УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий Детским садом №72
О.А.Петренко

Примерное 2-х недельное меню

для детей до 3-х лет с усиленным полдником при 12-ти часовом пребывании с учетом диагноза пищевой аллергии на белок коровьего молока Выход Пищевые вещества № рецеп-Прием пищи Энергетич. Наименование блюда блюда Ж ценность(ккал туры Первая неделя Первый день Завтрак 150 3,40 12,50 Каша геркулесовая на воде 2,60 92,80 130 14 8,00 18,00 65,00 61,35 Печенье Чай 170 0,00 0,00 9,90 38,30 161 Яйцо отварное 1/2 22,5 2,85 2,58 0,15 35,32 146 356,50 13,45 23,98 87,55 227,77 **Итого** Обед Горошек зеленый 30 0.77 0,00 1,63 9.60 121 29 150 2,55 47,00 Щи из свежей капусты 1,16 5,46 5 0,12 0,72 0,16 7,90 30 Сметана в 1 блюдо 8,78 70 117,10 100 Печень по-строгановски 10,20 1,70 120 114 Картофель тушенный 1,56 4,60 13,66 97,34 158 150 0,40 0,00 14,40 57,60 Напиток из сухофруктов Хлеб витаминный "Валетек" 25 1,87 0,25 14,50 61,75 Хлеб ржаной 40 3,20 0,52 18,40 92,80 565 Опосо 19,28 17,42 69,91 491,09 /силеный полдник Салат нежный 55 0,70 1,99 2,40 28,86 21 9,70 136 115 16,00 18,00 219,00 Пудинг из творога 199 Кисломолочный продукт 180 4,20 4,80 5,40 84,00 2,25 Хлеб витаминный "Валетек" 50 0,30 17,40 74,10 Опого 400,00 23,15 16,79 43,20 405,96 55,88 58,19 200,66 1124,82 Итого за первый день Второй день Завтрак Каша ячневая на воде 155 2,98 2,18 19,30 110,00 129,5 Батон йодир 30 2,40 0,30 17,40 74,10 0,05 3,60 0,03 32,80 27 Продукт для бутербродов (масло 160 0,20 0,20 6,03 26,08 197,3 кофейный напиток без молока **350** 5,63 6,28 42,76 242,98 Опосо Обед 2,48 30 37,00 Салат овощной 0,38 3,26 23 Рассольник ленинградский 180 1,65 5,00 12,70 94,00 34 30 Сметана в1 блюдо 5 0,12 0,72 0,16 7,90 12 Мясо в первое блюдо 2,64 0,56 0,00 13,10 30

5,20

6,80

160

Бигус (с мясом)

14,30

73

130,60

Напиток апельсиновы	й	180	0,11	0,00	10,02	38,90	164
Хлеб ржаной		30	2,40	0,40	13,80	70,00	
Хлеб витаминный "Ва	летек"	30	2,25	0,30	17,40	74,10	
Итого		627,00	23,85	14,66	64,14	465,60	
Усиленный	полдник						
Суфле из рыбы (горбу	/ши)	80	14,10	7,70	4,00	144,70	63
Икра свекольная		75	1,10	4,20	6,60	71,70	10
Сок		150	0,00	0,00	15,00	67,50	203
Хлеб витаминный "Ва	летек"	15	0,80	0,10	5,80	38,30	
Хлеб ржаной		10	0,81	0,13	4,61	23,40	
Фрукт		150	0,90	0,00	12,90	57,00	
Итого		480,00	17,71	12,13	48,91	402,60	
Итого за второй	і день		47,19	33,07	155,81	1111,18	
 Третий ден							
Завтрак	Ь						
Завтрак							
	2000	130	4,21	2 10	23,30	132,02	129,4
Батон с каротином	воде	30	2,40	2,18 0,30	17,40	74,10	129,2
Яйцо отварное 1/2					0,15	35,32	146
Продукт для бутербро	750D (01 ID)	22,5 5	2,85 1,33	2,58 1,35	0,15	16,60	27
продукт для оутерорс Кофейный напиток бе		150	0,20	0,20	6,03		197,3
Итого Итого	з молока	362,5	10,99	6,61	46,88	284,12	197,0
VIIIIOEO		302,3	10,55	0,01	70,00	204,12	
Обед							
Огурец		30	0,00	0,00	1,86	9,60	208
Суп с мясными фрика,	дельками	150	5,58	3,65	9,90	92,50	38
Колбаски витаминные (без молок		54	13,47	14,34	2,49	193,88	93,2
Рагу овощное	,	130	2,53	3,60	15,80	108,20	115
Напиток из сока		160	0,07	0,00	13,40	52,40	166
Хлеб витаминный "Ва	летек"	10	0,80	0,10			
Хлеб ржаной		30	2,40	0,40	13,80	70,00	
Итого		564,00	24,85	22,09	63,05	551,28	
Усиленный	полдник						
Салат из моркови с из		30	0,30	2,00	4,50	36,50	(
Сырники запеченные		100	16,36	9,90		•	201
Кисломолочный проду	/KT	150	4,20	4,80	5,40	84,00	199
Хлеб витаминный "Ва	летек"	10	0,80	0,10	5,80	24,70	
Соус молочный сладк	ий	30	1,00	2,10	3,90	36,80	152
Фрукт		150	0,90	0,00	12,90	57,00	
Итого		470,00	23,56	18,90	47,40	451,30	
Итого за третий	день		59,40	47,60	157,33	1286,70	
Четвертый д	В НР						
Уаша машая на воло		150	1 70	2.20	10 77	71 42	120
Каша манная на воде		150	1,79	2,26	10,77	71,43	130
Батон йодированный Продукт для бутербродов (масло		30 5	2,40 0,05	0,30 5,00	17,40 0,10	74,10 32,00	27
Яйцо отварное 1/2	дов (MacJiO	22,5	2,85	2,58	0,10		146
Чай		150	0,80	0,00	7,50	28,82	161,2
итого Итого		357,50	7,89	10,14	35,92	241,67	101,2
Pililoso		331,30	7,09	10,14	33,92	241,07	
Обед			ı				

