

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
					Белки		Жиры		Углеводы				
Понедельник 1-я неделя			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
Завтрак	Икра кабачковая	15	40	50	0,36	0,54	1,88	2,82	2,37	3,55	27,84	40,94	54
	Яйцо отварное	41	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	227
	Бутерброд с сыром	3	45	60	4,73	6,68	6,88	8,45	14,56	19,39	139	180	3
	Каша пшенная вязкая	34/36	100	120	4,27	5,67	4,86	5,28	24,43	32,55	159	200	182
	Чай с лимоном	79	160	187	0,07	0,12	0,01	0,02	7,1	10,2	29	11	412
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>385</b>	<b>457</b>	<b>14,51</b>	<b>18,09</b>	<b>18,23</b>	<b>21,17</b>	<b>48,74</b>	<b>65,97</b>	<b>417,84</b>	<b>494,94</b>	
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	109	30	40	0,39	0,51	2,15	2,83	0,79	1,04	18,12	23,92	20
	Борщ вегетарианский	18	180	200	1,36	1,5	3,66	4,02	8,05	8,85	86,72	95,4	65
	Плов из птицы	108	130	170	16	21,47	14,78	19,69	26,76	35,69	304	406	321
	Сок томатный	128	150	180	1,8	1,5	0,18	0,15	5,22	4,35	30	25	418
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	
<b>Итого за обед:</b>			<b>560</b>	<b>680</b>	<b>23,91</b>	<b>32,23</b>	<b>21,43</b>	<b>27,79</b>	<b>65,34</b>	<b>90,25</b>	<b>596,84</b>	<b>720,32</b>	
Полдник	Булочка домашняя	89	50	50	3,64	3,64	6,26	6,26	26,96	26,96	179	179	452
	Кефир	86	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2	75	90	420
<b>Итого за полдник:</b>			<b>200</b>	<b>230</b>	<b>7,99</b>	<b>8,86</b>	<b>10,01</b>	<b>10,76</b>	<b>32,96</b>	<b>34,16</b>	<b>254</b>	<b>269</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1145</b>	<b>1367</b>	<b>46,41</b>	<b>59,18</b>	<b>49,67</b>	<b>59,72</b>	<b>147,04</b>	<b>190,38</b>	<b>1268,68</b>	<b>1484,26</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	Белки		Жиры		Углеводы		от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
<b>Вторник 1-я неделя</b>			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
<b>Завтрак</b>	Салат из кукурузы консервированной	113	40	50	1,15	1,44	2,47	3,08	3,22	4,02	37,32	49,65	12
	Яйцо отварное	41	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	227
	Бутерброд с маслом	99	40	40	2,45	2,45	7,55	7,55	14,62	14,62	136	136	1
	Каша гречневая	34	120	140	8,86	11,79	5,98	6,77	39,81	53,06	248	320	179
	Чай с молоком	80	150	180	2,65	2,67	2,33	2,34	11,31	14,31	77	89	413
	Банан	73	80	115	0,56	0,8	0,14	0,2	15,23	22,47	64	95	386
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>470</b>	<b>565</b>	<b>20,75</b>	<b>24,23</b>	<b>23,07</b>	<b>24,54</b>	<b>84,47</b>	<b>108,76</b>	<b>625,32</b>	<b>752,65</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидор и огурцов или	15	40	50	0,39	0,49	2,46	3,08	1,49	1,87	29,68	37,1	15
	Салат из белокачанной капусты с морковью	129	40	50	0,56	0,7	2,03	2,53	3,6	4,5	34,96	43,7	21
	Суп гороховый	24		200		4,39		4,22		13,06		107,8	87
	Суп вермишелевый	26	180		1,95		2,06		12,47		76,18		88
