

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Приморском крае в г. Находка» г. Находка	Экспертное заключение МБДОУ «Детский сад № 50» НГО Ф. 5-03-15-2016	Издание 2017г. стр. 1 из 3
--	---	-------------------------------

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

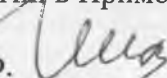
**ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ПРИМОРСКОМ КРАЕ
В ГОРОДЕ НАХОДКА»**

Юр. адрес: ул. Уткинская, д.36 г.
Владивосток 690091
Тел./факс. 402185 E.mail fguz@pkrpn.ru

Аттестат аккредитации органа инспекции
№ RA.RU.710091 от 26.08.2015г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Главный врач филиала
ФБУЗ «Центр гигиены и
эпидемиологии в Приморском крае в
г. Находка»
Шевкун Е.Ф. 

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ
О ПРОВЕДЕНИИ САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ**

№ 052/у

от « 26 » декабря 2017г

На основании заявки руководителя МБДОУ «Детский сад № 50» НГО от 25.12.2017г вх № 766/4

заявление граждан, индивидуальных предпринимателей, юридических лиц (номер вх. № документа и дата),
предписания Управления Роспотребнадзора Приморскому краю

проведена санитарно-эпидемиологическая экспертиза:

примерное 10-ти дневного меню муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 50» г. Находка

наименование объекта

на соответствие требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

В ходе рассмотрения представленных документов установлено:

1. Вид образовательного учреждения: *муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение.*
2. Фактический адрес: *Приморский край, г. Находка, ул. Мичурина, 22*
3. Юридический адрес: *Приморский край, г. Находка, ул. Мичурина, 22*
4. Ф.И.О. руководителя: *Жильцова О.Т.*

5. В представленном примерном 10-ти дневном меню для детей от 1 – 3 и 3-7 лет с пребыванием 10,5 час в дошкольной организации предусмотрено 4-х разовое питание: *завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник.*

Примерное меню составлено с учетом набора помещений пищеблока: мясо-рыбный цех, холодный цех, цех первичной обработки овощей, цех вторичной обработки овощей. Пищеблок работает на сырье. Для приготовления закусок используют свежие, вареные и соленые овощи.

-Завтрак состоит из горячего блюда(каши, творожные и яичные блюда), горячего напитка, батона с маслом сливочным, сыром.

-Обед включает первое блюдо(суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток(компот, кисель), закуску(салаты).

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Приморском крае в г. Находка»	Экспертное заключение МБДОУ «Детский сад № 50» НГО	Издание 2017г.
г. Находка	Ф. 5-03-15-2016	стр. 2 из 3

-Уплотненный полдник включает напиток(чай, кисломолочный напиток, напиток из плодов шиповника) с кондитерским изделием, салаты, овощные, крупяные с мясными и рыбными блюда.

В промежутке между завтраком и обедом предусмотрен второй завтрак, включающий сок или фрукт, напиток.

6. Физиологическая потребность детей в энергии и пищевых веществах:

От 1 до 3 лет

	Фактически	Норма
Белок,г	45,3	39,9
Жиры, г	48,13	44,6
Углеводы, г	192, 13	192,85
Энергия(ккал)	1382,93	1330

от 3-х до 7 лет

	Фактически	Норма
Белок,г	57,57	51,3
Жиры, г	61,53	57
Углеводы, г	247,68	247,9
Энергия(ккал)	1741, 49	1710

При составлении меню учтены нормы основных пищевых веществ и энергии с учетом допустимых отклонений, что соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049- 13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

7. Распределение энергетической ценности(калорийности) суточного рациона питания детей на отдельные приемы пищи:

1-3 лет:

Прием пищи	Фактически	Норма
Завтрак	25	20-25
2 завтрак	4,8	5
Обед	36	30-35
Полдник уплотненный	30	30-35

3-7 лет:

Прием пищи	Фактически	Норма
Завтрак	25	20-25
2 завтрак	4,8	5
Обед	36	30-35
Полдник уплотненный	30	30-35

Калорийность суточного рациона питания детей по отдельным приемам пищи распределена с учетом гигиенических требований.

8. Выполнение рекомендуемых среднесуточных норм питания для детей (с учетом допустимых отклонений от рекомендуемых норм питания +- 5%):

примерное меню, рассчитанное на 2 недели, составлено с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания на одного ребенка.

9. При составлении меню учтена примерная форма.

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Приморском крае в г. Находка»	Экспертное заключение МБДОУ «Детский сад № 50» НГО	Издание 2017г.
г. Находка	Ф. 5-03-15-2016	стр. 3 из 3

10. Представленное меню содержит информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергетической ценности за каждый прием пищи, каждый день и в целом за весь период реализации меню; приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур для детского питания.

В примерном меню не отмечается повторение одних и тех же блюд и кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие два дня.

11. Ежедневно в меню включены: молоко, мясо(или рыба), картофель, овощи, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль, фрукты. Учитывая 4-х разовое питание, кисломолочный напиток включен в уплотненный ужин, второй завтрак.

Остальные продукты(сметана, творог, сыр, яйцо и др.) включены в меню 2-3 раза в неделю.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют гигиеническим нормам.

Заключение: примерное 10-дневное меню МБДОУ «Детский сад № 50», расположенного по адресу: Приморский край, г. Находка, ул. Мичурина, 22, соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Исполнитель:


пом. врача по общей гигиене



Л.А.Иртуганова

Согласовано:

Зав СГО



Я.Г.Калашникова

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

Жильцова О.Т.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)Категория **Сад (с 1 до 3 лет)**

Меню на 1 неделю понедельник (1)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
94	Каша молочная пшеничная	175	5.0700	4.7930	16.2500	128.4500	0.0980	0.1715	0.7960	141.6800	0.4700
6	Масло сливочное (порциями)	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0004	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
7	Сыр Голландский	10	2.3200	2.9500	0.0000	36.0000	0.0000	0.0300	0.0700	88.0000	0.1000
396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	2.1450	1.4550	15.4950	84.0000	0.0150	0.0600	0.2850	95.5050	0.0600
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
Всего		364	11.4370	12.8180	44.6470	340.3500	0.1334	0.2738	1.1510	330.8950	0.9380
Завтрак второй											
399	Сок яблочный	125	0.625	0.000	12.625	53.330	0.017	0.017	2.500	8.750	1.750
Всего Завтрак второй			0.625	0.000	12.625	53.330	0.017	0.017	2.500	8.750	1.750
Обед											
81	Суп картофельный с бобовыми	175	4.7250	4.2000	18.9000	128.2750	0.1400	0.0700	6.1250	34.4750	2.4500
287	Тефтели мясные (2-й вариант)	80	14.0000	16.8800	9.5200	243.6000	0.0560	0.0800	1.0400	13.5200	2.1600
336	Капуста тушеная	100	2.0700	3.2400	9.4300	75.1000	0.0300	0.0400	17.1600	55.4500	0.8100
372a	Компот из свежих ягод	150	0.3300	0.1200	18.1800	75.1500	0.0000	0.0000	1.9350	16.1550	0.5850
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
Всего Обед		550	24.1950	13.6990	63.8715	606.5250	0.2470	0.2210	26.2600	137.8500	7.4800
Уплотненный полдник											
19	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,258	1,533	0,783	17,94	0,006	0,006	1,665	6,984	0,183
244	Рыба, тушеная с овощами	70	5.8940	0.3710	2.2050	55.1690	0.0210	0.0350	0.9590	9.8000	0.3290
318	Картофель отварной	120	2.2920	3.4560	18.4080	113.8800	0.1200	0.0720	16.8000	11.7120	0.9240
398	Напиток из плодов шиповника	150	0.5100	0.2100	14.2300	61.0000	0.0100	0.0500	75.0000	16.0000	0.4700
528	Вафли	20	1.0000	4.4000	13.8000	20.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
Всего Уплотненный полдник		395	11.5960	8.6370	58.6680	326.7390	0.1570	0.1510	92.7590	47.5440	2.0220
На день											
Всего за день			47.8530	35.1540	179.8115	1326.9440	0.5544	0.5828	117.0865	528.7365	9.2410

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий *Жильцова О.Т.* Жильцова О.Т.

