

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ N<>1

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества,г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|--------------------|----------------|-----------------|--------------------------|---------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День первый | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/13-с | Вермишель молочная | 200 | 10,3150 | 9,3950 | 48,7990 | 325,7700 | 249,6100 | 0,8690 | 0,1565 | 0,3240 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 4,4950 | 6,8400 | 19,9700 | 144,6000 | 69,7000 | 0,8710 | 0,0840 | 0,0560 | 0,0960 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200/12 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| | Итого: | | 14,8100 | 16,2350 | 80,7450 | 515,8500 | 319,5500 | 1,7760 | 0,2405 | 0,3860 | 2,6960 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 0,4000 | 0,4000 | 9,8000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0400 | 10,0000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/43-с | Салат из свеж огурцов | 60 | 0,5100 | 2,0530 | 2,3250 | 27,7300 | 29,6000 | 0,3700 | 0,0190 | 0,0230 | 6,0000 |
| 6/27-с | Борщ со сметаной | 200/10 | 6,4030 | 8,3380 | 20,6750 | 169,1700 | 69,9700 | 1,8730 | 0,1329 | 0,1498 | 45,5800 |
| 7/28-с | Плов | 227/67 | 15,1890 | 14,7100 | 27,9700 | 277,8600 | 24,8400 | 1,6490 | 0,0914 | 0,1304 | 2,2500 |
| 1/6-с | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 0,0945 | 0,0845 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| | Итого: | | 25,2670 | 25,5210 | 79,4600 | 590,9100 | 135,0045 | 4,4265 | 0,3248 | 0,3497 | 56,8300 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/35-с | Запеканка творож.с мас/сах | 150 | 17,3660 | 7,4220 | 25,3900 | 234,8100 | 104,6900 | 1,1780 | 0,0980 | 0,3244 | 0,3600 |
| 2/47-с | Кефир | 200 | 5,6000 | 0,1000 | 8,2000 | 60,0000 | 240,0000 | 0,2000 | 0,0600 | 0,3400 | 1,4000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| | Итого: | | 24,1360 | 8,7370 | 45,0800 | 357,5100 | 348,8900 | 1,5130 | 0,1730 | 0,6689 | 1,7600 |
| | Всего день первый | | 64,6130 | 50,8930 | 215,0850 | 1509,2700 | 819,4445 | 9,9155 | 0,7783 | 1,4446 | 90,6660 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №1

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества,г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------|-----------------------------------|----------------|--------------------|----------------|-----------------|--------------------------|---------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День первый | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/13-я | <i>Вермишель молочная</i> | 150 | 7,3480 | 7,2000 | 32,9900 | 229,2900 | 186,5200 | 0,5890 | 0,1110 | 0,2418 | 1,9500 |
| 2/7-я | <i>Бутерброд с маслом/сыром</i> | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/1 -я | <i>Чай с сахаром</i> | 150/9 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 10,6130 | 13,1600 | 56,9620 | 377,0000 | 234,2000 | 1,2650 | 0,1720 | 0,2888 | 2,0140 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 0,3800 | 0,3800 | 9,3100 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0380 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/43-я | <i>Салат из свеж.огурцов</i> | 40 | 0,3500 | 1,5335 | 1,6450 | 20,4350 | 9,6000 | 0,2500 | 0,0130 | 0,0150 | 4,0000 |
| 6/2 7-я | <i>Борщ со сметаной</i> | 150/8 | 5,4570 | 7,8580 | 16,4710 | 144,7500 | 49,1500 | 1,4590 | 0,1093 | 0,1156 | 29,0740 |
| 7/28-я | <i>Плов</i> | 208/58 | 12,3750 | 13,1110 | 17,2150 | 211,8900 | 22,3800 | 1,3550 | 0,0731 | 0,1109 | 2,2500 |
| 1/6-я | <i>Сок яблочный</i> | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | <i>Хлеб ржано-пшеничный</i> | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 21,0020 | 22,8625 | 61,7010 | 495,2750 | 99,7300 | 4,5640 | 0,2674 | 0,2835 | 38,3240 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/35-я | <i>Залежанка творож.с мас/сах</i> | 100 | 14,1780 | 6,5230 | 24,3300 | 210,0700 | 84,1700 | 1,0930 | 0,0865 | 0,2738 | 0,2700 |
| 2/47-я | <i>Кефир</i> | 150 | 4,6840 | 4,1000 | 16,5900 | 128,7100 | 181,2800 | 0,4130 | 0,0620 | 0,2310 | 1,9500 |
| 2/47-я | <i>Печенье</i> | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 19,2520 | 11,0280 | 44,7500 | 359,6800 | 266,8500 | 1,5510 | 0,1535 | 0,5063 | 2,2200 |
| | Всего день первый | | 51,2470 | 47,4305 | 172,7230 | 1274,7050 | 615,9800 | 9,4700 | 0,6303 | 1,1166 | 51,6880 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №2

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День второй | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/12-с | Каша манная молочная | 200 | 7,1800 | 9,0500 | 27,5694 | 223,3200 | 260,5600 | 0,2990 | 0,1010 | 0,3120 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/7 | 5,2790 | 8,7000 | 24,9700 | 179,5200 | 72,2600 | 1,0730 | 0,0990 | 0,0664 | 0,0960 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| | Итого: | | 12,4590 | 17,7500 | 64,5154 | 448,3200 | 333,0600 | 1,4080 | 0,2000 | 0,3844 | 2,6960 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/4 7-с | Яблоко | 100 | 0,4000 | 0,4000 | 9,8000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0400 | 10,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/22-с | Икра из свеклы | 60 | 0,9910 | 2,0530 | 6,3350 | 43,5100 | 22,0400 | 0,4800 | 0,0141 | 0,0236 | 6,2000 |
| 6/24-с | Суп гречневый | 200 | 5,6890 | 8,3080 | 16,2350 | 151,8000 | 35,8600 | 1,4620 | 0,1410 | 0,1099 | 27,2800 |
| 7/2 9-с | Рыба, тушеная с овощами | 80 | 15,1170 | 4,4510 | 13,0150 | 142,1400 | 62,9100 | 1,2480 | 0,1512 | 0,1366 | 5,7260 |
| 3/8-с | Пюре картофельное | 170 | 3,5880 | 4,2200 | 26,9300 | 153,8400 | 39,7200 | 1,3660 | 0,1880 | 0,1398 | 30,2600 |
| 1 /5-с | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6400 | 0,0000 | 21,5840 | 40,3200 | 0,1600 | 0,0240 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| | Итого: | | 28,4400 | 19,4520 | 98,9390 | 590,7600 | 170,1400 | 5,8050 | 0,5608 | 0,4414 | 69,4660 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/37-с | Сырники с маслом | 150 | 18,0410 | 10,2090 | 32,7800 | 269,1570 | 110,1400 | 1,1890 | 0,1290 | 0,3274 | 0,4900 |
| 2/47-с | Кефир | 200/12 | 5,6000 | 0,1000 | 8,2000 | 60,0000 | 240,0000 | 0,2000 | 0,0600 | 0,3400 | 1,4000 |
| 2/4 7-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| | Итого: | | 24,8110 | 11,5240 | 52,4700 | 391,8570 | 354,3400 | 1,5240 | 0,2040 | 0,6719 | 1,8900 |
| | Всего день второй | | 66,1100 | 49,1260 | 225,7244 | 1475,9370 | 873,5400 | 10,9370 | 1,0048 | 1,5377 | 84,0520 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №2