	Зразы рыбные	101	60	80	8,06	10,76	4	5,32	9,03	12,1	104	139	281
	Картофельное пюре	62	120	150	2,46	3,1	3,86	4,85	16,42	20,65	110,24	138,64	339
	Компот из яблок	112	150	180	0,33	0,39	0,02	0,02	20,83	24,79	85	102	390
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	
<b>Итого за обед:</b>			<b>660</b>	<b>800</b>	<b>18,11</b>	<b>27,08</b>	<b>15,09</b>	<b>21,12</b>	<b>88,36</b>	<b>117,29</b>	<b>598,06</b>	<b>738,24</b>	
<b>Полдник</b>	Пирожки печеные с мясом и рисом	87/122	100	100	6,3	6,3	2,85	2,85	18,15	18,15	123	123	437/495
	Молоко	85	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	102	419
<b>Итого за полдник:</b>			<b>250</b>	<b>280</b>	<b>10,88</b>	<b>11,78</b>	<b>6,93</b>	<b>7,73</b>	<b>25,73</b>	<b>27,22</b>	<b>208</b>	<b>225</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1380</b>	<b>1645</b>	<b>49,74</b>	<b>63,09</b>	<b>45,09</b>	<b>53,39</b>	<b>198,56</b>	<b>253,27</b>	<b>1431,38</b>	<b>1715,89</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
					Белки		Жиры		Углеводы				
Среда 1-я неделя			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	31	180	200	4,99	5,49	4,59	5,05	14,64	16,1	119,82	131,8	99
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Чай с лимоном	79	150	180	0,07	0,12	0,01	0,02	7,1	10,2	29	11	412
	Вафли	130	20	20	1	1	6,72	6,72	12,36	12,36	112,8	112,8	
	Яблоко	73	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	386
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>380</b>	<b>440</b>	<b>8,44</b>	<b>10,56</b>	<b>11,62</b>	<b>12,29</b>	<b>48,6</b>	<b>62,81</b>	<b>332,62</b>	<b>307,6</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидор и огурцов или Салат из белокачанной капусты с морковью	15	40	50	0,39	0,49	2,46	3,08	1,49	1,87	29,68	37,1	15
	Суп с клецками	25/27	180	200	1,52	1,68	2,44	2,69	8,83	9,71	63,45	69,8	91/128
	Сосиски	132	50	50	5,5	5,5	11,95	11,95	0,2	0,2	130	130	291
	Овощное рагу	91	120	150	2,07	2,51	5,05	6,12	11,93	14,46	104,63	126,8	361
	Сок фруктовый	84	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18	64	76	418
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	
	<b>Итого за обед:</b>			<b>650</b>	<b>770</b>	<b>15,15</b>	<b>19,03</b>	<b>24,59</b>	<b>27,47</b>	<b>65,72</b>	<b>89,24</b>	<b>584,72</b>	<b>653,4</b>
<b>Полдник</b>	Сырники из творога	92	50	100	9,3	18,69	6,33	12,67	5,38	11,4	116	234	245
	Молочный коктейль	133	100	100	2,8	2,8	2	2	10,4	10,4	71	71	
<b>Итого за полдник:</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>12,1</b>	<b>21,49</b>	<b>8,33</b>	<b>14,67</b>	<b>15,78</b>	<b>21,8</b>	<b>187</b>	<b>305</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1180</b>	<b>1410</b>	<b>35,69</b>	<b>51,08</b>	<b>44,54</b>	<b>54,43</b>	<b>130,1</b>	<b>173,85</b>	<b>1104,34</b>	<b>1266</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры	
			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	Белки		Жиры		Углеводы		от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.		