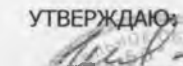


**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**

Категория **Сад (с 1 до 3 лет)**

Меню на 1 неделю вторник (2)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
237	Запеканка из творога	100	17.5400	12.0500	17.1500	247.0000	0.0500	0.2600	0.2400	147.3000	0.6900
360	Соус черносмородиновый	30	0.1020	0.0420	20.2050	81.6000	0.0030	0.0030	8.1600	4.4610	0.1920
392	Чай с сахаром	150	0.0450	0.0150	6.9900	28.0050	0.0000	0.0000	0.0150	7.9950	0.1950
6	Масло сливочное (порциями)	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0004	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0000	0.0000	4.7500	0.3000
	Всего Завтрак	309	19.5890	15.7270	57.2470	448.5050	0.0734	0.2678	8.4150	165.4660	1.3850
Завтрак второй											
400	Молоко кипяченое	150	4.5800	4.0800	7.5800	85.0000	0.0600	0.2400	2.0500	189.6000	0.1600
	Всего Завтрак второй	150	4.5800	4.0800	7.5800	85.0000	0.0600	0.2400	2.0500	189.6000	0.1600
Обед											
45	Винегрет овощной	30	0.4050	1.8480	2.3070	27.4800	0.0150	0.0150	3.9750	10.0650	0.2640
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	175	2.2750	1.7500	15.4000	83.4750	0.0880	0.0530	7.0000	16.8000	0.8750
302	Птица, тушеная в соусе с овощами	180	2.6250	19.4250	19.8500	264.6250	0.1230	0.3500	9.4500	32.7250	5.4250
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.3300	0.0150	20.8200	84.7500	0.0000	0.0000	0.3000	23.8650	0.9300
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
	Всего Обед	580	8.7050	23.5380	74.9870	544.7300	0.2990	0.4490	20.7250	101.7050	8.9690
Уплотненный полдник											
217	Омлет с морковью	100	7.0200	14.5200	3.4800	172.3100	0.0600	0.2800	1.2000	62.0000	1.4800
12	Салат из кукурузы (консервированной)	30	0.8640	1.8540	2.4120	29.7900	0.0300	0.0150	2.7900	5.5980	0.1980
4016	Йогурт питьевой, 1,5%	150	0.0900	0.0700	20.2500	82.0500	0.0010	0.0300	1.3700	9.2200	0.0900
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
	Всего Уплотненный полдник	305	9.8740	16.6440	38.4420	342.9000	0.1185	0.3325	5.3600	81.8180	2.0430
На день											
	Всего за день		42.7480	59.9890	178.2560	1421.1350	0.5509	1.2893	36.5500	538.5890	12.5570

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий  Жильцова О.Т.

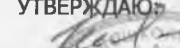
**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



Категория **Сад (с 1 до 3 лет)**

Меню на 1 неделю среда (3)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
94	Каша молочная манная	175	4.1100	3.7800	12.0750	98.8500	0.0600	0.1500	0.7350	128.3100	0.1950
397	Какао с молоком	150	3.1500	2.7150	12.9600	88.9950	0.0450	0.1350	1.2000	114.7050	0.4050
515	Повидло яблочное	8	0.0000	0.0000	5.2800	84.4000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
	Всего в Завтрак	358	9.1300	7.2150	43.1650	337.7450	0.1250	0.2925	1.9350	247.7650	0.9000
Завтрак второй											
4016	Йогурт питьевой	150	4.3500	3.7500	6.1500	76.0050	0.0450	0.1950	1.2000	177.0000	0.1500
	Всего в Завтрак второй	150	4.3500	3.7500	6.1500	76.0050	0.0450	0.1950	1.2000	177.0000	0.1500
Обед											
134	Свекла, тушеная в соусе	30	0.6270	1.8360	2.8740	30.6000	0.0090	0.0180	0.4050	14.4000	0.4140
67	Щи из свежей капусты с картофелем	175	1.9250	3.6750	8.5750	72.8000	0.0530	0.0530	14.0000	39.3750	0.7000
256	Котлеты рыбные любительские	50	6.8750	2.2400	5.5650	70.0000	0.0500	0.0650	1.7650	31.5850	0.7250
321	Пюре картофельное	100	2.7000	5.9000	12.9000	112.0000	0.1000	0.0900	14.0000	28.3000	0.9000
372	Компот из свежих плодов	150	0.3300	0.1200	18.1800	75.1500	0.0000	0.0000	1.9350	16.1550	0.5850
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
	Всего в Обед	550	15.5270	14.2710	64.7040	444.9500	0.2850	0.2570	32.1050	148.0650	4.7990
Уплотненный полдник											
19	Салат из соленых огурцов с луком	30	0.2580	1.5330	0.7830	17.9400	0.0060	0.0060	1.6650	6.9840	0.1830
304	Плов из птицы	175	17.5000	16.1700	29.2775	332.5000	0.2100	0.0875	0.4550	33.0400	1.5925
393	Чай с лимоном	150\8\5	0.1050	0.0150	8.5050	34.1700	0.0000	0.0000	2.3550	10.6650	0.2700
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
	Всего в Уплотненный полдник	390	19.7630	17.9180	50.8655	443.3600	0.2435	0.1010	4.4750	55.6890	2.3205
На день											
	Всего за день		48.770	43.154	164.885	1302.060	0.523	0.788	60.528	662.122	7.838

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий  Жильцова О.Т.ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)категория **Сад (с 1 до 3 лет)**

Меню на 1 неделю четверг (4)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
235	Пудинг из творога (запеченный)	100.0	15.1400	10.7600	24.3300	255.0000	0.0600	0.2300	0.1900	129.9000	0.9700
351	Соус молочный (сладкий)	30.0	0.5825	1.3560	3.9780	30.4500	0.0090	0.0210	0.0960	18.8310	0.0510
392	Чай с сахаром	150	0.0450	0.0150	6.9900	28.0000	0.0000	0.0000	0.0150	7.9950	0.1950
6	Масло сливочное (порциями)	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0000	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
Всего в Завтрак		309	17.6695	15.7510	48.2000	405.3500	0.0890	0.2633	0.3010	162.4360	1.5240
Завтрак второй											
368	Яблоки свежие	100	0.4000	0.4000	9.8000	44.0000	0.0300	0.0200	10.0000	16.0000	2.2000
Всего в		100	0.4000	0.4000	9.8000	44.0000	0.0300	0.0200	10.0000	16.0000	2.2000
Обед											
62	Борщ с мясом	175	6.9300	5.0925	9.6075	112.0000	0.0875	0.1050	10.9375	42.8750	1.5400
286	Тефтели мясные(1 вариант)	50	3.6950	4.0950	4.8800	71.2500	0.0250	0.0400	0.3550	18.2900	0.4000
137	Рагу овощное	100	1.2000	6.9100	71.1300	95.2400	0.0400	0.0400	4.9600	18.2900	0.5000
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.3300	0.0150	20.8200	84.7500	0.0000	0.0000	0.3000	23.8650	0.9300
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
Всего в Обед		520	15.2250	16.6125	123.0475	447.6400	0.2255	0.2160	16.5525	121.5700	4.8450
Уплотненный полдник											
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0.2940	1.8450	1.1190	22.2600	0.0150	0.0120	5.0280	5.6040	0.2220
206	Макароны отварные с сыром	150	9.2850	10.0050	22.7100	217.9950	0.0450	0.0750	0.1350	104.5950	1.1400
401	Ряженка	150	4.3500	3.7500	6.3000	76.0050	0.0300	0.1950	0.4500	186.0000	0.1500
702	Печенье "Сахарное"	25	1.8750	2.4500	18.6000	104.2500	0.0200	0.0125	0.0000	7.2500	0.5250
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
Всего в Уплотненный полдник		355	17.7040	18.2500	61.0290	479.2600	0.1375	0.3020	5.6130	308.4490	2.3120
На день											
Всего за день			50.5985	50.6135	242.0765	1376.2500	0.4615	0.7428	15.9140	600.5050	10.2560