День: вторник Неделя: первая
 Сезон: летне-осенний Возрастная
 группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества,г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|--------------------|-------------------|-----------------|--------------------------|---------------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День второй | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/12-я | Каша манная молочная | 150 | 5,2580 | 6,9700 | 18,8700 | 160,9900 | 193,8200 | 0,2090 | 0,0740 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/7-я | Бутерброд с маслом/сыром | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/1-я | Чай с сахаром | 150 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 8,5230 | 12,9300 | 42,8420 | 308,7000 | 241,5000 | 0,8850 | 0,1350 | 0,2808 | 2,0140 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 0,3800 | 0,3809,31 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0380 | 9,5000 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/22-я | Икра из свеклы | 40 | 0,6440 | 1,5345 | 4,1540 | 30,4350 | 14,6300 | 0,5430 | 0,0095 | 0,0155 | 4,1000 |
| 6/24-я | Суп гречневый | 150 | 5,1130 | 7,8480 | 13,7910 | 135,6800 | 31,1400 | 1,1180 | 0,1174 | 0,0957 | 21,2740 |
| 7/29-я | Рыба, тушеная с овощами | 70 | 13,2160 | 4,3320 | 10,1450 | 123,7600 | 56,0800 | 1,0910 | 0,1302 | 0,1202 | 5,1140 |
| 3/8-я | Пюре картофельное | 140 | 3,2610 | 3,5700 | 22,2000 | 130,0800 | 48,5400 | 1,1010 | 0,1560 | 0,1326 | 24,3900 |
| 1/5-я | Компот из сухофруктов | 150 | 0,5440 | 0,0000 | 16,5500 | 27,4500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 24,8480 | 17,6445 | 79,5600 | 508,6050 | 158,5900 | 4,9180 | 0,4701 | 0,3910 | 54,8780 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Сырники с маслом | 100 | 12,6560 | 8,0610 | 24,4400 | 222,9300 | 82,5000 | 0,7460 | 0,0880 | 0,2256 | 0,4000 |
| 2/47-я | Кефир | 150/9 | 4,2000 | 4,8000 | 6,1500 | 45,0000 | 180,0000 | 0,1500 | 0,0450 | 0,2250 | 1,0500 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 17,2460 | 13,2660 | 34,4200 | 288,8300 | 263,9000 | 0,9410 | 0,1380 | 0,4521 | 1,4500 |
| | Всего день второй | | 50,9970 | 44,2214,31 | 199,5720 | 1121,3350 | 666,0800 | 6,7820 | 0,7811 | 10,6239 | 67,8420 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №3

День: среда

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День третий | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/14-с | Каша пшеничная молочная | 200 | 7,3600 | 9,3950 | 27,4090 | 226,3200 | 245,1100 | 0,5540 | 0,1430 | 0,3120 | 2,6000 |
| 2/42-с | Бутерброд с маслом | 40/5 | 4,4950 | 6,8400 | 19,9700 | 144,6000 | 69,7000 | 0,8710 | 0,0840 | 0,0560 | 0,0960 |
| 1/2-с | Чай с молоком и сахаром | 200/12 | 3,8990 | 6,9600 | 24,9700 | 157,9200 | 12,2600 | 1,0070 | 0,0750 | 0,0484 | 0,0000 |
| | Итого: | | 15,7540 | 23,1950 | 72,3490 | 528,8400 | 327,0700 | 2,4320 | 0,3020 | 0,4164 | 2,6960 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 0,4000 | 0,4000 | 9,8000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0400 | 10,0000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/20-с | Салат из моркови с сахар. | 60 | 0,7800 | 1,0590 | 7,0360 | 36,9700 | 30,6400 | 0,4260 | 0,0360 | 0,0420 | 3,0000 |
| 6/25-с | Суп гороховый | 200 | 5,1990 | 6,2780 | 15,8850 | 130,1500 | 24,2600 | 1,1570 | 0,2265 | 0,1064 | 15,2500 |
| 7/30-с | Котлета мясная | 80 | 13,6890 | 13,1400 | 10,0100 | 187,2400 | 17,1300 | 1,4520 | 0,0819 | 0,1155 | 1,5000 |
| 3/9-с | Капуста тушеная | 150 | 4,2140 | 5,2150 | 13,0150 | 114,8700 | 111,0600 | 1,4810 | 0,0804 | 0,1579 | 92,8000 |
| 1/46-с | Кисель фрукт.-ягодный | 200 | 0,0000 | 0,0000 | 14,0900 | 27,9500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0450 | 0,0540 | 2,1000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| | Итого: | | 26,2970 | 26,1120 | 74,8760 | 556,3300 | 192,6400 | 5,7560 | 0,5363 | 0,5073 | 114,6500 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/36-с | Вареники ленивые ' | 150 | 16,2560 | 6,0070 | 29,2600 | 234,0600 | 103,7400 | 0,8790 | 0,1095 | 0,2794 | 0,4900 |
| 2/47-с | Кефир | 200 | 10,0000 | 3,0000 | 7,0000 | 140,0000 | 300,0000 | 0,2000 | 0,0600 | 0,3000 | 1,2000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| | Итого: | | 27,4260 | 10,2220 | 47,7500 | 436,7600 | 407,9400 | 1,2140 | 0,1845 | 0,5839 | 1,6900 |
| | Всего день третий | | 69,8770 | 59,9290 | 204,7750 | 1566,9300 | 943,6500 | 11,6020 | 1,0628 | 1,5476 | 133,8520 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ N»3

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: летне-осенний
 Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|--------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День третий | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/14-я | Каша пшеничная молочная | 150 | 5,3780 | 7,2000 | 18,7300 | 162,9900 | 183,5200 | 0,3790 | 0,1020 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/42-я | Бутерброд с маслом | 25,5/4 | 2,3450 | 4,8000 | 14,9900 | 99,2000 | 7,5000 | 0,6050 | 0,0450 | 0,0300 | 0,0000 |
| 1/2-я | Чай с молоком и сахаром | 150/9 | 2,2400 | 2,0000 | 12,7420 | 80,5100 | 96,1800 | 0,0750 | 0,0320 | 0,1260 | 1,0400 |
| | Итого: | | 9,9630 | 14,0000 | 46,4620 | 342,7000 | 287,2000 | 1,0590 | 0,1790 | 0,3898 | 2,9900 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 0,3800 | 0,3800 | 9,3100 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0380 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/20-я | Салат из моркови с сахар. | 40 | 0,5200 | 1,0390 | 5,3560 | 30,1700 | 20,4400 | 0,2860 | 0,0240 | 0,0280 | 2,0000 |
| 6/25-я | Суп гороховый | 150 | 4,7490 | 6,2280 | 13,5150 | 118,5000 | 22,2600 | 1,0320 | 0,1740 | 0,0919 | 13,2500 |
| 7/30-я | Котлета мясная | 70 | 12,0510 | 11,6910 | 9,9650 | 170,7700 | 15,8700 | 1,3080 | 0,0756 | 0,1020 | 1,5000 |
| 3/9-я | Капуста тушеная | 100 | 3,2490 | 3,1620 | 10,2450 | 81,6900 | 84,5100 | 1,1460 | 0,0624 | 0,1194 | 70,0500 |
| 1/46-я | Кисель фрукт-ягодный | 150 | 0,0000 | 0,0000 | 14,0900 | 27,9500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0450 | 0,5400 | 2,1000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 22,6390 | 22,4800 | 65,8910 | 490,2800 | 151,2800 | 4,8370 | 0,4380 | 0,9083 | 88,9000 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/36-я | Вареники ленивые • | 100 | 13,1710 | 5,1190 | 28,8900 | 212,6600 | 83,4000 | 0,8060 | 0,1005 | 0,2296 | 0,4000 |
| 2/47-я | Кефир | 150 | 7,5000 | 2,2500 | 5,2500 | 105,0000 | 225,0000 | 0,1500 | 0,0450 | 0,2250 | 0,9000 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 21,0610 | 7,7740 | 37,9700 | 338,5600 | 309,8000 | 1,0010 | 0,1505 | 0,4561 | 1,3000 |
| | Всего день третий | | 54,0430 | 44,6340 | 159,6330 | 1214,2900 | 763,4800 | 8,9870 | 0,8055 | 1,7922 | 107,1000 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №4