<b>Четверг 1-я неделя</b>														
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	42	65	85	5,73	7,52	11,04	13,46	1,1	1,51	127	157	229	
	Салат из фасоли консервированной	134	40	50										
	Бутерброд с сыром	3	45	60	4,74	6,68	6,88	8,45	14,56	19,39	139	180	3	
	Каша овсянная	34/37	120	140	4,56	6,07	5,91	6,68	21,78	29,02	159	200	182	
	Какао с молоком	83	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82	89	107	416	
	Яблоко	73	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	386	
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>520</b>	<b>615</b>	<b>18,58</b>	<b>24,34</b>	<b>26,95</b>	<b>32,18</b>	<b>60,2</b>	<b>75,54</b>	<b>558</b>	<b>688</b>		
<b>Обед</b>	Салат из свеклы с соленым огурцом	111	50	60	0,72	0,86	3,05	3,66	3,34	4,02	43,7	52,34	37	
	Рассольник Ленинградский	21	180	200	1,53	1,68	3,72	4,09	12,07	13,27	87,32	96,6	82	
	Котлеты рубленые	59	60	80	9,43	12,64	9,65	13,14	9,98	13,46	164	223	322	
	Каша гречневая	34/35	120	140	8,86	11,79	5,98	6,77	39,81	53,06	248	320	179	
	Комот из сухофруктов	76	150	180	0,33	0,39	0,02	0,02	20,83	24,79	85	102	394	
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52		
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118		
<b>Итого за обед:</b>			<b>590</b>	<b>700</b>	<b>23,25</b>	<b>31,31</b>	<b>22,72</b>	<b>28,18</b>	<b>100,53</b>	<b>132,75</b>	<b>699,02</b>	<b>845,94</b>		
<b>Полдник</b>	Оладьи	92	50	100	9,3	18,69	6,33	12,67	5,38	11,4	116	234	341/342	
	Молоко сгущеное		20	20	1,43	1,43	0,97	0,97	12,55	12,55	68	68		
	Йогурт	135	100	100	3,2	3,2	2,5	2,5	16	16	99	99		
<b>Итого за полдник:</b>			<b>170</b>	<b>220</b>	<b>13,93</b>	<b>23,32</b>	<b>9,8</b>	<b>16,14</b>	<b>33,93</b>	<b>39,95</b>	<b>283</b>	<b>401</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>1280</b>	<b>1535</b>	<b>55,76</b>	<b>78,97</b>	<b>59,47</b>	<b>76,5</b>	<b>194,66</b>	<b>248,24</b>	<b>1540,02</b>	<b>1934,94</b>		

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
					Белки		Жиры		Углеводы				
Пятница 1-я неделя			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
Завтрак	Салат из горошка консервированого	7	40	50	1,19	1,49	2,08	2,59	2,5	3,13	33,44	41,8	10
	Отварное яйцо	41	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	0,14	0,28	31,5	62	227
	Бутерброд с маслом	99	40	40	2,45	2,45	7,55	7,55	14,62	14,62	136	136	1
	Каша рисовая	34	120	140	2,32	2,32	0,33	0,33	24,08	24,08	141	141	182
	Кофе напиток с молоком	81	150	180	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36	70	91	414
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>370</b>	<b>450</b>	<b>10,84</b>	<b>14,19</b>	<b>14,26</b>	<b>17,48</b>	<b>51,97</b>	<b>56,47</b>	<b>411,94</b>	<b>471,8</b>	
Обед	Помидор солёный	136	60	60	0,56	0,56	0,05	0,05	1,75	1,75	9,69	9,69	
	Щи	97	180	200	1,27	1,39	3,55	3,91	6,57	7,23	77,09	84,8	73
	Рыба припущеная	138	60	80	10,45	14,03	1,42	1,9	0,16	0,25	55	74	259
	Соус томатный	67	15	30	0,17	0,35	0,63	1,27	1,21	2,42	11,28	22,57	366
	Картофельное пюре	62	120	150	2,46	3,1	3,86	4,85	16,42	20,65	110,24	138,64	339
	Сок фруктовый	84	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18	64	76	418
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118		
<b>Итого за обед:</b>			<b>655</b>	<b>790</b>	<b>20,02</b>	<b>27,58</b>	<b>10,17</b>	<b>13,08</b>	<b>65,78</b>	<b>90,8</b>	<b>485,3</b>	<b>575,7</b>	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	48	50	100	6,82	13,61	6,03	10,67	7,37	14,63	111	209	254