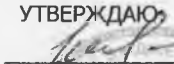
УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**Категория **Сад (с 1 до 3 лет)****Меню на 1 неделю пятница(5)**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
94.0000	Суп молочный с крупой (рисовая крупа)	175.0000	3.3100	3.9500	25.2000	150.0000	0.0800	0.0300	0.0000	13.9000	1.4300
6	Масло сливочное (порциями)	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0000	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
7	Сыр Голландский	10	2.6300	2.6600	0.0000	34.0000	0.0000	0.0400	0.0700	100.0000	0.0700
396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	2.1450	1.4550	15.4950	84.0000	0.0150	0.0600	0.2850	95.5050	0.0600
701а	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
	Всего в Завтрак	364	9.9870	11.6850	53.5970	359.9000	0.1150	0.1423	0.3550	215.1150	1.8680
Завтрак второй											
4016	Йогурт питьевой	150	4.3500	3.7500	6.1500	76.0050	0.0400	0.1950	1.2000	177.0000	0.1500
	Всего в Завтрак второй	150	4.3500	3.7500	6.1500	76.0060	0.0400	0.1950	1.2000	177.0000	0.1500
Обед											
20	Салат из белокачанной капусты	30	0.5640	2.0320	3.4600	34.3600	0.0080	0.0160	13.9800	17.8680	0.2160
74	Рассольник на мясном бульоне	175	1.9600	2.2925	8.9600	64.4000	0.0700	0.0525	4.8125	24.1675	0.5600
305	Котлеты рубленные из птицы	50	7.8600	8.0400	8.3150	136.6650	0.0500	0.0850	0.4150	22.0000	0.9100
358	Пюре гороховое	100	8.7000	4.4000	15.0000	134.0000	0.1000	0.0900	14.0000	28.3000	0.9000
375	Компот из свежих ягод	150	0.1200	0.1200	17.9100	73.2000	0.0000	0.0000	1.2900	10.8600	0.7050
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
	Всего в Обед	550	22.2740	17.3845	70.2550	527.0250	0.3010	0.2745	34.4975	121.4455	4.7660
Уплотненный полдник											
10	Салат из горошка зеленого консервированного	20	0.5960	1.0380	1.2500	16.7200	0.0200	0.0100	2.2000	4.2900	0.1360
276	Жаркое по-домашнему	175	11.3500	13.1500	27.4750	434.0000	0.1750	0.3500	17.6750	34.0000	3.1350
393	Чай с лимоном	150	0.1050	0.0150	8.5050	34.1700	0.0000	0.0000	2.3350	34.6500	5.0750
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
	Всего в Уплотненный полдник	370	13.9510	14.4030	49.5300	543.6400	0.2225	0.3675	22.2100	77.9400	8.6210
На день											
	Всего за день		50.562	47.2225	179.5320	1506.5710	0.6680	0.8258	46.1700	553.8755	10.2700

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий  Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



Сад (с 1 до 3 лет)

Меню на 2 неделю понедельник (6)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
94	Каша молочная гречневая	175	4.4800	4.1100	13.9200	110.1000	0.0800	0.1400	0.6800	120.6600	0.8400
6	Масло сливочное (порциями)	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0000	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
250	Какао с молоком сгущенным	150	2.8300	2.9200	19.5200	115.6000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
512	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
Всего в Завтрак		354	9.2120	10.6500	46.3420	317.6000	0.1000	0.1523	0.6800	126.3700	1.1480
Завтрак второй											
399	Сок фруктовый	125	0.6250	0.0000	12.6250	53.3375	0.0125	0.0125	2.5000	8.7500	1.7500
Всего в Завтрак второй		125	0.6250	0.0000	12.6250	53.3375	0.0125	0.0125	2.5000	8.7500	1.7500
Обед											
19	Салат из соленых огурцов с луком	30	0.2580	1.5330	0.7830	17.9400	0.0060	0.0060	1.6650	6.9840	0.1830
87	Суп с рыбными консервами	175	6.0200	5.8800	10.0275	117.0750	0.0700	0.1050	6.3700	31.7100	0.8925
293	Пельмени мясные отварные с маслом	150	11.2000	29.8000	36.8500	344.6000	1.8000	0.3000	0.6000	51.6000	4.6500
376	Компот из сухеных фруктов	150	0.3300	0.0150	20.8200	84.7500	0.0000	0.0000	0.3000	23.8650	0.9300
514	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
513	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
Всего в Обед		550	20.8780	37.7280	85.0905	648.7650	1.9490	0.4420	8.9350	132.4090	8.1305
Уплотненный полдник											
12	Салат из кукурузы (консервированной)	25	0.8640	1.8540	2.4120	29.7900	0.0300	0.0150	2.7900	5.5980	0.1980
342	Рагу овощное (1-й вариант)	100	1.8800	4.0700	9.5100	82.2000	0.0600	0.0600	6.7800	25.5600	0.7700
315	Рис отварной	100	2.4300	3.5800	24.4600	139.8000	0.0200	0.0100	0.0000	0.9100	0.3500
514	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
394	Чай с молоком	150	2.6500	2.3300	11.3100	77.0000	0.0400	0.0400	0.1400	112.0000	0.2800
Всего в Уплотненный полдник		400	9.7240	12.0340	59.9920	387.5400	0.1775	0.1325	9.7100	149.0680	1.8730
На день											
Всего за день			40.4390	60.4120	204.0495	1407.2425	2.2390	0.7399	19.3250	416.5970	12.9015

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

Жильцова О.Т.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)

Сад (с 1 до 3 лет)

Меню на 2 неделю вторник (7)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
215	Омлет натуральный <i>Ленинградский борщ с тв</i>	150	13.2300	15.4700	2.5350	293.0700	0.0900	0.5550	0.2250	107.0700	2.7300
10	Салат из горошка зеленого консервированного	20	0.5960	1.0380	1.2500	16.7200	0.0200	0.0100	2.2000	4.2900	0.1360
6	Масло сливочное	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0004	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
397	Какао с молоком	150	2.1450	1.4550	15.4950	84.0000	0.0150	0.0600	0.2850	95.5050	0.0600
512	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
	Всего в Завтрак	350	17.8730	21.5830	32.1820	485.6900	0.1454	0.6373	2.7100	212.5750	3.2340
Завтрак второй											
4016	Снежок	120	3.240	3.000	12.960	94.800	0.036	0.156	1.080	145.200	0.120
	Всего в Завтрак второй	120	3.2400	3.0000	12.9600	94.8000	0.0360	0.1560	1.0800	145.2000	0.1200
Обед											
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	25	0.2940	1.8450	1.1190	22.2600	0.0150	0.0120	5.0280	5.6040	0.2220
63	Борщ с фасолью и картофелем	175	2.4850	3.5700	10.1675	82.7750	0.0700	0.0350	4.4100	35.1750	1.1900
274	Мясо тушеное с овощами в соусе	150	14.2950	11.7150	9.7350	201.1800	0.0900	0.1200	3.2700	28.0650	1.3350
372	Компот из свежих плодов	150	0.3300	0.1200	18.1800	75.1500	0.0000	0.0000	1.9350	16.1550	0.5850
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
513	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
	Всего в Обед	550	20.4740	17.7500	55.8115	465.7650	0.2480	0.1980	14.6430	103.2490	4.8070
Уплотненный полдник											
19	Салат из соленых огурцов с луком	30	0.2580	1.5330	0.7830	17.9400	0.0060	0.0060	1.6650	6.9840	0.1830
272	Биточки из кальмаров и рыбы	50	5.7350	5.4500	4.5400	106.0000	0.2400	0.1600	0.9100	69.0850	1.9150
137	Рагу овощное	120	1.4400	2.2920	85.5500	114.2880	0.0480	0.0480	5.9520	21.9480	0.6000
393	Чай с лимоном	157	0.0400	0.0100	6.9900	28.0000	0.0000	0.0000	0.0200	8.0000	0.1900
514	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
	Всего в Уплотненный полдник	382	9.3730	9.4850	110.1630	324.9780	0.3215	0.2215	8.5470	111.0170	3.1630
На день											
	Всего за день		50.9600	51.8180	211.1165	1371.2330	0.7149	1.0568	25.9000	426.8410	11.2040

