

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА  
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 110  
236000 г. Калининград, ул. Калужская, 20. Тел.: 91-88-31, 91-88-42

---

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 110  
В.С.Татьянина  
Приказ № 110-о от 19.05.2025 г.



# ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД 2025 ГОДА



ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ период

1 НЕДЕЛЯ вторник

Химический состав пищи/ калорийность порции

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда                         | Химический состав пищи/ калорийность порции |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                            |       |        |                  |                       |
|--------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                                            | Масса порции, гр.                           | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                            |                                             | Б                           | Ж     | У      | Калорийно<br>сть |                       |                   | Б                                                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша ячневая молочная                      | 150                                         | 5,4                         | 5,0   | 29,65  | 185,03           | 25,0%                 | 200               | 7,23                                                       | 6,67  | 39,54  | 246,87           | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом, сыром                  | 30/5/9                                      | 4,73                        | 6,88  | 14,56  | 139,0            |                       | 40/7/14           | 6,68                                                       | 8,45  | 19,39  | 180,0            |                       |
|                          | Кофейный напиток с молоком                 | 180                                         | 2,85                        | 2,41  | 14,36  | 91,0             | 27,2%                 | 200               | 3,16                                                       | 2,67  | 15,95  | 101,0            | 26,4%                 |
|                          | Итого завтрак                              |                                             | 12,98                       | 14,29 | 58,57  | 415,03           |                       |                   | 17,07                                                      | 17,79 | 74,88  | 527,87           |                       |
| 2 завтрак                | Банан                                      | 100                                         | 1,5                         | 0,5   | 2,1    | 96,0             |                       | 100               | 1,5                                                        | 0,5   | 2,1    | 96,0             | 5/ 1,9%               |
| Обед                     | Огурчик порционный                         | 45                                          | 0,36                        | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                       | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,0%                 |
|                          | Суп картофельный с бобовыми                | 150                                         | 3,29                        | 3,16  | 9,79   | 80,85            |                       | 200               | 4,39                                                       | 4,22  | 13,06  | 107,8            |                       |
|                          | Биточки из печени, картофельное пюре       | 60/120                                      | 11,77                       | 10,91 | 25,99  | 248,8            | 39,4%                 | 80/150            | 15,5                                                       | 14,04 | 33,0   | 320,25           | 31,7%                 |
|                          | Хлеб Гвардейский                           | 40                                          | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55  | 23,75  | 114,0            |                       |
| Полдник                  | Компот из сухофруктов                      | 150                                         | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                       | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                                 |                                             | 19,01                       | 14,67 | 70,66  | 490,95           |                       |                   | 24,08                                                      | 18,87 | 87,58  | 605,33           |                       |
|                          | Сок фруктовый                              | 150                                         | 1,05                        | 0,15  | 19,8   | 90,0             | 5/ 1,8                | 200               | 1,4                                                        | 0,2   | 26,4   | 120,0            | 15,0%                 |
|                          | Батон Петровский                           | 15                                          | 1,275                       | 0,33  | 8,73   | 43,05            | %2                    | 20                | 1,7                                                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             | 14,7%                 |
| Ужин                     | Итого полдник                              |                                             | 2,33                        | 0,48  | 28,53  | 133,05           |                       |                   | 3,1                                                        | 0,64  | 38,04  | 177,4            |                       |
|                          | Омлет, салат из зелёного горошка (капусты) | 65/60                                       | 7,51                        | 14,15 | 4,85   | 177,16           | 25,0%                 | 85/60             | 9,3                                                        | 16,57 | 5,26   | 207,16           | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                              | 150                                         | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 26,0%                 | 200               | 0,09                                                       | 0,01  | 9,47   | 38,67            | 25,4%                 |
|                          | Батон Петровский                           | 15                                          | 1,275                       | 0,33  | 8,73   | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       |
|                          | Итого ужин                                 |                                             | 8,85                        | 14,49 | 20,68  | 249,21           |                       |                   | 11,09                                                      | 17,02 | 26,37  | 303,23           |                       |
|                          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                              |                                             | 44,67                       | 44,43 | 180,54 | 1384,24          |                       |                   | 56,84                                                      | 54,82 | 228,97 | 1709,83          |                       |

