50 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржаной 38	2.55	1.30	14 00	
Салат из соленых огурцов с       60         луком       200         Борщ с капустой и картофелем       200         Каша гречневая рассыпчатая       130         Гуляш из отварного мяса       80         Кисель из повидла       180         Хлеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         Тзв       738	3.93	1.30	44.00	Strong Street Strong
Борщ с капустой и картофелем       200         Каша гречневая рассыпчатая       130         Гуляш из отварного мяса       80         Кисель из повидла       180         Хлеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         738	3.93	10:19	29.90	20
Каша гречневая рассыпчатая       130         Гуляш из отварного мяса       80         Кисель из повидла       180         Хлеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         738			82.00	63
Гуляш из отварного мяса       80         Кисель из повидла       180         Хлеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         738	5.02	33.39	208.00	179
Кисель из повидла       180         Хлеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         738	8.27	2.64	126.00	293
Хлеб пшеничный       50         Хлеб ржаной       38         738	0	20.03	80.46	401
Хлеб ржаной <sub>s</sub> 38 738	0.50	24.15	118.00	1
738	0.46	66.12	56.70	Para moral
	20.73	157.82	701.06	
Пудинг манный 80 2.78	4.69	26.10	157.86	. 209
Полдник со сметаной 20 0.56	4.00	0.64	41.20	1
Morypr 200 6.40	5.00	32.00	184.00	420
Итого за полдцик 300 9.74	13.69	58.74	383.06	STREET STREET
Итого за второй день 1418 52.69		268.65	1495.95	Large Car More

прием	Наименование блюда	Выход	Пиш	Пишевые вешества (г)	TD9 (r)		
ишиш	9'	блюда		abiliar array	(1) pg1/	летиост (тога)	№ Рецептуры
		Carlo	P	×	V	- UCHHOCIP (KKZJI)	
ты з	Суп молочный манный	200	5.73	5.05	16.10	131.80	. 66
Cano	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	414
Завтрак:	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.28	99.6	47.20	•
Итого за 1 завтрак	20:30	400	10.16	7.74	40.12	000000	
1	Суп картофельный с рисовой крупой	200	1.52	2.19	11.66	72.60	86
Убед.	Овощи отварные с маслом	120	2.17	3.11	4.23	59 64	330
	Рыба, тушенная с овощами	80	7.93	4.56	3.59	81.00	261
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	10 32	04.40	Ogen
-	Хлеб ржаной	38	2.50	0.46	66 12	04.46	
	Сок	175	0.88	0	21.00	20.70	1
Итого за обед		653	18 16	20.01	57.77	92.17	418
Полдник	Запеканка из творога с соусом	80	17.54	0.64	127.14	456.41	
	молочным (сладкий)	30	0.58	1.26	13.72	198.00	251
	18788		00	1.30	3.98	30.45	Estate or any St.
	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	0000	369
Итого за полдник	*	290	20.79	13.34	32.01	317.45	411
	Итого за третий день I недели	1343	49.11	31.80	199.27	1043.86	ı

Прием пищи	зание олюда	Быход	IMI	пищевые вещества (г)	(1)	лергетическая ценность (ккал)	NE redemy par
1 HATHTLESHIS LIST. LEA	COPHTU IQURE	The Court of the C	P	×	Ŋ		MITTER
День 4	Суп молочный с рисовой крупой	200	4.82	5.08	16.83	132.40	101
	Бутерброд с маслом	30/10	2.45	7.56	14.62	136.00	1
SaB Tpak:	Чай с сахаром	180	90.0	0.02	66.6	40.00	411
	печенье	20	1.67	1.76	15.12	83,60	
Итого за 1 завтрак	TO THE COLUMN TWO IS NOT THE PARTY OF THE PA	440	00.6	14.42	56.56	392.00	green Landania
Второй завтрак	Яблоки свежие	100	0.40	0:40	98.6	44.00	396
Итого за 2 завтрак		100	0.40	0.40	08.6	44,00	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.71	83,80	82
Ogen	Капуста тушёная	150	3.10	4.86	14.14	12.65	354
Тэпо	Биточек рубленый из	80	11.93	12.62	60.8	194.00	323
	птицы с соусом сметенным	30	0.42	1.50	1.76	22,23	372
	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.28	99.6	47.02	
816.	Хлеб ржаной	38	2.50	0.46	66.12	56.70	,
38,	Кисель из сока натурального	180	0.51	0.05	27.18	111.24	400
Итого за обед	3.68 . 36.45	869	22.19	22.04	140.66	527.64	
1	Омлет с сыром	80	9.10	15.80	1.40	184.00	230
Полдник	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91,00	414
	Хлеб пшеничный	15	1.19	0.15	7.25	35,00	1
Итого за полдник		275	13.14	18.36	23.01	310.00	
Итого за 4 ленъ. 1 нелели		1513	44.73	55.22	230.03	1273.64	