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Жильцова О.Т.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)

Категория Сад (с 1 до 3 лет)

Меню на 2 неделю среда (8)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
94	Каша молочная "Геркулес" <i>Слив. каш</i>	175	5.6000	6.4000	21.6000	167.2000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
515	Повидло яблочное <i>Зел. яблоки</i>	10	0.0300	0.0040	6.4000	24.1500	0.0010	0.0020	0.1600	1.1900	0.0400
395	Кофейный напиток с молоком	150	2.3400	1.9950	10.6350	70.0050	0.0300	0.1050	0.9750	94.3050	0.1050
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
	Всего в Завтрак	360	9.8400	9.1190	51.4850	326.8550	0.0510	0.1145	1.1350	100.2450	0.4450
Завтрак второй											
399	Сок яблочный	120	0.600	0.120	12.120	55.200	0.012	0.012	2.400	8.400	1.680
	Всего в Завтрак второй	120	0.0600	0.1200	12.1200	55.2000	0.0120	0.0120	2.4000	8.4000	1.6800
Обед											
45	Винегрет овощной	30	0.4050	1.8480	2.3070	27.4800	0.0150	0.0150	3.9750	10.0650	0.2640
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	175	2.2750	1.7500	15.4000	83.4750	0.0875	0.0525	7.0000	16.8000	0.8750
277	Гуляш из отварного мяса	70	9.0230	7.1330	2.2960	109.3750	0.0210	0.0630	0.4830	16.2750	0.6930
313	Каша рассыпчатая гречневая	100	5.7300	4.0600	25.7600	162.5000	0.1400	0.0800	0.0000	9.8800	3.0400
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.3300	0.0150	20.8200	84.7500	0.0000	0.0000	0.3000	23.8650	0.9300
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
	Всего в Обед	550	20.8330	15.3060	83.1930	551.9800	0.3365	0.2415	11.7580	95.1350	7.2770
Уплотненный полдник											
41	Салат из моркови	30	0.3750	0.0300	3.4830	15.6900	0.0180	0.0210	1.4400	7.8210	0.2070
291	Запеканка картофельная с мясом	120	8.9150	6.5880	20.4240	177.0000	0.0840	0.0960	17.8560	18.2040	1.3800
527	Печенье сахарное	20	1.5000	1.9600	14.8800	83.4000	0.0160	0.0100	0.0000	5.8000	0.4200
378a	Кисель плодово-ягодный	150	0.0900	0.0700	20.2500	82.0500	0.0010	0.0300	1.3700	9.2200	0.0900
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
	Всего в Уплотненный полдник	355	12.7800	8.8480	71.3370	416.8900	0.1465	0.1645	20.6660	46.0450	2.3720
На день											
	Всего за день		43.5130	33.3930	210.0450	1350.9250	0.5460	0.5325	35.9590	264.5620	11.7740

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ:

Жильцова О.Т.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)Категория **Сад (с 1 до 3 лет)**

Меню на 2 неделю четверг (9)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
231	Сырники из творога	150	8.0350	19.0050	17.1000	351.0000	0.1050	0.4050	0.3750	233.7000	1.1550
321	Соус молочный (сладкий)	30	0.5820	1.3560	3.9780	30.4500	0.0090	0.0210	0.0960	18.8130	0.0510
392	Чай с сахаром	150	0.0450	0.0150	6.9900	28.0050	0.0000	0.0000	0.0150	7.9950	0.1950
6	Масло сливочное	4	0.3200	2.9000	0.0520	26.4000	0.0040	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
	Всего в Завтрак	360	10.8520	23.9960	40.9700	501.3550	0.1380	0.4383	0.4860	266.2180	1.7090
Завтрак второй											
400	Молоко кипяченое	150	4.5750	4.0800	7.5758	85.0050	0.0600	0.2400	2.0550	189.6600	0.1650
	Всего в Завтрак второй	150	4.5750	4.0800	7.5758	85.0050	0.0600	0.2400	2.0550	189.6600	0.1650
Обед											
33	Салат из свеклы	30	0.4260	1.8270	2.5080	28.1700	0.0060	0.0120	2.8500	10.5450	0.3990
67	Щи из свежей капусты с картофелем	175	1.9250	3.6750	8.5750	72.8000	0.0530	0.0530	14.0000	39.3750	0.7000
246	Рыба, припущенная в молоке	70	10.8710	3.9550	2.2190	87.5000	0.0490	0.0840	0.8960	36.9810	0.3640
321	Пюре картофельное	100	2.7000	5.9000	12.9000	112.0000	0.1000	0.0900	14.0000	28.3000	0.9000
375	Компот из свежих ягод	150	0.1500	0.0450	17.0250	69.1500	0.0000	0.0000	2.8950	11.2350	0.2250
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
	Всего в Обед	550	19.1420	15.9020	59.8370	454.0200	0.2810	0.2700	34.6410	144.6860	4.0630
Уплотненный полдник											
5	Икра кабачковая	25	0.4750	2.2250	1.9250	29.7500	0.0050	0.0125	1.7500	10.2500	0.1750
443	Вареники из пофабrikата промышленного производства	150	6.0650	4.1250	29.5500	219.7350	0.9750	0.0150	0.0000	59.1900	0.5100
514	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
393	Чай с лимоном	150	0.1050	0.0150	8.5050	34.1700	0.0000	0.0000	2.3550	10.6650	0.2700
528a	Крекер из муки высшего сорта	10	0.9200	1.4100	6.7700	41.7600	0.0080	0.0080	0.0000	1.7000	0.1100
	Всего в Уплотненный полдник	360	9.4650	7.9750	59.0500	384.1650	1.0155	0.0430	4.1050	86.8050	1.3400
На день											
	Всего за день		44.0340	51.9530	167.4328	1424.5450	1.4945	1.0000	43.5640	771.0155	7.1360

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

Жильцова О.Т.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)Категория **Сад (с 1 до 3 лет)**
Диета