День четверг
Неделя первая
Сезон: летне-осенний
Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------------|--------------------------------|----------------|--------------------|----------------|----------------|------------------------------|---------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День четвертый | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/15-с | Каша сборная молочная | 200 | 7,1900 | 9,2800 | 27,4340 | 224,7700 | 243,8100 | 0,6690 | 0,1265 | 0,3200 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 4,4950 | 6,8400 | 19,9700 | 144,6000 | 69,7000 | 0,8710 | 0,0840 | 0,0560 | 0,0960 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200/12 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| | Итого: | | 11,6850 | 16,1200 | 59,3800 | 414,8500 | 313,7500 | 1,5760 | 0,2105 | 0,3820 | 2,6960 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 1,5000 | 0,1000 | 19,2000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0500 | 10,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/44-с | Салат из свеж. помидоров | 60 | 0,6750 | 2,0108 | 2,5450 | 32,6800 | 9,2500 | 0,5350 | 0,0410 | 0,0230 | 14,2500 |
| 6/26-с | Суп рыбный | 200 | 15,3320 | 4,7360 | 17,2150 | 168,1900 | 53,3100 | 1,6030 | 0,2057 | 0,1536 | 16,7260 |
| 7/33-с | Голубцы ленивые со сметан | 200/10 | 17,3005 | 18,0375 | 17,4175 | 274,7850 | 79,5650 | 2,2865 | 0,1167 | 0,2859 | 46,5300 |
| 1/6-с | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| | Итого: | | 36,4725 | 25,2043 | 65,6675 | 591,8050 | 162,0750 | 6,0995 | 0,4449 | 0,5090 | 80,5060 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/38-с | Омлет | 100 | 8,8080 | 10,2300 | 9,6400 | 163,1400 | 90,0200 | 1,4040 | 0,0800 | 0,3078 | 0,6500 |
| 1/3-с | Какао | 200 | 3,4050 | 2,9375 | 17,3735 | 112,9800 | 121,6150 | 0,4660 | 0,0425 | 0,1575 | 1,3000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| 2/47-с | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,7250 | 0,3000 | 10,6000 | 52,5000 | 0,4658 | 0,0604 | 0,0475 | 0,0225 | 0,0000 |
| | Итого: | | 13,3830 | 14,3825 | 38,5035 | 338,8200 | 215,8350 | 2,0050 | 0,1375 | 0,4698 | 1,9500 |
| | Всего день четвертый | | 64,1955 | 55,904 | 184,236 | 1399,825 | 710,96 | 11,7705 | 0,8549 | 1,4163 | 103,402 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №4

День: четверг
 Неделя: первая
 Сезон: летне-осенний
 Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День четвертый | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/15-я | Каша сборная молочная | 150 | 5,4720 | 7,1740 | 20,0800 | 168,7100 | 183,0200 | 0,5250 | 0,0972 | 0,2410 | 1,9500 |
| 2/7-я | Бутерброд с маслом/сыром | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/1-я | Чай с сахаром | 150/9 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 8,7370 | 13,1340 | 44,0520 | 316,4200 | 230,7000 | 1,2010 | 0,1582 | 0,2880 | 2,0140 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 1,4250 | 0,0950 | 18,2400 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0475 | 9,5000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/44-я | Салат из свеж. помидоров | 40 | 0,4550 | 1,5685 | 1,7850 | 23,5850 | 6,4500 | 0,3550 | 0,0270 | 0,0150 | 9,2500 |
| 6/26-я | Суп рыбный | 150 | 13,7010 | 4,6150 | 15,4850 | 153,7100 | 48,7100 | 1,4410 | 0,1838 | 0,1367 | 14,5640 |
| 7/33-я | Голубцы ленивые со сметан. | 150/8 | 14,7565 | 16,0985 | 11,3705 | 225,6950 | 66,4250 | 1,9485 | 0,0982 | 0,2174 | 37,5240 |
| 1/6-я | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 31,7325 | 22,6420 | 55,0105 | 521,1900 | 140,1850 | 5,2445 | 0,3810 | 0,4111 | 64,3380 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/38-я | Омлет | 80 | 7,2290 | 9,0470 | 7,5000 | 137,4200 | 83,9800 | 1,1180 | 0,0655 | 0,2614 | 0,6500 |
| 2/47-я | Какао | 150 | 4,6840 | 4,1000 | 16,5900 | 128,7100 | 181,2800 | 0,4130 | 0,0620 | 0,2310 | 1,9500 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| 2/47-я | Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 1,0350 | 0,1800 | 6,3600 | 16,5000 | 4,0500 | 0,5250 | 0,0285 | 0,0135 | 0,0000 |
| | Итого: | | 17,7610 | 10,3240 | 38,8700 | 278,5600 | 264,8000 | 1,0010 | 0,1505 | 0,4861 | 1,4500 |
| | Всего день четвертый | | 60,3905 | 46,195 | 157,1175 | 1164,87 | 652,985 | 9,4665 | 0,7417 | 1,2362 | 82,552 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №5

День пятница
Неделя.первая
Сезон летне-осенний
Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества/ | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------------|--------------------------------|----------------|-------------------|----------------|-----------------|--------------------------|---------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День пятый | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/16-с | Каша рисовая молочная | 200 | 6,6850 | 9,0500 | 28,1440 | 223,6200 | 242,2600 | 0,2990 | 0,0920 | 0,3120 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 4,4950 | 6,8400 | 19,9700 | 144,6000 | 69,7000 | 0,8710 | 0,0840 | 0,0560 | 0,0960 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200/12 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| | Итого: | | 11,1800 | 15,8900 | 60,0900 | 413,7000 | 312,2000 | 1,2060 | 0,1760 | 0,3740 | 2,6960 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 0,4000 | 0,4000 | 9,8000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0400 | 10,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/19-с | Салат витаминный | 60 | 1,0600 | 2,0530 | 3,0400 | 34,8000 | 27,9500 | 0,3700 | 0,0190 | 0,0395 | 25,2500 |
| 6/23-с | Свекольник со сметаной | 200/10 | 5,4730 | 8,2880 | 18,8550 | 157,1700 | 44,8700 | 1,6530 | 0,1169 | 0,1118 | 19,5800 |
| 7/31-с | Тефтели мясные | 80 | 14,1090 | 13,1900 | 14,0350 | 205,7900 | 19,0800 | 1,5420 | 0,0884 | 0,1185 | 2,0000 |
| 3/8-с | Картофельное пюре | 170 | 3,5880 | 4,2200 | 26,9300 | 153,8400 | 39,7200 | 1,3660 | 0,1880 | 0,1398 | 30,2600 |
| 1/5-с | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6400 | 0,0000 | 21,5840 | 40,3200 | 0,1600 | 0,0240 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 4,8300 | 0,8400 | 29,6800 | 118,3000 | 18,9000 | 2,4500 | 0,1330 | 0,0630 | 0,0000 |
| | Итого: | | 29,7000 | 28,5910 | 114,1240 | 710,2200 | 150,6800 | 7,4050 | 0,5453 | 0,4726 | 77,0900 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 1 /4-с | Кофейный напиток | 200 | 5,9720 | 5,0630 | 23,6260 | 171,9800 | 240,2400 | 0,1560 | 0,0830 | 0,3090 | 2,6000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| | Итого: | | 7,1420 | 6,2780 | 35,1160 | 234,6800 | 244,4400 | 0,2910 | 0,0980 | 0,3135 | 2,6000 |
| | Всего день пятый | | 48,4220 | 51,1590 | 219,1300 | 1403,6000 | 723,3200 | 11,1020 | 0,8593 | 1,2001 | 92,3860 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №5