Приём пищи	Наименование олюда	блюда	ATT.	пищевые вещества (г)	CTBa (Г)	унергетическая ценность (ккал)	Jue ir eutenrypa
information site, in	) - Jestinoniakon	D. B. C. S. P. D. D. C.	ducan B	Ж	A	HAMMANA	The state of the s
І неделя день 5	Суп молочный овсяный	200	5.92	5.93	17.93	148.80	101
Zarrnar.	Бутерброд с маслом	30/10	2.45	7.56	14.62	136.00	Lans).
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	416
Итого за завтрак	0.28 63.00	420	12.04	16,68	48.37	391.80	
	Рассольник Ленинградский	200	1.68	4.10	13.28	09.96	82
1	Салат из свеклы с огурцами солеными	09	98.0	3.66	4.01	52.44	#646.1837
11	Рис припущенный	130	3.15	3.73	31.78	173.29	333
	Коглеты рыбные запеченные, с соусом	/08	10.54	3.76	7.67	107.00	271
Тапо	сметанным	30	0.42	1.50	1.76	22.23	372
	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.28	99.6	47.02	1
·	Хлеб ржаной	38	2.50	0.46	66.12	56.70	1
	Сок	175	0.88	0	22.23	92.17	418
Итого за обед	138.36 s n36.07	733	21.61	17.49	156.51	647.45	Proper as special
137	Ватрушка с	/09	10.08	4.56	29.04	225.50	441
Полиник	творогом	30	5.12	2.60	3.08	56.19	
	Йогурт	200	6.40	5.00	32.00	184.00	420
Итого за полдник		290	21.60	12.16	64.12	465.69	
	Итого за 5 день I неделя	1443	55 35	16 33	00 096	1504 04	

пищи	паименование олюда	Быход		Transcopic Benjectba (1)	04 (1)	ленность (ккап)	Ne Petterryph
5		- TO	Р	×	×	diminating (name)	Catalon ments 5
П неделя	Каща вязкая пшеничная	120	3.31	3.76	18.91	123.10	182
День 1	Икра кабачковая	40	0.48	1.89	3.08	31.00	57
Zaprnar.	Чай с сахаром	180	90.0	0.02	- 66.6	40.00	411
Jan Dan.	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	. 227
Итого за 1 завтрак	13/38 - 1 - 1 - 15/2/01	400	8.93	10.27	32.26	257.10	
Второй завтрак	Яблоки свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	386
Итого за 2 завтрак		100	0.40	0.40	9.80	44.00	
*	Винегрет овощной	09	0.83	3.71	3.86	56.88	46
	Суп картофельный с	200	4.49	2.42	12.53	89.80	06
Обед	фрикадельками рыбными	55	1.23	19.0	3:45	24.70	132
	Плов из птицы	150	15.00	5.45	25.09	211.89	321
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.40	
20	Хлеб ржаной	38	2.50	0.46	66.12	56.70	-
	Компот из сушенных фруктов	180	0.40	0.02	24.99	101.70	394
Итого за обед	15.851 St 15.851	723	27.61	13.13	155.36	636.07	
A	Олады со сгущенным	/0/	4.93	7.89	26.65	197.08	432
· Ch	МОЛОКОМ	30	2.16	2.55	16.70	98.40	
Полдник	Молоко кипяченое	180	5.49	4.88	70.6	102.00	419
Итого за полдник		280	12.58	15.32	52.42	397.48	
	Итого за 1 день II недели	1503	49.52	39.12	249.84	1334.65	1