Меню на 2 неделю пятница (10)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
93	Суп молочный с макаронными изделиями	175	4.9000	4.7250	13.4750	113.0500	0.0350	0.5250	0.5250	141.2250	0.3500
6	Масло сливочное (порциями)	4	0.0320	2.9000	0.0520	26.4000	0.0000	0.0048	0.0000	0.9600	0.0080
7	Сыр Голландский	10	2.6300	2.6600	0.0000	34.0000	0.0000	0.0400	0.0700	100.0000	0.0700
392	Чай с сахаром	150	0.0450	0.0150	6.9900	28.0050	0.0000	0.0000	0.0150	7.9950	0.1950
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0075	0.0000	4.7500	0.3000
Всего в Завтрак		370	9.4770	11.0200	33.3670	266.9550	0.0550	0.5773	0.6100	254.9300	0.9230
Завтрак второй											
368a	Груша свежая	100	0.4000	0.3000	10.3000	47.0000	0.0200	0.0300	5.0000	19.0000	2.3000
Всего в Завтрак второй		100	0.4000	0.3000	10.3000	47.0000	0.0200	0.0300	5.0000	19.0000	2.3000
Обед											
10	Салат из горошка зеленого консервированного	20	0.5960	1.0380	1.2500	16.7200	0.0200	0.0100	2.2000	4.2900	0.1360
62	Борщ с мясом	175	6.9300	5.0925	9.6075	112.0000	0.0875	0.1050	10.9375	42.8750	1.5400
286	Тефтели мясные(1 вариант)	50	3.6950	4.0950	4.8800	71.2500	0.0250	0.0400	0.3550	18.2900	0.4000
357	Соус сметанный с томатом и луком	30	1.2900	11.4600	3.9600	123.3000	0.0180	0.0300	2.6700	29.9400	0.3300
318	Картофель отварной	100	2.0400	3.2000	13.6300	91.5000	0.0900	0.0700	12.1100	24.6500	0.6700
372a	Компот из с/м плодов	150	0.3600	0.1350	24.3300	100.0500	0.0000	0.0150	1.4850	11.9850	1.0950
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	0.7600	0.0800	4.9200	23.5000	0.0100	0.0030	0.0000	6.0000	0.1100
700	Хлеб ржаной	35	2.3100	0.4200	11.6900	60.9000	0.0630	0.0280	0.0000	12.2500	1.3650
Всего в Обед		540	17.9810	25.5205	74.2675	599.2200	0.3135	0.3010	29.7575	150.2800	5.6460
Уплотненный полдник											
13	Салат из свежих огурцов	35	0.2660	2.1315	0.8330	23.5550	0.0105	0.0140	3.3250	7.6475	0.1995
298	Голубцы ленивые	150	13.2600	8.5200	18.7920	205.0050	0.0250	0.1500	18.7800	56.5050	1.5300
398	Напиток из плодов шиповника	150	0.5100	0.2100	14.2350	61.0050	0.0150	0.0450	75.0000	16.0050	0.4650
702	Пастила	25	0.1250	0.0000	20.0000	81.0000	0.0000	0.0000	0.0000	5.2500	0.4000
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	1.9000	0.2000	12.3000	58.7500	0.0275	0.0075	0.0000	5.0000	0.2750
Всего в Уплотненный полдник		385	16.0610	11.0615	66.1600	429.3150	0.0780	0.2165	97.1050	90.4075	2.8695
На день											
Всего за день			43.5190	47.6020	184.0945	1342.4900	0.4465	1.0948	30.3675	495.6175	9.4385

Итого за период		453.663	481.311	1921.299	13829.3955	8.1987	8.6521	431.364	5258.461	102.62
Среднее за весь период		45.3663	48.1311	192.1299	1382.93955	0.81987	0.86521	43.1364	525.8461	10.262

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

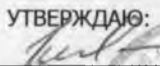
Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**

Категория: **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 1 неделю понедельник (1)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
		Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe	
Завтрак											
94	Каша молочная пшеничная	180	5.2200	4.9300	16.7000	132.1200	0.0900	0.1700	0.8200	145.7300	0.4800
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
7	Сыр Голландский	14	3.2480	4.1300	0.0000	50.4000	0.0000	0.0420	0.0980	123.2000	0.1400
396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2.5740	1.7460	18.5940	100.8000	0.0180	0.0720	0.3420	114.6060	0.0720
701a	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
Всего в Завтрак		409	13.3220	15.2910	50.7790	394.9200	0.1325	0.2900	1.2600	390.4360	1.0620
Завтрак второй											
399	Сок яблочный	150	0.750	0.000	15.150	64.005	0.015	0.015	3.000	10.500	2.100
Всего в Завтрак второй		150	0.750	0.000	15.150	64.005	0.015	0.015	3.000	10.500	2.100
Обед											
81	Суп картофельный с бобовыми	200	5.4000	4.8000	21.6000	146.6000	0.1600	0.0800	7.0000	39.2000	2.8000
287	Тефтели мясные (2-й вариант)	100	17.5000	21.1000	31.9000	304.5000	0.0700	0.1000	1.3000	16.9000	2.7000
336	Капуста тушеная	120	2.4840	3.8880	11.3160	90.1200	0.0360	0.0480	20.5920	66.5400	0.9720
372a	Компот из свежих ягод	180	0.3960	0.1440	21.8160	90.1800	0.0000	0.0000	2.3220	19.3860	0.7020
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
Всего в Обед		663	30.0880	30.6280	110.0440	750.1700	0.3674	0.6120	31.2140	164.8260	9.2110
Уплотненный полдник											
19	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,344	2,044	1,044	23.920	0,008	0,008	2,22	9,312	0,244
244	Рыба, тушеная с овощами	80	6.7360	2.4240	22.5200	41.3360	0.0240	0.0400	1.0960	11.2000	0.3760
318	Картофель отварной	120	2.2920	3.4560	18.4080	113.8800	0.1200	0.0720	16.8000	11.7120	0.9240
398	Напиток из плодов шиповника	180	0.6120	0.2520	17.0820	73.2060	0.0180	0.0540	90.0000	19.2060	0.5580
528	Вафли	20	0.7800	6.1200	12.5000	108.4000	0.0100	0.0040	0.0000	1.6000	0.1200
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
Всего в Уплотненный полдник		450	12.2640	12.4920	85.2700	431.2420	0.2000	0.1740	110.1160	57.4300	2.4320
На день											
Всего за день			56.4240	58.4110	261.2430	1640.3370	0.6999	1.0760	142.5900	612.6920	12.7050

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий  Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



Категория **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 1 неделю вторник (2)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
237	Запеканка из творога	120	21.0480	14.4600	20.5800	296.4000	0.0600	0.3120	0.2880	176.7600	0.8280
360	Соус черносмородиновый	40	0.1360	0.0560	26.9400	108.8000	0.0040	0.0040	10.8800	5.9480	0.2560
392	Чай с сахаром	200	0.0600	0.0200	9.9900	40.0000	0.0000	0.0000	0.0300	10.0000	0.2800
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
701а	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
Всего в Завтрак		395	23.5240	19.0210	72.9950	556.8000	0.0885	0.3220	11.1980	199.6080	1.7340
Завтрак второй											
400	Молоко кипяченое	180	5.4800	4.8800	9.0700	102.0000	0.0800	0.2800	2.4600	226.8000	0.1900
Всего в Завтрак второй		180	5.4800	4.8800	9.0700	102.0000	0.0800	0.2800	2.4600	226.8000	0.1900
Обед											
45	Винегрет овощной	40	0.5400	2.4640	3.0760	36.6400	0.0200	0.0200	5.3000	13.4200	0.3520
59	Суп картофельный с макаронами	200	2.6000	2.0000	17.6000	95.4000	0.1000	0.0600	8.0000	19.2000	1.0000
277	Птица, тушеная в соусе с овощами	200	6.0000	22.2000	42.4000	331.0000	0.1400	0.4000	10.8000	37.4000	6.2000
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.3960	0.0180	24.9840	101.7000	0.0000	0.0000	0.3600	28.6380	1.1160
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
Всего в Обед		683	13.8440	27.3780	111.4720	683.5100	0.3614	0.8640	24.4600	121.4580	10.7050
Уплотненный полдник											
217	Омлет с морковью	120	8.4240	17.4240	4.1760	206.7720	0.0720	0.3360	1.4400	74.4400	1.7760
12	Салат из кукурузы (консервированной)	40	1.1520	2.4720	3.2160	39.7200	0.0400	0.0200	3.7200	7.4640	0.2640
4016	Йогурт питьевой, 1,5%	180	0.1000	0.0800	24.3000	98.4600	0.0010	0.0360	1.6400	1.6400	0.1000
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
Всего в Уплотненный полдник		370	11.9560	20.2160	46.4520	415.4520	0.1460	0.4010	6.8000	89.5440	2.4700
На день											
Всего за день			54.8040	71.4950	239.9890	1757.7620	0.6759	1.8670	44.9180	637.4100	15.0990