Суп-пюре из гороха		150	0,89	4,27	17,80	98,20	45
Птица в 1 блюдо		9	2,70	3,20	0,00	40,00	30
Гуляш		40/40	12,6	5,1	3,24	107,44	90
Картофельное пюре н	на воде	130	2,08	3,40	17,99	112,25	104,11
Компот из кураги		160	0,08	0,00	13,32	54,25	159
Хлеб ржаной		30	2,40	0,40	13,80	70,00	
Хлеб витаминный "Ва	летек"	10	0,80	0,10	5,80	24,70	
Итого		514,00	22,05	16,47	74,70	519,34	
Усиленный	і полдник	•		•	•		
Рыба в омлете		128	16,50	5,50	1,64	177,10	59
Морковь тушеная		120	2,40	3,70	10,30	82,80	107
Сок		150	0,00	0,00	15,00	67,50	203
Хлеб витаминный "Ва	летек"	10	0,80	0,10	5,80	24,70	
Хлеб ржаной		20	1,62	0,26	9,20	46,40	
Итого		428,00	21,32	9,56	41,94	398,50	
Итого за четверть	ый день		51,26	36,17	152,56	1159,51	
Пятый ден	Њ						
Завтрак							
Кашка гречневая на в	оде	150	4,18	2,90	21,48	131,03	129,1
Чай		160	0,00	0,00	7,92	30,60	161
Батон с каротином		30	2,40	0,30	17,40	74,10	
Продукт для бутербро	` ' '	7	1,86	1,89	0,00	23,20	27
Продукт для бутербро	одов (масло	5	0,05	5,00	0,10	32,00	27
Итого							
rimoco		352,00	8,49	10,09	46,90	290,93	344,10
		352,00	8,49	10,09	46,90	290,93	344,10
Обед		·	,	·	ŕ	-	344,10
Обед Салат свекольный		30	0,40	0,00	3,60	15,50	1
Обед Салат свекольный Суп из овощей		30 150	0,40 1,14	0,00	3,60 6,75	15,50 51,60	1 36
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо		30 150 5	0,40 1,14 0,12	0,00 2,87 0,72	3,60 6,75 0,16	15,50 51,60 7,90	1 36 30
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо		30 150 5	0,40 1,14 0,12 2,70	0,00 2,87 0,72 3,20	3,60 6,75 0,16 0,00	15,50 51,60 7,90 40,00	1 36 30 30
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш		30 150 5 9	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00	1 36 30 30 88
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная		30 150 5 9 60 120	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03	1 36 30 30 88 105
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл		30 150 5 9 60 120 180	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05	1 36 30 30 88
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной		30 150 5 9 60 120 180 40	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80	1 36 30 30 88 105
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной		30 150 5 9 60 120 180	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05	1 36 30 30 88 105
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник	ый с яйном	30 150 5 9 60 120 180 40	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Усиленный полдник Картофель запеченнь	ый с яйцом	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Усиленный полдник Картофель запеченнь Сдоба обыкновенная	ый с яйцом	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченнь Сдоба обыкновенная чай	ый с яйцом	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт	ый с яйцом	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 100 50 150	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого		30 150 5 9 60 120 180 40 594,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт		30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 100 50 150	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченнь Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого Итого за пятый	і день	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 100 50 150	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95 41,84	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90 40,47	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38 165,19	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30 1164,11	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого	. день -5 день	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 100 50 150	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Итого Итого за пятый	і день -5 день а 1-5 день	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 150 150 450,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95 41,84	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90 40,47	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38 165,19	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30 1164,11	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого Итого за пятый Среднее значение за	. день -5 день а 1-5 день <mark>/ за 1-5 ден</mark> ь	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 150 150 450,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95 41,84 255,57 51,11	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90 40,47 215,49 43,10	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38 165,19	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30 1164,11 5846,32 1169,26	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченнь Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого Итого за пятый Среднее значение за Среднее по завтраку	. день -5 день а 1-5 день / за 1-5 день день	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 150 150 450,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95 41,84 255,57 51,11 9,29	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90 40,47 215,49 43,10 11,42	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38 165,19 831,55 166,31	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30 1164,11 5846,32 1169,26 257,49	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого Итого за 1- Среднее значение за Среднее по завтраку Среднее обед за 1-5	. день -5 день а 1-5 день / за 1-5 день день	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 150 150 450,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95 41,84 255,57 51,11 9,29 22,49	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90 40,47 215,49 43,10 11,42 18,22 13,46	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38 165,19 831,55 166,31 52,00 65,54	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30 1164,11 5846,32 1169,26 257,49 503,04	1 36 30 30 88 105 160
Обед Салат свекольный Суп из овощей Сметана в 1 блюдо Птица в 1 блюдо Бифштекс Крепыш Капуста тушеная Компот из свеж. ябл Хлеб ржаной Итого Усиленный полдник Картофель запеченны Сдоба обыкновенная чай Фрукт Итого Итого за 1- Среднее значение за Среднее по завтраку Среднее обед за 1-5	-5 день а 1-5 день / за 1-5 день день ик за 1-5 ден	30 150 5 9 60 120 180 40 594,00 150 150 450,00	0,40 1,14 0,12 2,70 12,74 2,10 0,00 3,20 22,40 6,11 3,94 0,00 0,90 10,95 41,84 255,57 51,11 9,29 22,49 19,34	0,00 2,87 0,72 3,20 9,19 3,98 0,00 0,52 20,48 6,82 3,08 0,00 0,00 9,90 40,47 215,49 43,10 11,42 18,22 13,46	3,60 6,75 0,16 0,00 3,96 8,28 14,76 18,40 55,91 14,90 26,66 7,92 12,90 62,38 165,19 831,55 166,31 52,00 65,54	15,50 51,60 7,90 40,00 161,00 80,03 39,05 92,80 487,88 141,80 155,90 30,60 57,00 385,30 1164,11 5846,32 1169,26 257,49 503,04	1 36 30 30 88 105 160