пищи	паименование олюда	Быход	Me management	Пищевые вещества (г)	8a (r)	Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
		1 20	В	Ж	A		
И неделя День 2	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.75	5.21	18.84	145.20	MC31:100
	Бутерброд с маслом	30/10	2.45	7.56	14.62	136.00	1
Jabi Dak:	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89.00	413
	печенье	. 20	1.67	1.76	15.12	83.60 🖦	
Итого за 1 завтрак	083.53	440	12.54	16.87	62.89	453.80	MANUFORM & MANUFACTURE
Второй	Яблоки свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	386
Итого за 2 завтрак		100	0.40	0.40	080	44.00	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.40	3.91	6.79	67.80	73
Обел	3				-	C (CONCENT CANCELLAND) D	0.000
Tina	Рагу из овощей с	150	2.46	11.30	13.56	166.00	148
	COYCOM CMCIAHIBIM	45	0.63	2.25	2.64	33.35	372
	риточки паровые (мясные) с	80	11.59	7.97	7.75	149.00	306
	соусом сметанным	30	0.42	1.50	1.76	22.23	372
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.09	71.00	1
	5 ржаной	38	2.50	0.46	66.12	56.70	
-	Сок	175	0.88	0 8 8 3	22.23	92.17	418
Итого за обед	Court Action Co. Co.	748	22.25	27.69	134.94	658.25	Merchania
	Сырники из творога	/08	14.95	10.14	6.59	187.20	245
	со сгущенным молоком	30	2.16	2.55	16.70	98.40	State of the state
Полдник	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	102.20	420
Итого за полдник		310	22.91	17.69	92.02	387.80	
	Итого за второй день II недели	1598	58.10	62.65	299.65	1543.85	,

	Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества (г)	тва (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
	81 70	of the	В	X	Y		
II неделя День 3	Суп молочный с гречневой крупой	200	5.97	5.48	17.08	148.80	101
0	Чай с сахаром	180	90.0	0.02	66.6	40.00	411
Sabi pak:	Бутерброд с маслом	30/10	2.45	7.56	14.62	136.00	1
Итого за 1 завтрак	\$1.80 Tal. 180	420	8,48	13.06	41.69	324.80	Marine Tal annual
E ST. W.	Салат из свеклы с яблоками	09	29.0	3.10	98.9	58.02	
*	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	200	2.19	4.75	10.94	95.40	65
Обел	Голубцы ленивые	150	13.24	8.48	19.00	205.31	315
8	S CONTRACTOR OF THE CONTRACTOR	30	0.42	1.50	1.76	22.33	277
	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.28	99.6	47.02	710
	Хлеб ржаной	38	2.50	0.46	66.12	56.70	
. 200	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.99	101 70	304
Итого за обед	0.000	849	21.00	18.59	139.33	586.38	100
	Драчена	80	8.52	11.69	5.05	150.00	747
Полдник	Бутерброд с сыром	33/13/4	5.26	7.64	16.18	154.44	3
342	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89.00	
Итого за полдник	16.30 05.01	320	16.45	21.67	35.54	303 44	
430	Итого за 3 день II недели	1418	45.93	53.32	216.56	1303.82	