	Молоко	85	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	402	419
<b>Итого за полдник:</b>			<b>200</b>	<b>280</b>	<b>11,4</b>	<b>19,09</b>	<b>10,11</b>	<b>15,55</b>	<b>14,95</b>	<b>23,7</b>	<b>196</b>	<b>611</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1225</b>	<b>1520</b>	<b>42,26</b>	<b>60,86</b>	<b>34,54</b>	<b>46,11</b>	<b>132,7</b>	<b>170,97</b>	<b>1093,24</b>	<b>1658,5</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
					Белки		Жиры		Углеводы				
Понедельник 2-я неделя			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
Завтрак	Икра кабачковая	15	40	50	0,36	0,54	1,88	2,82	2,37	3,55	27,84	40,94	54
	Макароны с сыром	40	150	200	9,29	11,17	10,01	10,28	2271	31,78	218	264	218/220
	Бутерброд с маслом	99	40	40	2,45	2,45	7,55	7,55	14,62	14,62	136	136	1
	Чай с лимоном	79	160	187	0,07	0,12	0,01	0,02	7,1	10,2	29	11	412
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>390</b>	<b>477</b>	<b>12,17</b>	<b>14,28</b>	<b>19,45</b>	<b>20,67</b>	<b>2295,09</b>	<b>60,15</b>	<b>410,84</b>	<b>451,94</b>	
Обед	Огурец солёный	137	60	60	0,4	0,4	0,05	0,05	0,85	0,85	5,45	5,45	
	Суп картофельный с крупой	22	180	200	1,43	1,58	1,99	2,19	10,6	11,66	66	72,6	86
	Гуляш мясной	54	60	80	7,8	10,32	6,2	8,15	6,96	2,62	95	125	293
	Каша ячневая	182	100	120	3,8	4,39	4,06	4,2	21,24	28,3	135	169	182
	Сок фруктовый	84	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18	64	76	418
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	
<b>Итого за обед:</b>			<b>550</b>	<b>640</b>	<b>14,18</b>	<b>17,59</b>	<b>12,3</b>	<b>14,59</b>	<b>54,8</b>	<b>61,61</b>	<b>365,45</b>	<b>448,05</b>	
Полдник	Блины с повидлом	105	55	105	2,59	5,18	1,38	2,76	18,03	36,07	95	190	430
	Молоко	85	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	402	419
<b>Итого за полдник:</b>			<b>205</b>	<b>285</b>	<b>7,17</b>	<b>10,66</b>	<b>5,46</b>	<b>7,64</b>	<b>25,61</b>	<b>45,14</b>	<b>180</b>	<b>592</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1145</b>	<b>1402</b>	<b>33,52</b>	<b>42,53</b>	<b>37,21</b>	<b>42,9</b>	<b>2375,5</b>	<b>166,9</b>	<b>956,29</b>	<b>1491,99</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	Белки		Жиры		Углеводы		от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
<b>Вторник 2-я неделя</b>					от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	31	180	200	4,99	5,49	4,59	5,05	14,64	16,1	119,82	131,8	99
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Зефир		20	25	0,16	0,2	0,02	0,03	15,96	19,95	65	81,25	
	Чай с лимоном	79	160	187	0,07	0,12	0,01	0,02	7,1	10,2	29	11	412
	Банан	73	80	115	0,56	0,8	0,14	0,2	15,23	22,47	64	95	386
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>470</b>	<b>567</b>	<b>8,16</b>	<b>10,56</b>	<b>5,06</b>	<b>5,8</b>	<b>67,43</b>	<b>92,87</b>	<b>348,82</b>	<b>371,05</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидор и огурцов или	15	40	50	0,39	0,49	2,46	3,08	1,49	1,87	29,68	37,1	15
	Салат из белокачанной капусты с морковью	129	40	50	0,56	0,7	2,03	2,53	3,6	4,5	34,96	43,7	21
	Суп с мясными фрикадельками	23/28	210	230	4,83	5,31	3,77	4,14	11,23	12,35	98,18	108	89/129
	Рыба запеченная	139	60	80	7,55	10,08	4,84	6,69	5,84	7,98	97	132	268
	Каша рисовая	34	120	140	2,32	2,32	0,33	0,33	24,08	24,08	141	141	182