День; пятница
 Неделя: первая
 Сезон: летне-осенний
 Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|--------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День пятый | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/16-я | Каша рисовая молочная | 150 | 4,9280 | 6,9700 | 19,2200 | 161,1900 | 181,6200 | 0,2090 | 0,0680 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/7-я | Бутерброд с маслом/сыром | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/1-я | Чай с сахаром | 150/9 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 8,1930 | 12,9300 | 43,1920 | 308,9000 | 229,3000 | 0,8850 | 0,1290 | 0,2808 | 2,0140 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 0,3800 | 0,3800 | 9,3100 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0380 | 9,5000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/19-я | Салат витаминный | 40 | 0,7000 | 1,5335 | 2,1000 | 24,9850 | 18,3500 | 0,2500 | 0,0130 | 0,0255 | 16,2500 |
| 6/2 3-я | Свекольник со сметаной | 150/8 | 5,0670 | 7,8380 | 16,0610 | 140,8500 | 38,4500 | 1,4190 | 0,1023 | 0,0986 | 16,5740 |
| 7/31-я | Тeftели мясные | 70 | 12,2280 | 11,7100 | 11,8720 | 179,3800 | 17,4800 | 1,3660 | 0,0780 | 0,1034 | 2,0000 |
| 3/8-я | Картофельное пюре | 140 | 3,2610 | 3,5700 | 22,2000 | 130,0800 | 48,5400 | 1,1010 | 0,1560 | 0,1326 | 24,3900 |
| 1 /5-я | Компот из сухофруктов | 150 | 0,5440 | 0,0000 | 16,5500 | 27,4500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4,1400 | 0,7200 | 25,4400 | 122,4000 | 16,2000 | 2,1000 | 0,1140 | 0,0540 | 0,0000 |
| | Итого: | | 25,9400 | 25,3715 | 94,2230 | 625,1450 | 139,1200 | 6,2510 | 0,4633 | 0,4141 | 59,2140 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 1/4-я | Кофейный напиток | 150 | 4,4480 | 3,7920 | 17,5320 | 128,1100 | 180,1800 | 0,1170 | 0,0620 | 0,2310 | 1,9500 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 4,8380 | 4,1970 | 21,3620 | 149,0100 | 181,5800 | 0,1620 | 0,0670 | 0,2325 | 1,9500 |
| | Всего день пятый | | 39,3510 | 42,8785 | 168,0870 | 1125,8050 | 565,2000 | 9,3880 | 0,6973 | 0,9654 | 72,6780 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №6

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День шестой | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/12-с | Каша манная молочная | 200 | 7,1800 | 9,0500 | 27,5694 | 223,3200 | 260,5600 | 0,2990 | 0,1010 | 0,3120 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 5,2790 | 8,7000 | 24,9700 | 179,5200 | 72,2600 | 1,0730 | 0,0990 | 0,0664 | 0,0960 |
| 1/2-с | Чай с молоком и сахаром | 200/12 | 1,1200 | 1,0000 | 13,8560 | 68,6800 | 48,2400 | 0,0600 | 0,0160 | 0,0660 | 0,5200 |
| | Итого: | | 13,5790 | 18,7500 | 66,3954 | 471,5200 | 381,0600 | 1,4320 | 0,2160 | 0,4444 | 3,2160 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 1/6-с | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/19-с | Салат из свеж. огурцов | 60 | 0,5100 | 2,0530 | 2,3250 | 27,7300 | 29,6000 | 0,3700 | 0,0190 | 0,0230 | 6,0000 |
| 6/24-с | Суп пшеничный | 200 | 5,6890 | 8,3080 | 16,2350 | 151,8000 | 35,8600 | 1,4620 | 0,1410 | 0,1099 | 27,2800 |
| 7/32-с | Биточки мясные | 80 | 13,8950 | 13,1620 | 11,3900 | 193,9200 | 17,4900 | 1,4760 | 0,0869 | 0,1171 | 1,5000 |
| 3/10-с | Каша гречневая | 150 | 5,0680 | 4,4400 | 24,8800 | 156,2400 | 8,7200 | 2,6840 | 0,1720 | 0,0848 | 0,0000 |
| 1 /46-с | Кисель фруктово-ягодный | 200 | 0,0000 | 0,0000 | 14,0900 | 27,9500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0450 | 0,0540 | 2,1000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| | Итого: | | 27,5770 | 28,3830 | 83,7600 | 616,7900 | 101,2200 | 7,2320 | 0,5304 | 0,4203 | 36,8800 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/39-с | Тефтели рыбные с. овоща мл | 150 | 17,3930 | 9,7445 | 21,2280 | 225,4550 | 87,4100 | 2,3560 | 0,1633 | 0,2045 | 10,9760 |
| 1/3-с | Какао | 200 | 3,4050 | 2,9375 | 17,3735 | 112,9800 | 121,6150 | 0,4660 | 0,0425 | 0,1575 | 1,3000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3100 | 0,9000 | 14,9400 | 71,4000 | 6,6000 | 0,6000 | 0,0450 | 0,0240 | 0,0000 |
| | Итого: | | 24,2780 | 14,7970 | 65,0315 | 472,5350 | 219,8250 | 3,5570 | 0,2658 | 0,3905 | 12,2760 |
| | Всего день шестой | | 66,1840 | 61,9300 | 228,8369 | 1617,8450 | 712,6050 | 12,6710 | 1,0272 | 1,2702 | 55,3720 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №6