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю среда (3)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
92	Каша молочная манная	200	4.9320	4.5360	14.4900	118.6200	0.0720	0.1800	0.8820	153.9720	0.2340
397	Какао с молоком	180	3.7800	3.2580	15.5520	106.7940	0.0540	0.1620	1.4400	137.6460	0.4860
515	Повидло яблочное	10	0.0000	0.0000	6.6000	105.5000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
701а	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
	Всего Завтрак	420	10.9520	8.6540	52.0620	409.5140	0.1500	0.3420	2.3220	297.3180	1.0800
Завтрак второй											
4016	Йогурт питьевой	180	5.2200	4.5000	7.3800	91.2060	0.0540	0.2340	1.4400	212.4000	0.1800
	Всего Завтрак второй	180	5.2200	4.5000	7.3800	91.2060	0.0540	0.2340	1.4400	212.4000	0.1800
Обед											
134	Свекла, тушеная в соусе	40	1.0400	5.0800	5.3200	69.9200	0.0120	0.0320	1.9600	26.8400	0.6800
67	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2.2000	4.2000	9.8000	83.2000	0.0600	0.0600	16.0000	45.0000	0.8000
256	Котлеты рыбные любительские	60	6.3000	5.1000	24.8000	118.9200	0.0600	0.0600	3.2400	21.4800	0.6000
321	Пюре картофельное	120	3.2400	7.0800	15.4800	134.4000	0.1200	0.1080	16.8000	33.9600	1.0800
372	Компот из свежих плодов	180	0.3960	0.1440	21.8160	90.1800	0.0000	0.0000	2.3220	19.3860	0.7020
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
	Всего Обед	663	17.4840	22.3000	100.6280	615.3900	0.3534	0.6440	40.3220	169.4660	5.8990
Уплотненный полдник											
19	Салат из соленых огурцов с луком	40	0.3440	2.0440	1.0440	23.9200	0.0080	0.0080	2.2200	9.3120	0.2440
318	Плов из птицы	200	20.0000	18.4800	33.4600	380.0000	0.2400	0.1000	0.5200	37.7600	1.8200
393	Чай с лимоном	180	0.1260	0.0180	10.2060	41.0040	0.0000	0.0000	2.8260	12.7980	0.3240
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
	Всего Уплотненный полдник	450	22.7500	20.7820	59.4700	515.4240	0.2810	0.1170	5.5660	65.8700	2.7180
На день											
	Всего за день		56.4060	56.2360	219.5400	1631.5340	0.8070	0.9100	43.6200	738.1560	9.8210

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий

Жильцова О.Т.



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**

Категория **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 1 неделю четверг (4)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
235	Пудинг из творога (запеченный)	120.0	18.1680	12.9120	29.1960	306.0000	0.0720	0.2760	0.2280	155.8800	1.1645
351	Соус молочный (сладкий)	40.0	0.7760	1.8080	5.3040	40.6000	0.0120	0.0280	0.1280	25.0840	0.0680
392	Чай с сахаром	180	0.0540	0.0180	8.3880	33.6060	0.0000	0.0000	0.0180	9.5940	0.2340
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
701a	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
	Всего в Завтрак	375	21.2780	19.2230	58.3730	491.8060	0.1085	0.3100	0.3740	197.4580	1.8365
Завтрак второй											
368	Яблоки свежие	100	0.4000	0.4000	9.8000	44.0000	0.0300	0.0200	10.0000	16.0000	2.2000
	Всего в Завтрак второй	100	0.4000	0.4000	9.8000	44.0000	0.0300	0.0200	10.0000	16.0000	2.2000
Обед											
62	Борщ с мясом	200	7.9200	5.8200	10.9800	128.0000	0.1000	0.1200	12.5000	49.0000	1.7600
275	Сосиски, сардельки отварные	60	6.6000	14.3400	0.2400	156.0000	0.1200	0.0960	0.0000	21.0000	1.0800
137	Рагу овощное	120	1.4400	8.2920	85.6000	114.2880	0.0480	0.0480	5.9520	21.9480	0.6000
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.3960	0.0180	24.9840	101.7000	0.0000	0.0000	0.3600	28.6380	1.1160
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
	Всего в Обед	623	20.6640	29.1660	145.2160	618.7580	0.3694	0.6480	18.8120	143.3860	6.5930
Уплотненный полдник											
15	Салат из свежих помидор и огурцов	40	0.2800	3.0800	1.8000	35.6800	0.0240	0.0160	8.9600	7.2800	0.3600
206	Макароны отварные с сыром	200	12.3800	13.3400	30.2800	290.6600	0.0600	0.1000	0.1800	139.4600	1.5200
401	Ряженка	180	5.2200	4.5000	7.5600	91.2060	0.0360	0.2340	0.5400	223.2000	0.1800
702	Печенье "Сахарное"	25	1.8750	2.4500	18.6000	104.2500	0.0200	0.0125	0.0000	7.2500	0.5250
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
	Всего в Уплотненный полдник	450	22.0350	23.6100	73.0000	592.2960	0.1730	0.3715	9.6800	383.1900	2.9150
На день											
	Всего за день		63.9770	71.9990	288.4370	1746.8600	0.6575	0.9440	36.6100	732.0190	13.1935

Заведующий Жильцова О.Т. УТВЕРЖДАЮ:

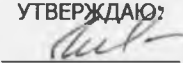
**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю пятница(5)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
94.0000	Суп молочный с крупой (рисовая крупа)	200	4.4000	4.0600	31.9300	182.0000	0.1100	0.0400	0.0000	17.9000	1.8900
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
7	Сыр Голландский	15	3.9500	3.9900	0.0000	52.0000	0.0000	0.0600	0.1100	150.0000	0.1100
396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2.5740	1.7460	18.5940	100.8000	0.0180	0.0720	0.3420	114.6060	0.0720
701а	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
	Всего в Завтрак	430	13.2040	14.2810	66.0090	446.4000	0.1525	0.1780	0.4520	289.4060	2.4420
Завтрак второй											
4016	Йогурт питьевой	180	2.2500	4.5000	12.0000	91.2060	0.0540	0.2340	1.4400	212.4000	0.1800
	Всего в Завтрак второй	180	2.2500	4.3500	12.0000	91.2060	0.0540	0.2340	1.4400	212.4000	0.1800
Обед											
20	Салат из белокочанной капусты	45	0.6345	2.2860	3.8925	38.6550	0.0090	0.0180	15.7275	20.1015	0.2430
74	Рассольник на мясном бульоне	200	2.2400	2.6200	10.2400	73.6000	0.0800	0.0600	5.5000	27.6200	0.6400
305	Котлеты рубленые из птицы	60	9.4320	9.6480	9.9780	163.9980	0.0600	0.1020	0.4980	26.4000	1.0920
321	Пюре гороховое	120	10.4400	5.2800	18.0000	160.8000	0.1200	0.1080	16.8000	33.9600	1.0800
375	Компот из свежих ягод	180	0.1440	0.1440	21.4920	87.8400	0.0000	0.0000	1.5480	13.0230	0.8460
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
	Всего в Обед	668	27.1985	20.6740	87.0145	643.6630	0.3704	0.6720	40.0735	143.9045	5.9380
Уплотненный полдник											
10	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1.1920	2.0760	2.5000	33.4400	0.0400	0.0200	4.4000	8.5800	0.2720
276	Жаркое по-домашнему	200	13.4000	15.6000	61.4000	496.0000	0.2000	0.4000	20.2000	39.6000	5.8000
393	Чай с лимоном	180	0.1260	0.0180	10.2600	41.0040	0.0000	0.0000	2.8260	12.7980	0.3240
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
	Всего в Уплотненный полдник	450	16.9980	17.9340	88.9200	640.9440	0.2730	0.4290	27.4260	66.9780	6.7260
На день											
	Всего за день		59.6505	57.2390	253.9435	1822.2130	0.8499	1.5130	69.3915	500.2885	15.2860