Печенье Яйцо отварное 1/2 Продукт для бутерб	молока	150	4,76	5,47	19,30	143,00	127
		14	8,00	18,00	65,00	61,35	
Продукт для бутерб		22,5	2,85	2,58	0,15	35,32	146
	Продукт для бутербродов(сыр)		1,33	1,35	0,00	16,60	27
Кофейный напиток	без молока	160	0,20	0,20	6,03	26,08	197,3
Итого		351,50	17,14	27,60	90,48	282,35	
Обед							
Икра овощная (каба	чковая)	30	0,30	2,10	2,10	28,50	121
Борщ		150	1,00	2,40	5,60	47,60	32
Мясо в первое блюд	(O	12	2,64	0,56	0,00	13,10	30
Сметана в 1 блюдо		5	0,12	0,72	0,16	7,90	30
Суфле из печени		60	7,55	3,38	6,00	88,15	102
пюре Розовое без м	олока	150	2,46	2,98	19,97	117,41	108,12
Подлив		30	0,26	1,10	1,51	17,20	148
Напиток из сухофрун	ктов	180	0,45	0,00	17,28	69,60	158
Хлеб ржаной		40	3,24	0,52	18,40	92,80	
озоти		657,00	18,02	13,76	71,02	482,26	
Усиленнь	ій полдник						
Рулет из рыбы		64	9,90	6,97	6,79	131,15	60
Рагу овощное		110	2,14	3,04	13,36	91,55	115
Хлеб витаминный "Е	Валетек"	50	3,37	0,45	26,10	111,15	
Сок		180	0,00	0,00	18,00	80,40	203
Итого		404,00	15,41	10,46	64,25	414,25	
Итого за шест	ой день		50,57	51,82	225,75	1178,86	
Седьмой день							
Завтрак							
Кашка рисовая на во	де	150	2,20	2,04	22,30	118,00	129,2
Батон с каротином		30	2,40	0,30	17,40	74,10	
Продукт для бутерб	родов(масло	5	0,05	5,00	0,10	32,00	27
чай		165	0,00	0,00	7,92	30,60	161
Итого		350,00	4,65	7,34	47,72	254,70	
Обед							
Салат "Бурячок"		30	0,33	2,00	2,20	27,00	11
Суп с зеленым горог	ШКОМ	150	1,50	2,62	9,75	69,40	43
Гуляш из мяса		40/40	12,6	5,1	3,24	107,44	70
Картофель отварної	1	130	2,70	3,43	23,23	136,32	112,1
Компот из изюма		150	0,20	0,00	17,23	66,43	159
Хлеб ржаной		40	3,24	0,52	14,80	92,80	
Опого		500,00	20,57	13,67	70,45	499,39	
Усиленнь	ій полдник						
		25	0,32	0,00	1,80	7,70	203
Морковь отварная	енгерский"	110	15,05	11,30	21,00	231,50	141
Пирог из творога "В	-	150	0,90	0,00	12,90	57,00	
Пирог из творога "В Фрукт						00.00	
Пирог из творога "В Фрукт Кисломолочный про	_	150	4,20	4,77	5,39	86,90	199
Пирог из творога "В Фрукт Кисломолочный про Хлеб витаминный "Е	_	20	1,50	0,20	11,60	49,40	199
Пирог из творога "В Фрукт Кисломолочный про Хлеб витаминный "Е Итого	Залетек"		1,50 21,97	0,20 16,27	11,60 52,69	49,40 432,50	199
Пирог из творога "В Фрукт Кисломолочный про Хлеб витаминный "Е	Залетек"	20	1,50	0,20	11,60	49,40	199
Пирог из творога "В Фрукт Кисломолочный про Хлеб витаминный "Е Итого	Залетек" 	20	1,50 21,97	0,20 16,27	11,60 52,69	49,40 432,50	199