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День шестой | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/12-я | Каша манная молочная | 150 | 5,2580 | 6,9700 | 18,8700 | 160,9900 | 193,8200 | 0,2090 | 0,0740 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/7-я | Бутерброд с маслом/сыром | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/2-я | Чай с молоком и сахаром | 150/9 | 2,2400 | 2,0000 | 12,7420 | 80,5100 | 96,1800 | 0,0750 | 0,0320 | 0,1260 | 1,0400 |
| | Итого: | | 10,7630 | 14,9300 | 46,6020 | 355,1000 | 337,5000 | 0,9330 | 0,1670 | 0,4018 | 3,0540 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 1/6-я | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/19-я | Салат из свеж. огурцов | 40 | 0,3500 | 1,5335 | 1,6450 | 20,4350 | 9,6000 | 0,2500 | 0,0130 | 0,0150 | 4,0000 |
| 6/24-я | Суп пшеничный | 150 | 5,1130 | 7,8480 | 13,7910 | 135,6800 | 31,1400 | 1,1180 | 0,1174 | 0,0957 | 21,2740 |
| 7/32-я | Биточки мясные | 70 | 12,0510 | 11,6910 | 9,9650 | 170,7700 | 15,8700 | 1,3080 | 0,0756 | 0,1020 | 1,5000 |
| 3/10-я | Каша гречневая | 120 | 3,8010 | 3,3300 | 18,6600 | 117,1800 | 6,5400 | 2,0130 | 0,1290 | 0,0636 | 0,0000 |
| 1/46-я | Кисель фруктово-ягодный | 150 | 0,0000 | 0,0000 | 14,0900 | 27,9500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0450 | 0,5400 | 2,1000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 23,3850 | 24,7625 | 70,8710 | 533,2150 | 71,3500 | 5,7540 | 0,4370 | 0,8433 | 28,8740 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/39-я | Тефтели рыбные с овощами | 100 | 15,2890 | 8,6040 | 16,5700 | 190,5400 | 70,8300 | 1,8990 | 0,1412 | 0,1770 | 8,1140 |
| 1/3-я | Какао | 150 | 4,6840 | 4,1000 | 16,5900 | 128,7100 | 181,2800 | 0,4130 | 0,0620 | 0,2310 | 1,9500 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5400 | 0,6000 | 9,9600 | 47,6000 | 4,4000 | 0,4000 | 0,0300 | 0,0160 | 0,0000 |
| | Итого: | | 21,9030 | 13,7090 | 46,9500 | 387,7500 | 257,9100 | 2,7570 | 0,2382 | 0,4255 | 10,0640 |
| | Всего день шестой | | 56,8010 | 53,4015 | 178,0730 | 1333,0650 | 677,2600 | 9,8940 | 0,8572 | 1,6856 | 44,9920 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №7

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|---------------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День седьмой | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/14-с | Каша пшеничная молочная | 200 | 7,3600 | 9,3950 | 27,4090 | 226,3200 | 245,1100 | 0,5540 | 0,1430 | 0,3120 | 2,6000 |
| 2/42-с | Бутерброд с маслом | 40/5 | 3,8990 | 6,9600 | 24,9700 | 157,9200 | 12,2600 | 1,0070 | 0,0750 | 0,0484 | 0,0000 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| Итого: | | | 11,2590 | 16,3550 | 64,3550 | 429,7200 | 257,6100 | 1,5970 | 0,2180 | 0,3664 | 2,6000 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 1,5000 | 0,1000 | 19,2000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0500 | 10,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/21-с | Салат из зеленого горошка | 60 | 1,8300 | 2,1080 | 4,0300 | 42,0300 | 12,5500 | 0,4250 | 0,0630 | 0,0285 | 22,5000 |
| 6/2 7-с | Борщ со сметаной | 200/10 | 6,4030 | 8,3380 | 20,6750 | 169,1700 | 69,9700 | 1,8730 | 0,1329 | 0,1498 | 45,5800 |
| 7/30-с | Котлета мясная | 80 | 13,6890 | 13,1400 | 10,0100 | 187,2400 | 17,1300 | 1,4520 | 0,0819 | 0,1155 | 1,5000 |
| 3/8-с | Картофельное пюре | 170 | 3,5880 | 4,2200 | 26,9300 | 153,8400 | 39,7200 | 1,3660 | 0,1880 | 0,1398 | 30,2600 |
| 1/6-с | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| Итого: | | | 28,6750 | 28,2260 | 90,1350 | 668,4300 | 159,3200 | 6,7910 | 0,5473 | 0,4801 | 102,8400 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/36-с | Вареники ленивые | 150 | 16,2560 | 6,0070 | 29,2600 | 234,0600 | 103,7400 | 0,8790 | 0,1095 | 0,2794 | 0,0000 |
| 2/47-с | Кефир | 200 | 5,6000 | 0,1000 | 8,2000 | 60,0000 | 240,0000 | 0,2000 | 0,0600 | 0,3400 | 1,4000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,2000 | 0,0600 | 0,3400 | 1,4000 |
| Итого: | | | 23,0260 | 7,3220 | 48,9500 | 356,7600 | 347,9400 | 1,2790 | 0,2295 | 0,9594 | 2,8000 |
| Всего день седьмой | | | 64,4600 | 52,0030 | 222,6400 | 1499,9100 | 780,8700 | 11,8670 | 1,0348 | 1,8559 | 118,2400 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №7

День вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: летне-осенний
 Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества/ | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|-------------------|----------------|-----------------|--------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День седьмой | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/14-я | Каша пшеничная молочная | 150 | 5,3780 | 7,2000 | 18,7300 | 162,9900 | 183,5200 | 0,3790 | 0,1020 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/42-я | Бутерброд с маслом | 25,5/4 | 2,3450 | 4,8000 | 14,9900 | 99,2000 | 7,5000 | 0,6050 | 0,0450 | 0,0300 | 0,0000 |
| 1/1-я | Чай с сахаром | 150 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 7,7230 | 12,0000 | 42,7020 | 296,3000 | 191,2000 | 1,0110 | 0,1470 | 0,2688 | 1,9500 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 1,4250 | 0,0950 | 18,2400 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0475 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/2 0-я | Салат из моркови с сахар. | 40 | 0,5200 | 1,0390 | 5,3560 | 30,1700 | 20,4400 | 0,2860 | 0,0240 | 0,0280 | 2,0000 |
| 6/27-я | Борщ со сметаной | 150/8 | 5,4570 | 7,8580 | 16,4710 | 144,7500 | 49,1500 | 1,4590 | 0,1093 | 0,1156 | 29,0740 |
| 7/30-я | Котлета мясная | 70 | 12,0510 | 11,6910 | 9,9650 | 170,7700 | 15,8700 | 1,3080 | 0,0756 | 0,1020 | 1,5000 |
| 3/8-я | Картофельное пюре | 140 | 3,2610 | 3,5700 | 22,2000 | 130,0800 | 48,5400 | 1,1010 | 0,1560 | 0,1326 | 24,3900 |
| 1/6-я | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 24,1090 | 24,5180 | 80,3620 | 593,9700 | 152,6000 | 5,6540 | 0,4369 | 0,4202 | 59,9640 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/36-я | Вареники ленивые • | 100 | 13,1710 | 5,1190 | 28,8900 | 212,6000 | 83,4000 | 0,8060 | 0,1050 | 0,2296 | 0,4000 |
| 2/47-я | Кефир | 150 | 4,2000 | 4,8000 | 6,1500 | 45,0000 | 180,0000 | 0,1500 | 0,0450 | 0,2550 | 1,0500 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 17,7610 | 10,3240 | 47,8520 | 312,6100 | 264,9800 | 1,0280 | 0,1550 | 0,4911 | 1,4500 |
| | Всего день седьмой | | 51,0180 | 46,9370 | 189,1560 | 1245,6300 | 623,9800 | 9,7830 | 0,7769 | 1,2276 | 72,8640 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №8