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий  Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



категория **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 2 неделю понедельник (6)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
94	Каша молочная гречневая	200	5.3400	4.9300	16.7000	132.1200	0.0900	0.1700	0.8200	144.7900	1.0000
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
250	Какао с молоком сгущенным	180	3.4000	3.5100	23.4300	138.7300	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
512	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
Всего в Завтрак		415	11.0200	12.9250	55.6150	382.4500	0.1145	0.1760	0.8200	151.6900	1.3700
Завтрак второй											
399	Сок фруктовый	150	0.7500	0.0000	15.1500	64.0080	0.0150	0.0150	3.0000	10.5000	2.1000
Всего в завтрак второй		150	0.7500	0.0000	15.1500	64.0080	0.0150	0.0150	3.0000	10.5000	2.1000
Обед											
19	Салат из соленых огурцов с луком	40	0.3600	2.7000	2.2500	35.7000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
87	Суп с рыбными консервами	200	6.8800	6.7200	11.4600	133.8000	0.0800	0.1200	7.2800	36.2400	1.0200
293	Пельмени мясные отварные с маслом	180	26.0400	37.5600	68.2200	493.6500	0.5400	0.3600	0.7200	61.9200	5.5800
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.3960	0.0180	24.9840	101.7000	0.0000	0.0000	0.3600	28.6380	1.1160
514	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
513	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
Всего в Обед		663	37.9840	47.6940	130.3260	883.6200	0.7214	0.8640	8.3600	149.5980	9.7530
Уплотненный полдник											
12	Салат из кукурузы (консервированной)	40	1.1520	2.4720	3.2160	39.7200	0.0400	0.0200	3.7200	7.4640	0.2640
342	Рагу овощное (1-й вариант)	100	1.8800	4.0700	9.5100	82.2000	0.0600	0.0600	6.7800	25.5600	0.7700
315	Рис отварной	100	2.4300	3.5800	24.4600	139.8000	0.0200	0.0100	0.0000	0.9100	0.3500
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
394	Чай с молоком	180	2.6700	2.3400	14.3100	89.0000	0.0400	0.1400	1.2000	113.9000	0.3700
Всего в Уплотненный полдник		450	9.2600	12.7020	66.2560	381.5000	0.1530	0.2190	7.9800	146.3700	1.8200
На день											
Всего за день			59.0140	73.3210	267.3470	1711.5780	0.9889	1.2590	17.1600	447.6580	12.9430

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**



Категория **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 2 неделю вторник (7)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
10	Салат из зеленого горошка консервированного	40	1,192	2,076	2,5	33,44	0,04	0,02	4,4	8,58	0,272
238	Омлет натуральный <i>Ленинградская баренца мбдоу</i>	170	10.5840	17.3760	2.0280	234.4560	0.0720	0.4440	0.1800	85.6560	2.1840
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
397	Какао с молоком	180	2.5740	1.7460	18.5940	100.8000	0.0180	0.0720	0.3420	114.6060	0.0720
701a	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
Всего в Завтрак		425	15.4380	23.6070	36.1070	446.8560	0.1145	0.5220	0.5220	207.1620	2.6260
Завтрак второй											
4016	Снежок	150	4.050	3.750	16.200	118.500	0.045	0.195	1.350	181.500	0.150
Всего в завтрак второй		150	4.0500	3.7500	16.2000	118.5000	0.0450	0.1950	1.3500	181.5000	0.1500
Обед											
15	Салат из свежих помидор и огурцов	40	0.3920	2.4600	1.4920	29.6800	0.0200	0.0160	6.7040	7.4750	0.2960
74	Борщ с фасолью и картофелем	200	2.8400	4.0800	11.6200	94.6000	0.0800	0.0400	5.0400	40.2000	1.3600
274	Мясо тушеное с овощами в соусе	220	20.9660	17.1852	14.2780	295.0640	0.1320	0.1760	4.7960	41.1620	1.9580
372	Компот из свежих плодов	180	0.3960	0.1440	21.8160	90.1800	0.0000	0.0000	2.3220	19.3860	0.7020
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
Всего в Обед		703	28.9020	24.5652	72.6180	628.2940	0.3334	0.6160	18.8620	131.0230	6.3530
Уплотненный полдник											
19	Салат из соленых огурцов с луком	40	0.3440	2.0440	1.0440	23.9200	0.0080	0.0080	2.2200	9.3120	0.2440
272	Биточки из кальмаров и рыбы	60	6.8820	6.5400	5.4480	228.0000	0.2880	0.1920	1.0920	82.9020	2.2980
137	Рагу овощное	150	1.8000	4.3650	106.9900	142.8600	0.0600	0.0600	7.4400	27.4350	0.7500
393	Чай с лимоном	170	0.0600	0.0200	9.9900	40.0000	0.0000	0.0000	0.0300	10.0000	0.2800
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0300	0.0000	0.0000	6.0000	0.3300
Всего в Уплотненный полдник		450	11.3660	13.2090	138.2320	505.2800	0.3860	0.2600	10.7820	135.6490	3.9020
На день											
Всего за день			59.7560	65.1312	263.1570	1698.9300	0.8339	1.3980	30.1660	473.8340	12.8810

Заведующий Жильцова О.Т.

УТВЕРЖДАЮ:



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**

Категория **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 2 неделю среда (8)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
94	Каша молочная "Геркулес" <i>Сливки натур.</i>	200	5.6000	6.4000	21.6000	167.2000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000
515	Повидло яблочное	10	0.0300	0.0040	6.4000	24.1500	0.0010	0.0020	0.1600	1.1900	0.0400
395	Кофейный напиток с молоком	180	2.8080	2.3940	12.7620	84.0060	0.0360	0.1260	1.1700	113.1660	0.1260
701a	Батон нарезной	30	2.2500	0.8700	15.4200	78.6000	0.0330	0.0090	0.0000	5.7000	0.3600
	Всего в Завтрак	420	10.6880	9.6680	56.1820	353.9560	0.0700	0.1370	1.3300	120.0560	0.5260
Завтрак второй											
399	Сок яблочный	150	0.7500	0.1500	15.1500	69.0000	0.0150	0.0150	3.0000	10.5000	2.1000
	Всего в Завтрак второй	150	0,75	0,15	15,15	69.000	0.015	0.015	3.000	10.500	2.100
Обед											
45	Винегрет овощной	40	0.5400	2.4640	3.0760	36.6400	0.0200	0.0200	5.3000	13.4200	0.3520
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.6000	2.0000	17.6000	95.4000	0.1000	0.0600	8.0000	19.2000	1.0000
277	Гуляш из отварного мяса	100	12.9000	22.0000	7.7000	326.0000	0.1000	0.2000	7.6000	22.6000	3.3000
313	Каша рассыпчатая гречневая	120	6.8760	4.8720	30.9120	195.0000	0.1680	0.0960	0.0000	11.8560	3.6480
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.3960	0.0180	24.9840	101.7000	0.0000	0.0000	0.3600	28.6380	1.1160
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	15	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0165	0.0045	0.0000	3.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
	Всего в Обед	700	27.6200	32.0500	107.6840	873.5100	0.4909	0.7645	21.2600	115.5140	11.4530
Уплотненный полдник											
41	Салат из моркови	40	0.5000	0.0400	4.6440	20.9200	0.0240	0.0280	1.9200	10.4280	0.2760
291	Запеканка картофельная с мясом	160	11.8880	8.7840	27.2320	236.0000	0.1120	0.1280	23.8080	24.2720	1.8400
527	Печенье сахарное	20	1.5000	1.9600	14.8800	83.4000	0.0160	0.0100	0.0000	5.8000	0.4200
378a	Кисель плодово-ягодный	180	3.5900	6.1000	19.3600	147.0000	0.1100	0.0900	4.2900	49.8000	0.8200
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
	Всего в Уплотненный полдник	430	19.7580	17.1240	80.8760	557.8200	0.2950	0.2650	30.0180	96.3000	3.6860
На день											
	Всего за день		58.8160	58.9920	259.8920	1854.2860	0.8709	2.3110	55.6080	342.3700	17.7650