	Завтрак							
Батон йод	ированный	í	30	2,40	0,30	17,40	74,10	
Продукт для бутербродов(сыр)		10	1,33	1,57	20,30	32,20	27	
Каша жидкая (ячневая) без мол		150	3,40	2,60	22,38	128,07	130,3	
	Кофейный напиток без молока		160	0,20	0,20	6,03	26,08	197,3
·	Итого		350,00	7,33	4,67	66,11	260,45	
			Í	Ź	,	,	,	
	Обед							
Огурец			30	0,48	0,00	1,80	3,60	208
Суп карто	ф. с макар.	издел.	150	1,80	2,70	12,45	80,00	42
Птица в 1	блюдо		9	2,70	3,20	0,00	40,00	30
Бигус (с п	тицей)		160	17,70	20,30	7,70	222,70	73
Напиток и	із шиповни	ка	150	0,60	0,00	14,90	62,00	162
Хлеб ржан	НОЙ		20	1,62	0,26	9,20	46,40	
Хлеб вита	іминный "Ва	алетек"	20	1,50	0,20	11,60	49,40	
	Итого		539,00	26,40	26,66	57,65	504,10	
	Усиленны	й полдник						
Овощная	горка		40	0,49	2,50	3,13	37,80	5
Запеканка	рыбная с	яйцом	100	9,50	7,40	5,96	164,70	67
Сок			150	0,00	0,00	15,00	67,50	203
Хлеб вита	минный "Ва	алетек"	30	2,30	0,28	17,40	74,00	
Фрукт			200	1,20	0,00	17,20	76,00	
	Итого		520,00	13,49	10,18	58,69	420,00	
Итого	за восьм	ой день		47,22	41,51	182,45	1184,55	
Девять	ый день							
	Завтрак							
-	к геркулес.	без мол	150	2,60	3,44	12,53	92,83	130
Батон с ка	аротином		35	2,80	0,30	20,00	86,00	
Повидло		·	7	0,00	0,00	4,80	36,45	27
кофеиныи	й напиток б Т	ез молока	160	0,20	0,20	6,03	26,08	197,3
	Итого		352,00	5,60	3,94	43,36	241,36	
	VIIIIOCO		002,00	0,00	0,04	40,00	241,00	
	Обед							
Кукуруза	ОООД		30	0,60	0,00	3,30	10,55	121
Свекольни	ИК		150	1,20	2,55	8,70	57,90	33
Мясо в 1 б			12	2,64	0,56	0,00	13,10	30
Сметана в	з 1 блюдо		5	0,12	0,72	0,16	7,90	30
	картоф.с м	иясом	130	13,01	14,50	17,60	162,00	75
Соус смет	анный		30	0,54	3,12	1,56	17,86	151
Напиток и	із сока		180	0,08	0,00	15,60	57,80	166
Хлеб ржан	НОЙ		40	3,20	0,52	18,40	92,80	
Хлеб вита	іминный "Ва	алетек"	20	1,50	0,20	11,60	49,40	
	Итого		597,00	22,89	22,17	76,92	469,31	
	Усиленны	й полдник						
Салат фру	уктовый		50	0,22	0,00	8,25	34,40	26
Ленивые в	вареники		126	15,30	11,00	22,70	252,25	142
	очный прод	цукт	160	3,78	4,30	4,86	77,40	199
Яйцо отва	•		24	2,85	2,58	0,15	35,32	146
Хлеб вита	іминный "Ва	алетек"	40	0,80	0,10	5,80	24,70	
	Итого		400,00	22,95	17,98	41,76	424,07	
Итого	за девять	ый день		51,44	44,09	162,04	1134,74	
	I			l				