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: летне-осенний
 Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества/ | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|---------------------------|--------------------------------|----------------|-------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День восьмой | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/13-с | Вермишель молочная | 200 | 10,3150 | 9,3950 | 48,7990 | 325,7700 | 249,6100 | 0,8690 | 0,1565 | 0,3240 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 4,4950 | 6,8400 | 19,9700 | 144,6000 | 69,7000 | 0,8710 | 0,0840 | 0,0560 | 0,0960 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200/12 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| Итого: | | | 14,8100 | 16,2350 | 80,7450 | 515,8500 | 319,5500 | 1,7760 | 0,2405 | 0,3860 | 2,6960 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 0,4000 | 0,4000 | 9,8000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0400 | 10,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/44-с | Салат из свеж. помидоров | 60 | 0,6750 | 2,1080 | 2,5450 | 32,6800 | 9,2500 | 0,5350 | 0,0410 | 0,0230 | 14,2500 |
| 6/25-с | Суп гороховый | 200 | 5,1990 | 6,2780 | 15,8850 | 130,1500 | 24,2600 | 1,1570 | 0,2265 | 0,1064 | 15,2500 |
| 7/34-с | Гуляш мясной | 80 | 13,3540 | 12,8550 | 7,3600 | 168,8900 | 22,9300 | 1,3920 | 0,0774 | 0,1195 | 2,7500 |
| 3/10-с | Каша гречневая | 150 | 5,0680 | 4,4400 | 24,8800 | 156,2400 | 8,7200 | 2,6840 | 0,1720 | 0,0848 | 0,0000 |
| 1/5-с | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6400 | 0,0000 | 21,5840 | 40,3200 | 0,1600 | 0,0240 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| Итого: | | | 27,3510 | 26,1010 | 87,0940 | 587,4300 | 74,7700 | 7,0170 | 0,5834 | 0,3652 | 32,2500 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/37-с | Сырники с маслом и сахаром | 150 | 18,0410 | 10,2090 | 32,7800 | 269,1570 | 110,1400 | 1,1890 | 0,1290 | 0,3274 | 0,4900 |
| 2/47-с | Кефир | 200 | 5,6000 | 0,1000 | 8,2000 | 60,0000 | 240,0000 | 0,2000 | 0,0600 | 0,3400 | 1,4000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0045 | 0,0000 |
| Итого: | | | 24,8110 | 11,5240 | 52,4700 | 391,8570 | 354,3400 | 1,5240 | 0,2040 | 0,6719 | 1,8900 |
| Всего день восьмой | | | 67,3720 | 54,2600 | 230,1090 | 1540,1370 | 764,6600 | 12,5170 | 1,0679 | 1,4631 | 46,8360 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №8

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон, летне-осенний
 Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------|-----------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День восьмой | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/13-я | <i>Вермишель молочная</i> | 150 | 5,2580 | 6,9700 | 18,8700 | 160,9900 | 193,8200 | 0,2090 | 0,0740 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/7-я | <i>Бутерброд с маслом/сыром</i> | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/1 -я | <i>Чай с сахаром</i> | 150/9 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 8,5230 | 12,9300 | 42,8420 | 308,7000 | 241,5000 | 0,8850 | 0,1350 | 0,2808 | 2,0140 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/4 7-я | Яблоко | 95 | 0,3800 | 0,3800 | 9,3100 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0380 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/44-я | <i>Салат из свеж. помидоров</i> | 40 | 0,4550 | 1,5685 | 1,7850 | 23,5850 | 6,4500 | 0,3550 | 0,0270 | 0,0150 | 9,2500 |
| 6/25-я | <i>Суп гороховый</i> | 150 | 4,7490 | 6,2280 | 13,5150 | 118,5000 | 22,2600 | 1,0320 | 0,1740 | 0,0919 | 13,2500 |
| 7/34-я | <i>Гуляш мясной</i> | 70 | 11,4140 | 11,3840 | 5,5550 | 145,3600 | 21,1700 | 1,2100 | 0,0655 | 0,1038 | 2,5500 |
| 3/10-я | <i>Каша гречневая</i> | 120 | 3,8010 | 3,3300 | 18,6600 | 117,1800 | 6,5400 | 2,0130 | 0,1290 | 0,0636 | 0,0000 |
| 1 /5-я | <i>Компот из сухофруктов</i> | 150 | 0,5440 | 0,0000 | 16,5500 | 27,4500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | <i>Хлеб ржано-пшеничный</i> | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 23,0330 | 22,8705 | 68,7850 | 493,2750 | 64,6200 | 5,6750 | 0,4525 | 0,3013 | 25,0500 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/37-я | <i>Сырники с маслом и сахаром</i> | 100 | 12,6560 | 8,0610 | 25,4400 | 222,9300 | 82,5000 | 0,7460 | 0,0880 | 0,2256 | 0,4000 |
| 2/47-я | <i>Кефир</i> | 150 | 4,2000 | 4,8000 | 6,1500 | 45,0000 | 180,0000 | 0,1500 | 0,0450 | 0,2550 | 1,0500 |
| 2/4 7-я | <i>Печенье</i> | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 17,2460 | 13,2660 | 35,4200 | 288,8300 | 263,9000 | 0,9410 | 0,1380 | 0,4821 | 1,4500 |
| | Всего день восьмой | | 49,1820 | 49,4465 | 156,3570 | 1133,5550 | 585,2200 | 9,5910 | 0,7635 | 1,1022 | 38,0140 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №9

День:четверг
 Неделя:вторая
 Сезон: летне-осенний
 Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|---------------------------|--------------------------------|----------------|------------------|----------------|-----------------|--------------------------|---------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Са | Fe | B1 | B2 | C |
| День девятый | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 4/15-с | Каша сборная молочная | 200 | 7,8350 | 10,1400 | 27,4540 | 235,1200 | 253,8600 | 0,9290 | 0,1780 | 0,3260 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 4,4950 | 6,8400 | 19,9700 | 144,6000 | 69,7000 | 0,8710 | 0,0840 | 0,0560 | 0,0960 |
| 1/4-с | Кофейный напиток | 200 | 5,9720 | 5,0630 | 23,6260 | 171,9800 | 240,2400 | 0,1560 | 0,0830 | 0,3090 | 2,6000 |
| Итого: | | | 18,3020 | 22,0430 | 71,0500 | 551,7000 | 563,8000 | 1,9560 | 0,3450 | 0,6910 | 5,2960 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 1,5000 | 0,1000 | 19,2000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0500 | 10,0000 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 5/20-с | Салат из моркови с сахар. | 60 | 0,7800 | 1,0590 | 7,0360 | 36,9700 | 30,6400 | 0,4260 | 0,0360 | 0,0420 | 3,0000 |
| 6/2 3-с | Суп рыбный | 200 | 15,3320 | 4,7360 | 17,2150 | 168,1900 | 53,3100 | 1,6030 | 0,2057 | 0,1536 | 16,7260 |
| 7/33-с | Голубцы ленивые со сметан | 200/10 | 17,3005 | 18,0375 | 17,4175 | 274,7850 | 79,5650 | 2,2865 | 0,1167 | 0,2859 | 46,5300 |
| 1/6-с | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 2,4150 | 0,4200 | 14,8400 | 59,1500 | 9,4500 | 1,2250 | 0,0665 | 0,0315 | 0,0000 |
| Итого: | | | 36,5775 | 24,2525 | 70,1585 | 596,0950 | 183,4650 | 5,9905 | 0,4399 | 0,5280 | 69,2560 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 8/41-с | Блинчики с маслом и сахаром | 150 | 6,8250 | 9,7370 | 35,0600 | 252,0200 | 73,7000 | 0,7800 | 0,1270 | 0,1570 | 0,6500 |
| 1/2-с | Чай с молоком и сахаром | 200/12 | 1,1200 | 1,0000 | 13,8560 | 68,6800 | 48,2400 | 0,0600 | 0,0160 | 0,0660 | 0,5200 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 1,1700 | 1,2150 | 11,4900 | 62,7000 | 4,2000 | 0,1350 | 0,0150 | 0,0450 | 0,0000 |
| Итого: | | | 9,1150 | 11,9520 | 60,4060 | 383,4000 | 126,1400 | 0,9750 | 0,1580 | 0,2680 | 1,1700 |
| Всего день девятый | | | 65,4945 | 58,3475 | 220,8145 | 1576,1950 | 889,4050 | 11,1215 | 0,9829 | 1,5370 | 85,7220 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №9