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

Жильцова О.Т.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)Категория **Сад (с 3 до 7 лет)**

Меню на 2 неделю четверг(9)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак											
231	Сырники из творога	150	8.0350	19.0050	17.1000	351.0000	0.1050	0.4050	0.3750	233.7000	1.1550
321	Соус молочный (сладкий)	40	0.7761	1.8080	5.3040	40.6000	0.0120	0.0280	0.1280	25.0840	0.0680
392	Чай с сахаром	180	0.0540	0.0180	8.3880	33.6060	0.0000	0.0000	0.0180	9.5940	0.2340
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
701a	Батон нарезной	25	1.8700	0.7200	12.8500	65.5000	0.0200	0.0000	0.0000	4.7500	0.0000
Всего в Завтрак		400	10.7751	25.1760	43.7070	523.7060	0.1375	0.4390	0.5210	274.3280	1.4670
Завтрак второй											
400	Молоко кипяченое	180	5.4900	4.8960	9.0900	102.0060	0.0720	0.2880	2.4660	227.5200	0.1980
Всего в Завтрак второй		180	5.4900	4.8960	9.0900	102.0060	0.0720	0.2880	2.4660	227.5200	0.1980
Обед											
33	Салат из свеклы	40	0.5680	2.4360	3.3440	37.5600	0.0080	0.0160	3.8000	14.0600	0.5320
67	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2.2000	4.2000	9.8000	83.2000	0.0600	0.0600	16.0000	45.0000	0.8000
246	Рыба, припущенная в молоке	100	13.8000	7.5000	6.3000	145.9000	0.1000	0.2000	7.3000	381.0000	1.1000
321	Пюре картофельное	120	3.2400	7.0800	15.4800	134.4000	0.1200	0.1080	16.8000	33.9600	1.0800
375	Компот из свежих ягод	180	0.1800	0.0540	20.4300	82.9800	0.0000	0.0000	3.4740	13.4820	0.2700
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
Всего в Обед		698	23,496	18,686	78.7660	602.8100	0.3894	0.7680	47.3740	510.3020	5.8190
Уплотненный полдник											
5	Икра кабачковая	40	0.7600	3.5600	3.0800	47.6000	0.0080	0.0200	2.8000	16.4000	0.2800
443	Вареники из пофабриката промышленного производства	185	19.2780	4.9500	35.4600	263.6820	1.1700	0.0180	0.0000	71.0280	0.6120
514	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
393	Чай с лимоном	180	0.1260	0.0180	10.2060	41.0040	0.0000	0.0000	2.8260	12.7980	0.3240
528a	Крекер из муки высшего сорта	20	1.8400	2.8200	13.5400	83.5200	0.0160	0.0160	0.0000	3.4000	0.2200
Всего в Уплотненный полдник		435	24.2840	11.5880	77.0460	506.3060	1.2270	0.0630	5.6260	109.6260	1.7660
На день											
Всего за день			64.0451	60.3460	208.6090	1734.8280	1.8179	1.5340	58.6710	624.6780	7.5850

Заведующий

ЕРЖДАЮ:

Жильцова О.Т.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**Категория **Сад (с 3 до 7 лет)****Меню на 2 неделю пятница(10)**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.6000	5.4000	15.4000	129.2000	0.0400	0.1800	0.6000	161.4000	0.4000
6	Масло сливочное (порциями)	5	0.0400	3.6250	0.0650	33.0000	0.0005	0.0060	0.0000	1.2000	0.0100
7	Сыр Голландский	15	3.9500	3.9900	0.0000	52.0000	0.0000	0.0600	0.1100	150.0000	0.1100
392	Чай с сахаром	180	0.0540	0.0180	8.3880	33.6060	0.0000	0.0000	0.0180	9.5940	0.2340
701a	Батон нарезной	30	2.2400	0.8600	15.4200	78.6000	0.0240	0.0000	0.0000	5.7000	0.3600
	Всего в Завтрак	430	11.7260	13.5350	41.8910	336.4400	0.0965	0.2640	0.9680	315.1660	1.2460
Завтрак второй											
368a	Груша свежая	100	0.4000	0.3000	10.3000	47.0000	0.0200	0.0300	5.0000	19.0000	2.3000
	Всего в	100	0.4000	0.3000	10.3000	47.0000	0.0200	0.0300	5.0000	19.0000	2.3000
Обед											
10	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1.1920	2.0760	2.5000	33.4400	0.0400	0.0200	4.4000	8.58	0.2720
62	Борщ с мясом	200	7.9200	5.8200	10.9800	128.0000	0.1000	0.1200	12.5000	49.0000	1.7600
286	Тефтели мясные(1 вариант)	60	4.4340	4.9140	5.8560	85.5000	0.0300	0.0480	0.4260	21.9480	0.4800
357	Соус сметанный с томатом и луком	40	1.7200	15.2800	5.2800	164.4000	0.0240	0.0400	3.5600	39.9200	0.4400
318	Картофель отварной	120	2.2920	3.4560	18.4080	113.8800	0.1200	0.0720	16.8000	11.7120	0.9240
372a	Компот из с/м плодов	180	2.4480	3.8400	16.3560	109.8000	0.1080	0.0840	14.5320	29.5800	0.8040
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	10	1.1400	0.1200	7.3800	35.2500	0.0150	0.0000	0.0000	6.0000	0.1650
700	Хлеб ржаной	48	3.1680	0.5760	16.0320	83.5200	0.0864	0.3840	0.0000	16.8000	1.8720
	Всего в Обед	698	24.3140	36.0820	82.7920	753.7900	0.5234	0.7680	52.2180	183.5400	6.7170
Уплотненный полдник											
13	Салат из свежих огурцов	45	0.3420	2.7405	1.0710	30.2850	0.0135	0.0180	4.2750	9.8325	0.2565
298	Голубцы ленивые	175	15.4700	9.9400	21.9275	239.1725	0.0875	0.1750	21.9100	65.9250	1.7850
398	Напиток из плодов шиповника	180	0.6120	0.2520	17.0820	73.2060	0.0180	0.0540	90.0000	19.2060	0.5580
702	Пастила	25	0.1250	0.0000	20.0000	81.0000	0.0000	0.0000	0.0000	5.2500	0.4000
701	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	2.2800	0.2400	14.7600	70.5000	0.0330	0.0090	0.0000	6.0000	0.3300
	Всего в Уплотненный полдник	450	18.8290	13.1725	74.8405	494.1635	0.1520	0.2560	116.1850	106.2135	3.3295
На день											
	Всего за день		42.8850	42.1605	214.6475	1616.6235	0.6229	1.1250	159.3700	519.0365	11.8425

Итого за период**Среднее за весь период**

575.776	615.331	2476.805	17414.9515	8.8247	13.937	1353.514	5628.142	129.12
57.5776	61.5331	247.6805	1741.49515	0.88247	1.3937	135.3514	562.8142	12.912