Каша вязкая с изгомом         Б         Ж         У         Пенность (кадал)           Каша вязкая с изгомом         150         4.59         5.89         40.07         232.00           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Чай с молоком         180         2.67         2.34         14.09         71.00           Печенье         20         1.67         1.76         15.12         83.60           Яблоки свежие         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Оул акрисфенныній с мясными         200         5.31         4.14         12.35         108.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22         6.52           Ули акрисфенний каральный с мясными         80         1.403         1.90         0.23         108.00           Клюб ражаной         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлюб ражаной         30         2.37         0.46         66.12         5.57           Сок         173         37.12 </th <th>Прием ищи</th> <th>Наименование блюда</th> <th>Выход</th> <th>I Chimometric</th> <th>Пищевые вещества (г)</th> <th>a(r)</th> <th>Энепгетическая</th> <th>No Demondra</th>	Прием ищи	Наименование блюда	Выход	I Chimometric	Пищевые вещества (г)	a(r)	Энепгетическая	No Demondra
Кашла вяздела с изломом         150         4.59         3.89         40.07         232.00           Хиеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           ак         Леченье         20         1.67         1.76         15.12         83.60           ак         Печенье         20         1.67         1.76         15.12         83.50           ак         Печенье         20         1.67         1.76         15.12         83.60           ак         100         0.40         0.40         0.40         9.80         44.00           ак         Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Сук издтофельный с мясными         200         1.32         2.76         6.53         56.22           Оракадельний с мясными         20         1.32         2.76         6.53         56.22           Сук издтофельный с мясными         30         1.403         1.90         0.25         1.400           Пюрю картофельные         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         38         2.50         0.46         66.12         2.23.3		TECHNOLIS (1000)	блюда		Отору		ценность (ккал)	are redelity pa
Каще вяздая с изромом         150         4.59         5.89         40.07         232.00           Алеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Чай с вколоком         180         2.67         2.34         14.31         83.00           Печенье         20         1.67         1.76         15.12         83.60           Икра морковная         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Сул картофешьный с мяснами         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Рыба пригичний         200/         5.31         4.14         12.35         56.22           Сул картофешьный с мяснами         200/         5.31         4.14         12.35         56.22           Поре картофешьные         30         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.36         4.26         22.23           Сок         31         0.18				P	×	y		
Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Чай с молоком         180         2.67         2.34         14.09         71.00           Печенье         20         1.67         1.76         1.51.2         83.60           Икра морковная         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         5.22           Сул картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         44.00           Рыба прилупенняя         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельный с мясными         40         7.64         4.05         0.25         74.00           Пюре картофельные         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Клеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         5         10.08         4.56         29.04         225.55           Прожжение исиниция         30         0.10         0.	I неделя ень 4	Каша вязкая с изюмом	150	4.59	5.89	40.07	232,00	190
Чай с молоком         180         2.67         2.34         14.31         89.00           Печенье         20         1.67         1.76         15.12         83.60           Яблоки свежие         380         11.30         10.29         83.59         475.60           Яблоки свежие         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Сул картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Рыба припушенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пере картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб писничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         173         37.12         18.41         142.33         663.58           Пирожки печеные из         50         6.10         5.40         22.04         225.50           Пирожиси печеные из         20         6.10 <td< td=""><td>SOUTH OF THE</td><td>Хлеб пшеничный</td><td>30</td><td>2.37</td><td>0.30</td><td>14.09</td><td>71.00</td><td>10407</td></td<>	SOUTH OF THE	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.09	71.00	10407
Печенье         20         1.67         1.76         15.12         83.50           Яблоки свежие         100         0.40         0.40         9.80         475.60           Яблоки свежие         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Суп картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Фрикадельками         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Рыба прилущенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пьоре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб плиеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб плиеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб плиеничный         30         2.37         0.36         9.04         56.70           Сок         \$         10.08         4.56         29.04         225.30           Прожжевого теста с повидлом         30         6.10	abipan.	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89.00	413
Яблюки свежие         380         11,30         10,29         83.59         475.60           Яблюки свежие         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Суп картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Рыба прилушенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельный с мясными         30         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         5         10.08         4.56         29.04         225.50           Прожжевого теста с повидлюм         65/         10.08         4.56         29.04         428.84           Молоко клизичеста с повидлюм         15.48<		Печенье	20	1.67	1.76	15.12	83.60	CIL
Яблюки свежие         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Сул картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Рыба притушенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         5         175         0.88         0         222.33         92.17           Сок         5         10.08         4.56         29.04         225.50           Пирожки печеные из         5         10.08         4.36         29.04         225.50           Молюко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           40.36         16.36         9.96 <td< td=""><td>гого за 1 завтрак</td><td>S S</td><td>380</td><td>11.30</td><td>10.29</td><td>83.59</td><td>475.60</td><td>STATE OF THE OWNER.</td></td<>	гого за 1 завтрак	S S	380	11.30	10.29	83.59	475.60	STATE OF THE OWNER.