День:четверг

Неделя:вторая

Сезон: летне-осенний

Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества,г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|--------------------|----------------|-----------------|--------------------------|---------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День девятый | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/15-я | Каша сбояная молочная | 150 | 5,3280 | 7,4900 | 17,0900 | 158,6900 | 187,2200 | 0,4990 | 0,1090 | 0,2398 | 1,9500 |
| 2/7-я | Бутерброд с маслом/сыром | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/7-я | Кофейный напиток | 150 | 4,4480 | 3,7920 | 17,5320 | 128,1100 | 180,1800 | 0,1170 | 0,0620 | 0,2310 | 1,9500 |
| | Итого: | | 13,0410 | 17,2420 | 49,6120 | 400,4000 | 414,9000 | 1,2650 | 0,2320 | 0,5128 | 3,9640 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 1,4250 | 0,0950 | 18,2400 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0475 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/20-я | Салат из моркови с сахар. | 40 | 0,5200 | 1,0390 | 5,3500 | 30,1700 | 20,4000 | 0,2860 | 0,0240 | 0,0280 | 2,0000 |
| 6/23-я | Суп рыбный | 150 | 13,7010 | 4,6150 | 15,4850 | 153,7100 | 48,7100 | 1,4410 | 0,1838 | 0,1367 | 14,5640 |
| 7/33-я | Голубцы ленивые со сметан. | 150/8 | 14,7565 | 16,0985 | 11,3705 | 225,6950 | 66,4250 | 1,9485 | 0,0982 | 0,2174 | 37,5240 |
| 1/6-я | Сок яблочный | 150 | 0,7500 | 0,0000 | 13,6500 | 57,0000 | 10,5000 | 0,4500 | 0,0150 | 0,0150 | 3,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,0700 | 0,3600 | 12,7200 | 61,2000 | 8,1000 | 1,0500 | 0,0570 | 0,0270 | 0,0000 |
| | Итого: | | 31,7975 | 22,1125 | 58,5755 | 527,7750 | 154,1350 | 5,1755 | 0,3780 | 0,4241 | 57,0880 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 8/41-я | Блинчики с маслом и сахаром | 100 | 5,7140 | 7,6200 | 29,0600 | 204,9500 | 60,0800 | 0,6770 | 0,1030 | 0,1344 | 0,5200 |
| 1/2-я | Чай с молоком и сахаром | 150/9 | 2,2400 | 2,0000 | 12,7420 | 80,5100 | 96,1800 | 0,0750 | 0,0320 | 0,1260 | 1,0400 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0150 | 0,0000 |
| | Итого: | | 8,3440 | 10,0250 | 45,6320 | 306,3600 | 157,6600 | 0,7970 | 0,1400 | 0,2754 | 1,5600 |
| | Всего день девятый | | 54,6075 | 49,4745 | 172,0595 | 1277,2850 | 741,8950 | 9,3275 | 0,7880 | 1,2598 | 72,1120 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №10

День:пятница

Неделя:вторая

Сезон:лентне- осенний

Возрастная группа: дети от 3-х до 7 лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества/ | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины,мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|-------------------|----------------|-----------------|------------------------------|---------------------|----------------|----------------|---------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День десятый | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/16-с | Каша рисовая молочная | 200 | 6,6850 | 9,0500 | 28,1440 | 223,6200 | 242,2600 | 0,2990 | 0,0920 | 0,3120 | 2,6000 |
| 2/7-с | Бутерброд с маслом/сыром | 40/5/6 | 5,2790 | 8,7000 | 24,9700 | 179,5200 | 72,2600 | 1,0730 | 0,0990 | 0,0664 | 0,0960 |
| 1/1-с | Чай с сахаром | 200/12 | 0,0000 | 0,0000 | 11,9760 | 45,4800 | 0,2400 | 0,0360 | 0,0000 | 0,0060 | 0,0000 |
| | Итого: | | 11,9640 | 17,7500 | 65,0900 | 448,6200 | 314,7600 | 1,4080 | 0,1910 | 0,3844 | 2,6960 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-с | Яблоко | 100 | 0,4000 | 0,4000 | 9,8000 | 45,0000 | 16,0000 | 2,2000 | 0,0400 | 0,0400 | 10,0000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/18-с | Салат витаминный | 60 | 0,7000 | 1,5335 | 2,1000 | 24,9850 | 18,3500 | 0,2500 | 0,0130 | 0,0255 | 16,2500 |
| 6/2 3-с | Свекольник со сметаной | 200/10 | 5,4730 | 8,2880 | 18,8550 | 157,1700 | 44,8700 | 1,6530 | 0,1169 | 0,1118 | 19,5800 |
| 7/31-с | Тефтели мясные | 80 | 14,1090 | 13,1900 | 14,0350 | 205,7900 | 19,0800 | 1,5420 | 0,0884 | 0,1185 | 2,0000 |
| 3/8-с | Картофельное пюре | 170 | 3,5880 | 4,2200 | 26,9300 | 153,8400 | 39,7200 | 1,3660 | 0,1880 | 0,1398 | 30,2600 |
| 1 /5-с | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6400 | 0,0000 | 21,5840 | 40,3200 | 0,1600 | 0,0240 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 75 | 5,1750 | 0,9000 | 31,8000 | 126,7500 | 20,2500 | 2,6250 | 0,1425 | 0,0675 | 0,0000 |
| | Итого: | | 29,6850 | 28,1315 | 115,3040 | 708,8550 | 142,4300 | 7,4600 | 0,5488 | 0,4631 | 68,0900 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 3/9-с | Капуста тушеная' | 150 | 4,2140 | 5,2150 | 13,0150 | 114,8700 | 111,0600 | 1,4810 | 0,0804 | 0,1579 | 92,8000 |
| 1 /4-с | Кофейный напиток | 200 | 5,9720 | 5,0630 | 23,6260 | 171,9800 | 240,2400 | 0,1560 | 0,0830 | 0,3090 | 2,6000 |
| 2/47-с | Печенье | 15 | 10,1860 | 10,2780 | 36,6410 | 286,8500 | 351,3000 | 1,6370 | 0,1634 | 0,4669 | 95,4000 |
| | Всего день десятый | | 52,2350 | 56,5595 | 226,8350 | 1489,3250 | 824,4900 | 12,7050 | 0,94321 | 1,3544 | 176,1860 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ №10