Десятый день		<u> </u>					
Завтрак							
Каша на воде "Ассор	ти"	160	2,50	3,40	19,60	120,19	126,1
Батон йодированный		30	2,80	0,30	20,00	86,00	
Продукт для бутербр	одов(сыр)	5	1,33	1,35	0,00	16,60	27
Кофейный напиток б	ез молока	160	0,20	0,20	6,03	26,08	197,3
Итого		355,00	6,83	5,25	45,63	248,87	
Обед							
Салат Нежный		30	1,25	2,49	9,08	42,40	21
Суп картофельный с	клецками	150	2,40	3,15	14,48	87,12	41
Суфле из птицы		50	10,70	9,90	1,85	141,60	92
Пюре из свеклы		100	2,00	3,30	10,30	73,80	109
Напиток из сухофрукт	гов	180	0,45	0,00	17,28	69,05	158
Хлеб ржаной		30	2,40	0,40	13,80	70,00	
Хлеб витаминный "Ва	алетек"	25	1,00	0,13	7,25	32,25	
Итого		565,00	20,20	19,37	74,04	516,22	
Усиленный	й полдник						
запеканка капустная		130	6,06	6,96	21,16	172,95	118
Расстегай московский	ĭ	70	8,00	4,60	23,90	172,00	169
Кисель из концентра	та	150	0,01	0,00	18,24	67,50	167
Хлеб витаминный "Ва	алетек"	20	1,50	0,20	11,60	49,40	
Фрукт		150	0,90	0,00	12,90	57,00	
Итого		520,00	16,47	11,76	87,80	518,85	
Итого за десять	ій день		43,50	36,38	207,47	1283,94	
Итого за 6	6-10 день		239,92	211,07	948,57	5968,68	
Среднее за 6-10 ден			47,98	42,21	189,71	1193,74	
Среднее по завтрак	<mark>у за 6-10 де</mark> і	НЬ	8,31	9,76	58,66	257,55	
_	Среднее обед за 6-10 день			19,13	70,02	494,26	
Среднее усиленный	і полдник за	а 6-10 де	18,06	13,33	61,04	441,93	
Итого за 1	0 дней		495,49	426,56	1780,12	11815,00	
Среднее значение з	а 10 дней		49,55	42,66	178,01	1181,50	
Среднее по завтрак			8,80	10,59	55,33	257,52	
Среднее обед за 10	дней		22,05	18,67	67,78	498,65	
Среднее усиленный	і полдник за	а 10 дне	18,70	13,39	54,90	425,33	

В питании воспитанников ДОУ используется хлеб витаминизированный "Валетек", иодированная соль, батоны с каротином, иодированым белком. Проводится ежедневная "С"-витаминизация 3-х блюд.

Завтрак 25%, обед 35%, усиленный полдник 30% - итого 90% от суточной нормы.