Икра морковная         100         0.40         0.40         9.80         44.00           Икра морковная         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Суп картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Рыба припущенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         30         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         5         175         0.88         0         22.23         92.17           Прожиски печеные из         65/         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Молоко кипяченое         255         16.36         9.96         67.92         428.84           Игого за 4 день II недели         154.8         59.06         30.354         1612.02	торой			0.40	0.40	9.80	44.00	386
Икра морковнах         60         1.32         2.76         6.53         56.22           Суп картофельный с мясными         200/         5.31         4.14         12.35         108.00           Фрикадельками         40         7.64         4.05         0.32         68.24           Рыба припушенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб пшеничный         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         3         1.75         0.88         0         22.23         92.17           Пирожки печеные из фб/         10.08         4.56         29.04         225.50         9.00           Молюко киляченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34         4           Молюко киляченое         205         16.36         9.96         67.92         428.84           Итого за 4 день II недели         154.8         59.06         303.54         1612.02	гого за 1 завтрак	.00.6	100	0.40	0.40	0	44.00	
Суп картофельный с мясными         200/ 40         5.31         4.14         12.35         108.00           фрикадельками Рыба пригущенная         80         14.03         1.90         0.32         68.24           Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пленичный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         175         0.88         0         22.23         92.17           Сок         173         37.12         18.41         142.33         663.58           Пирожси печены из         65/         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         61.0         28.80         90.00           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         67.92         428.84           Итого за 4 день II недели         154.8         65.18         39.06	1	Икра морковная	09	1.32	2.76	6.53	56.22	55
фрикадельками         40         7.64         4.05         0.32         68.24           Рыба прилущенная         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         175         0.88         0         22.23         92.17           Сок         773         37.12         18.41         142.33         663.58           Пирожки печеные из         65/         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко киляченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Итого за 4 день II недели         15.48         65.18         39.06         478.84         1612.02		Суп картофельный с мясными		5.31	4.14	. 12.35	108.00	80
Рыба припущенняя         80         14.03         1.90         0.25         74.00           Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пшеничный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         175         0.88         0         22.23         92.17           Сок         773         37.12         18.41         142.33         663.58           Пирожки печеные из б5/         10.08         4.56         29.04         225.50           Дрожжевого теста с повидлюм         30         6.10         5.40         10.08         113.34           Молюко киличеное         200         6.10         5.40         10.08         113.34         6.3           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02	Обед	фрикадельками	40	7.64	4.05	0.32	68.24	129
Пюре картофельное         130         2.66         4.16         17.72         118.95           Хлеб пленичный         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         5         175         0.88         0         22.23         92.17           Пирожки печеные из фожжевого теста с повидлом         65/         10.08         4.56         29.04         225.50           Дрожжевого теста с повидлом         30         0.18         0         28.80         90.00           Молоко кипиченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02		Рыба припущенная	80	14.03	1.90	0.25	74.00	259
Хлеб ржаной         30         2.37         0.30         14.09         71.00           Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         175         0.88         0         22.23         92.17           Пирожки печеные из повидлом         65/         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко киляченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02		Пюре картофельное	130	2.66	4.16	17.72	118.95	339
Хлеб ржаной         38         2.50         0.46         66.12         56.70           Сок         175         0.88         0         22.23         92.17           Сок         773         37.12         18.41         142.33         663.58           Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлюм         65/10.08         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34         7.25.50           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34         7.28.84           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02	-2	3		2.37	0.30	14.09	71.00	
Сок         5         175         0.88         0         22.23         92.  7           Пирожки печеные из прожжевого теста с повидлюм         773         37.12         18.41         142.33         663.58           Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлюм         65/10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Атого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02				2.50	0.46	66.12	56.70	
Пирожки печеные из дожжевого теста с повидлом         65/ до         10.08         4.56         29.04         225.50           Молоко кипяченое         200 б.18         0         28.80         90.00           Молоко кипяченое         200 б.10         5.40         10.08         113.34           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02		188	175	0.88	0	22.23	92.17	418
Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом         65/         10.08         4.56         29.04         225.50           дрожжевого теста с повидлом         30         0.18         0         28.80         90.00           Молоко кипяченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02	Итого за обед		la l	37.12	18.41	142.33	663 58	MARKEDINA
дрожжевого теста с повидном         30         0.18         0         28.80         90.00           Молоко киляченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02		Пирожки печеные из		10.08	4.56	29.04	225.50	436
Молоко киляченое         200         6.10         5.40         10.08         113.34           Атого за 4 день II недели         15.48         65.18         39.06         303.54         1612.02		дрожжевого теста с повидлом		0.18	0 6000	28.80	00'06	437
Итого за 4 день II недели         295         16.36         9.96         67.92         428.84           Итого за 4 день II недели         1548         65.18         39.06         303.54         1612.02	Полдник				5.40	10.08	113.34	419
1548 65.18 39.06 303.54 1612.02	того за полдник	3	295	16.36	96.6	67.92	428.84	,
		Итого за 4 день II недели		65.18	39.06	303.54	1612.02	