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: лентне-осенний
 Возрастная группа: дети до 3-х лет

| Номер рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------|---------------------|----------------|-----------------|------------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | День десятый | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 4/16-я | Каша рисовая молочная | 150 | 4,9280 | 6,9700 | 19,2200 | 161,1900 | 181,6200 | 0,2090 | 0,0680 | 0,2338 | 1,9500 |
| 2/7-я | Бутерброд с маслом/сыром | 25,5/4/4 | 3,2650 | 5,9600 | 14,9900 | 113,6000 | 47,5000 | 0,6490 | 0,0610 | 0,0420 | 0,0640 |
| 1/1-я | Чай с сахаром | 150/9 | 0,0000 | 0,0000 | 8,9820 | 34,1100 | 0,1800 | 0,0270 | 0,0000 | 0,0050 | 0,0000 |
| | Итого: | | 8,1930 | 12,9300 | 43,1920 | 308,9000 | 229,3000 | 0,8850 | 0,1290 | 0,2808 | 2,0140 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| 2/47-я | Яблоко | 95 | 0,3800 | 0,3800 | 9,3100 | 42,7500 | 15,2000 | 2,0900 | 0,0380 | 0,0380 | 9,5000 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 5/18-я | Салат витаминный | 40 | 0,7000 | 1,5335 | 2,1000 | 24,9850 | 18,3500 | 0,2500 | 0,0130 | 0,0255 | 16,2500 |
| 6/23-я | Свекольник со сметаной | 150/8 | 5,0670 | 7,8380 | 16,0610 | 140,8500 | 38,4500 | 1,4190 | 0,1023 | 0,0986 | 16,5740 |
| 7/31-я | Тефтели мясные | 70 | 12,2280 | 11,7100 | 11,8720 | 179,3800 | 17,4800 | 1,3660 | 0,0780 | 0,1034 | 2,0000 |
| 3/8-я | Картофельное пюре | 140 | 3,2610 | 3,5700 | 22,2000 | 130,0800 | 48,5400 | 1,1010 | 0,1560 | 0,1326 | 24,3900 |
| 1 /5-я | Компот из сухофруктов | 150 | 0,5440 | 0,0000 | 16,5500 | 27,4500 | 0,1000 | 0,0150 | 0,0000 | 0,0000 | 0,0000 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 4,8300 | 0,8400 | 29,6800 | 142,8000 | 18,9000 | 2,4500 | 0,1330 | 0,0630 | 0,0000 |
| | Итого: | | 26,6300 | 25,4915 | 98,4630 | 645,5450 | 141,8200 | 6,6010 | 0,4823 | 0,4231 | 59,2140 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| 3/9-я | Капуста тушеная | 100 | 3,8480 | 7,4370 | 0,2960 | 79,5500 | 12,9500 | 0,6660 | 0,0148 | 0,0333 | 0,0000 |
| 1 /4-я | Кофейный напиток ' | 150 | 4,4480 | 3,7920 | 17,5320 | 128,1100 | 180,1800 | 0,1170 | 0,0620 | 0,2310 | 1,9500 |
| 2/47-я | Печенье | 5 | 0,3900 | 0,4050 | 3,8300 | 20,9000 | 1,4000 | 0,0450 | 0,0050 | 0,0015 | 0,0000 |
| | Итого: | | 4,8380 | 4,1970 | 21,3620 | 149,0100 | 181,5800 | 0,1620 | 0,0670 | 0,2325 | 1,9500 |
| | Всего день десятый | | 40,0410 | 42,9985 | 172,3270 | 1146,2050 | 567,9000 | 9,7380 | 0,7163 | 0,9744 | 72,6780 |

СВОДНАЯ таблица химического состава
и энергетической ценности продуктов питания по 10-дневному меню
детей от 3-х до 7 лет.

Сезон: осенне-зимний

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества,г | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва,мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------------------------|----------------------|--------------------|----------|-----------|--------------------------------|---------------------|----------|--------------|---------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День первый | | 56,9191 | 58,6985 | 224,8235 | 1585,1500 | 687,7653 | 10,6699 | 0,8053 | 1,2949 | 90,7260 |
| День второй | | 66,1100 | 49,1260 | 225,7244 | 1475,9370 | 873,5400 | 10,9370 | 1,0048 | 1,5377 | 84,0520 |
| День третий | | 66,2610 | 58,8890 | 210,9750 | 1521,8500 | 886,2100 | 11,8040 | 1,0778 | 1,5980 | 129,2360 |
| День четвертый | | 75,2475 | 51,3035 | 200,8825 | 1494,9350 | 852,3750 | 12,0565 | 0,9644 | 1,5933 | 103,3420 |
| День пятый | | 46,7710 | 52,5940 | 212,5040 | 1391,5200 | 715,6400 | 10,0980 | 0,8088 | 1,1765 | 90,6360 |
| День шестой | | 66,1840 | 61,9300 | 228,8369 | 1617,8450 | 712,6050 | 12,6710 | 1,0272 | 1,2702 | 55,3720 |
| День седьмой | | 63,3600 | 52,3030 | 213,2400 | 1499,9100 | 780,8700 | 11,8020 | 0,9898 | 1,5104 | 117,3300 |
| День восьмой | | 68,4720 | 56,0650 | 238,8990 | 1585,8870 | 780,0100 | 12,6640 | 1,0560 | 1,4741 | 38,7860 |
| День девятый | | 64,5235 | 58,1325 | 225,7045 | 1582,0150 | 879,3650 | 10,9885 | 0,9314 | 1,4979 | 85,7220 |
| День десятый | | 43,2190 | 47,4965 | 201,6840 | 1265,1750 | 477,3900 | 11,2030 | 0,7948 | 0,9325 | 80,7860 |
| Итого: | | 617,0671 | 546,5380 | 2183,2737 | 15020,2240 | 7645,7703 | 114,8939 | 9,4602 | 13,8855 | 875,9880 |
| В день: | | 61,7067 | 54,6538 | 218,3274 | 1502,0224 | 764,5770 | 11,4894 | 0,9460 | 1,3886 | 87,5988 |

**СВОДНАЯ таблица по химическому составу
и энергетической ценности продуктов питания по 10-дневному меню
детей до 3-х лет.**

Сезон: осенне-зимний

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции г | Пищевые вещества | | | Энергетич. ценность ккал | Минеральные в-ва, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------------------------------|----------------------|------------------|------------|-----------|--------------------------------|----------------------|---------|--------------|---------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| День первый | | 45,6830 | 50,1345 | 162,708 | 1223,1050 | 628,5900 | 10,0200 | 0,6384 | 1,1282 | 64,6880 |
| День второй | | 50,9970 | 44,2214,31 | 199,572 | 1121,3350 | 666,0800 | 6,7820 | 0,7811 | 10,6239 | 67,8420 |
| День третий | | 50,7430 | 47,1840 | 160,533 | 1154,2900 | 718,4800 | 8,9870 | 0,8055 | 1,8222 | 102,8400 |
| День четвертый | | 59,7105 | 46,1305 | 157,173 | 1196,0450 | 668,9250 | 9,9925 | 0,7532 | 1,2197 | 70,0520 |
| День пятый | | 37,2730 | 42,6155 | 157,451 | 1072,4650 | 556,8000 | 8,3480 | 0,6407 | 0,9374 | 71,9780 |
| День шестой | | 56,8010 | 53,4015 | 178,073 | 1333,0650 | 677,2600 | 9,8940 | 0,8572 | 1,6856 | 44,9920 |
| День седьмой | | 49,9730 | 47,2220 | 171,274 | 1211,5800 | 623,8000 | 9,7560 | 0,7724 | 1,2131 | 72,8640 |
| День восьмой | | 49,3710 | 49,4125 | 158,726 | 1140,4050 | 593,4000 | 9,7790 | 0,7460 | 1,1027 | 32,8640 |
| День девятый | | 54,3815 | 48,7535 | 175,025 | 1281,0550 | 736,8850 | 9,3285 | 0,7712 | 1,2465 | 72,1120 |
| День десятый | | 40,0410 | 42,9985 | 172,327 | 1146,2050 | 567,9000 | 9,7380 | 0,7163 | 0,9744 | 72,6780 |
| Итого: | | 494,9740 | 427,8525 | 1692,8630 | 11879,5500 | 6438,1200 | 92,6250 | 7,4819 | 21,9537 | 672,9100 |
| В день: | | 49,4974 | 42,7853 | 169,286 | 1187,9550 | 643,8120 | 9,2625 | 0,7482 | 2,1954 | 67,2910 |