	Сок томатный	128	150	180	1,8	1,5	0,18	0,15	5,22	4,35	30	25	418
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	
<b>Итого за обед:</b>			<b>650</b>	<b>770</b>	<b>19,83</b>	<b>24,35</b>	<b>13,91</b>	<b>17,42</b>	<b>65,96</b>	<b>79,28</b>	<b>501,82</b>	<b>538,8</b>	
<b>Полдник</b>	Ватрушка	119/87/88	70	70	9,22	9,22	5,48	5,48	29,18	29,18	202	202	436/441/501
	Йогурт	135	100	100	3,2	3,2	2,5	2,5	16	16	99	99	
<b>Итого за полдник:</b>			<b>170</b>	<b>170</b>	<b>12,42</b>	<b>12,42</b>	<b>7,98</b>	<b>7,98</b>	<b>45,18</b>	<b>45,18</b>	<b>301</b>	<b>301</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1290</b>	<b>1507</b>	<b>40,41</b>	<b>47,33</b>	<b>26,95</b>	<b>31,2</b>	<b>178,57</b>	<b>217,33</b>	<b>1151,64</b>	<b>1210,85</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
					Белки		Жиры		Углеводы				
Среда 2-я неделя			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
Завтрак	Отварное яйцо	41	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	0,14	0,28	31,5	62	227
	Фасоль консервированная	134	40	50									
	Каша пшеничная	36	100	120	4,27	5,67	4,86	5,28	24,43	32,55	159	200	182
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Какао с молоком	83	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82	89	107	416
	Яблоко	73	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	386
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>340</b>	<b>430</b>	<b>12,34</b>	<b>18,37</b>	<b>10,18</b>	<b>13,57</b>	<b>52,03</b>	<b>72,8</b>	<b>350,5</b>	<b>421</b>	
Обед	Винегрет	140	40	50	0,54	0,68	2,47	3,08	3,37	4,24	37,92	47,4	46
	Щи	97	180	200	1,27	1,39	3,55	3,91	6,57	7,23	77,09	84,8	73
	Птица тушенная	141	60	80	14,71	19,61	4,06	5,41	3,52	4,7	109	146	318/372
	Картофель отварной	60	100	150	1,9	2,88	2,87	4,36	15,34	23,24	94,9	143,78	336
	Комот из сухофруктов	76	150	180	0,33	0,39	0,02	0,02	20,83	24,79	85	102	394
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	386
<b>Итого за обед:</b>			<b>600</b>	<b>750</b>	<b>23,11</b>	<b>32,2</b>	<b>13,63</b>	<b>17,88</b>	<b>74,15</b>	<b>104,52</b>	<b>561,91</b>	<b>693,98</b>	
Полдник	Запеканка из творога	45	50	100	8,77	17,54	6,03	12,05	8,58	17,15	124	247	251
	Молочный коктейль	133	100	100	2,8	2,8	2	2	10,4	10,4	71	71	380
<b>Итого за полдник:</b>			<b>190</b>	<b>250</b>	<b>13,55</b>	<b>23,64</b>	<b>8,39</b>	<b>14,65</b>	<b>29</b>	<b>43,72</b>	<b>282</b>	<b>436</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1130</b>	<b>1430</b>	<b>49</b>	<b>74,21</b>	<b>32,2</b>	<b>46,1</b>	<b>155,18</b>	<b>221,04</b>	<b>1194,41</b>	<b>1550,98</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	Белки		Жиры		Углеводы		от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
<b>Четверг 2-я неделя</b>													
<b>Завтрак</b>	Отварное яйцо	41	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	0,14	0,28	31,5	62	227
	Салат из кукурузы консервированной	113	40	50	1,15	1,44	2,47	3,08	3,22	4,02	37,32	49,65	12
	Бутерброд с сыром	3	45	60	4,73	6,68	6,88	8,45	14,56	19,39	139	180	3
	Каша овсяная	34/37	120	140	4,56	6,07	5,91	6,68	21,78	29,02	159	200	182
	Кофе напиток с молоком	81	150	180	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36	70	91	414
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>375</b>	<b>470</b>	<b>15,32</b>	<b>22,12</b>	<b>19,56</b>	<b>25,22</b>	<b>50,33</b>	<b>67,07</b>	<b>436,82</b>	<b>582,65</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидор и огурцов или	15	40	50	0,39	0,49	2,46	3,08	1,49	1,87	29,68	37,1	15