Throw Indian	LIAMMCHUBAHNC WINGLA			TY THE YEAR		XXX JULY IN THE	
	(Make) (Caparing)	блюда		THE TOTAL PORTION (1)	9	ценность (ккал)	
	4	W. T.	9	X	×		
П неделя	Омдет натуральный	08	7.52	13.45	1.51	157.00	229
День 5	Сыр твердый	14	3.25	4.13	0	50.40	
3aBTDak:	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	414
cano laure	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.28	99.6	47.02	ŧ
Итого за! завтрак	10.573	294	15.20	20.27	25.53	345.42	
Второй завтрак	Яблоки свежие	100	0.40	0.40	08.6	44.00	386
Итого за 2 завтрак		100	0.40	0.40	9.80	44.00	ST SEE THE
E CH	Суп картофельный с горохом	200	3.95	3.79	11.75	97.02	87
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Гренки из пшеничного хлеба	20	2.49	0.32	15.22	73.64	123
80.	Картофель в молоке с	130	3.05	3.23	17.11	109.72	354
0,000	соусом молочным	20	0.54	1.84	1.98	26.64	370
Тэпо	Котлеты рубленые из кур	08	10.11	14.27	8.51	203.00	324
	,запеченные в соусе молочном	20	0.54	1.84	1.98	26.64	370
	Хлеб ржаной	38	2.50	0.46	66.12	56.70	1
	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.99	101.70	394
Итого за обед		889	23.58	25.77	147.66	90.269	
	Пудинг из творога с сгущенным	80	12.11	8.61	19.46	204.00	249
	МОЛОКОМ	30	2.16	2.55	16.70	98.40	ı
Полдник	Ряженка	200	5.80	5.00	8.40	102.20	420
Итого за полдник		310	20.07	16.16	44.56	404.60	
	Итого за 5 день II недели	1392	59.25	62.60	227.55	1489.08	
To a	Итого за 10 дней в среднем	1465	53.12	51.59	251.89	1397.85	

При составлении меню допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания +/- 5

Тюрина О.В

Меню составила медицинская сестра МБДОУ «Заветненский детский сад «Аленький цветочек»