	Салат из белокачанной капусты с морковью	129	40	50	0,56	0,7	2,03	2,53	3,6	4,5	34,96	43,7	21
	Суп с рыбными консервами	102	180	200	6,34	6,97	6,11	6,72	10,42	11,47	121,64	133,8	95
	Жаркое по домашнему	103	150	180	20,8	27,53	5,33	7,47	18,5	21,95	205	265	292
	Компот из яблок	112	150	180	0,33	0,39	0,02	0,02	20,83	24,79	85	102	390
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	386
<b>Итого за обед:</b>			<b>630</b>	<b>750</b>	<b>32,78</b>	<b>43,33</b>	<b>16,61</b>	<b>20,92</b>	<b>79,36</b>	<b>104,9</b>	<b>634,28</b>	<b>751,6</b>	
<b>Полдник</b>	Пирожок с повидлом	89	50	50	3,64	3,64	6,26	6,26	26,96	26,96	179	179	452
	Кефир	86	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2	75	90	420
<b>Итого за полдник:</b>			<b>200</b>	<b>230</b>	<b>7,99</b>	<b>8,86</b>	<b>10,01</b>	<b>10,76</b>	<b>32,96</b>	<b>34,16</b>	<b>254</b>	<b>269</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1205</b>	<b>1450</b>	<b>56,09</b>	<b>74,31</b>	<b>46,18</b>	<b>56,9</b>	<b>162,65</b>	<b>206,13</b>	<b>1325,1</b>	<b>1603,25</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	№ технологической карты	Выход блюд для возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность кКал		№ рецептуры
					Белки		Жиры		Углеводы				
Пятница 2-я неделя			от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	от 1г. до 3 л.	с 3л. до 7 л.	
Завтрак	Суп молочный с макаронами	30	180	200	5,23	5,75	4,74	5,21	17,13	18,84	132	145,2	100
	Бутерброд с повидлом	2	40	55	2,1	2,49	3,45	3,93	21,56	27,56	135	156	2
	Чай с лимоном	79	160	187	0,07	0,12	0,01	0,02	7,1	10,2	29	11	412
	Яблоко	73	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	386
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>480</b>	<b>542</b>	<b>7,8</b>	<b>8,76</b>	<b>8,6</b>	<b>9,56</b>	<b>55,59</b>	<b>66,4</b>	<b>340</b>	<b>356,2</b>	
Обед	Помидор солёный	136	60	60	0,56	0,56	0,05	0,05	1,75	1,75	9,69	9,69	
	Борщ с мясом	104	180	200	7,19	7,91	5,29	9,99	10,98	11,62	116,36	128	68
	Печень тушенная в сметане	125	50	80	0,88	13,2	5,41	8,87	4,1	6,15	100	157	125
	или Оладьи печеночные	126	60	80	10,6	13,26	9,98	11,23	2,81	3,52	148	185	126
	Каша гречневая	34/35	120	140	8,86	11,79	5,98	6,77	39,81	53,06	248	320	179
	Сок фруктовый	84	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18	64	76	418
	Хлеб пшеничный	1А	30	40	2,38	3,95	0,3	0,5	14,5	24,15	71	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	1	40	50	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,17	87	118	
<b>Итого за обед:</b>			<b>690</b>	<b>830</b>	<b>33,2</b>	<b>54,87</b>	<b>27,37</b>	<b>38,01</b>	<b>99,12</b>	<b>134,6</b>	<b>844,05</b>	<b>1045,69</b>	
Полдник	Ленивые вареники	106/107	65	100	8,87	14,79	4,45	7,42	13,94	24,83	131	225	243/244
	Сметана		10	15	0,29	0,44	1,5	2,25	0,31	0,46	15,58	23,82	
	Молоко	85	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	402	419
<b>Итого за полдник:</b>			<b>225</b>	<b>295</b>	<b>13,74</b>	<b>20,71</b>	<b>10,03</b>	<b>14,55</b>	<b>21,83</b>	<b>34,36</b>	<b>231,58</b>	<b>650,82</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1395</b>	<b>1667</b>	<b>54,74</b>	<b>84,34</b>	<b>46</b>	<b>62,12</b>	<b>176,54</b>	<b>235,36</b>	<b>1415,63</b>	<b>2052,71</b>	