**I НЕДЕЛЯ**

среда

ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ

| Наименование приема пищи | Наименование блюда                               | Химический состав пищи/ |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                            |       |       |                  |                       |
|--------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|-------|-------|------------------|-----------------------|
|                          |                                                  | Масса порции, гр.       | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |       |       |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                                  |                         | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                          | Ж     | У     | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша молочная манная                             | 150                     | 3,18                        | 3,71  | 26,09  | 150,0            | 25,0%                 | 200               | 4,25                                                       | 4,95  | 34,78 | 201,0            | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом, сыром                        | 30/5/9                  | 4,73                        | 6,88  | 14,56  | 139,0            | 26,0%                 | 40/7/14           | 6,68                                                       | 8,45  | 19,39 | 180,0            | 23,9%                 |
|                          | Какао с молоком                                  | 180                     | 3,67                        | 3,19  | 15,82  | 107,0            |                       | 200               | 4,07                                                       | 3,54  | 17,57 | 119,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                                    |                         |                             | 11,58 | 13,78  | 56,47            | 396,0                 |                   |                                                            | 15,0  | 16,94 | 71,74            | 500,0                 |
| 2 завтрак                | Яблоко                                           | 75                      | 0,18                        | 0,3   | 9,09   | 37,8             |                       | 100               | 0,4                                                        | 0,4   | 9,8   | 47,0             | 5/ 1,9%               |
| Обед                     | Помидор порционный                               | 45                      | 0,36                        | 0,25  | 1,13   | 6,3              | 35,0%                 | 60                | 0,48                                                       | 0,06  | 1,5   | 8,4              | 35,0%                 |
|                          | Щи из шавеля со сметаной                         | 150                     | 1,63                        | 3,98  | 5,48   | 64,24            | 30,2%                 | 200               | 2,16                                                       | 5,25  | 7,23  | 84,8             | 40,4%                 |
|                          | Шницель рыбный, картофельное пюре                | 60/120                  | 11,43                       | 6,52  | 22,19  | 192,8            |                       | 80/150            | 15,14                                                      | 8,72  | 28,65 | 253,25           |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский                                 | 40                      | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55  | 23,75 | 114,0            |                       |
| Полдник                  | Компот из сухофруктов                            | 150                     | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                       | 0     | 13,27 | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                                       |                         | 17,01                       | 11,1  | 62,55  | 418,34           |                       |                   | 21,49                                                      | 14,58 | 74,4  | 515,33           |                       |
|                          | Ацидолакт                                        | 150                     | 3,9                         | 5,25  | 16,5   | 127,5            | 15,0%                 | 180               | 4,68                                                       | 6,3   | 19,8  | 153,0            | 15,0%                 |
|                          | Батон Петровский                                 | 20                      | 1,7                         | 0,44  | 11,64  | 57,4             | 21,1%                 | 30                | 2,55                                                       | 0,66  | 17,46 | 86,1             | 11,6%                 |
| Итого полдник            |                                                  | 5,6                     | 5,69                        | 28,14 | 184,9  |                  |                       | 7,23              | 6,69                                                       | 37,26 | 239,1 |                  |                       |
| Ужин                     | Ватрушка с творогом, салат из кукурузы (моркови) | 150/45                  | 25,29                       | 22,85 | 45,53  | 488,69           |                       | 150/60            | 25,82                                                      | 23,78 | 46,73 | 503,58           | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                                    | 150                     | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             |                       | 200               | 0,09                                                       | 0,01  | 9,47  | 38,67            | 22,2%                 |
|                          | Итого ужин                                       |                         | 25,35                       | 22,86 | 52,63  | 517,69           |                       |                   | 25,91                                                      | 23,79 | 56,2  | 542,25           |                       |
|                          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                    |                         | 59,72                       | 53,73 | 208,88 | 1554,73          |                       |                   | 70,03                                                      | 62,4  | 256,6 | 1843,68          |                       |

| Наименование приема пищи | Наименование блюда           | Химический состав пищи |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                            |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|--------------------------|------------------------------|------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                              | Масса порции, гр.      | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |       |        |                  |                       |
|                          |                              |                        | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша пшѐнная молочная        | 150                    | 4,0                         | 4,56  | 27,49  | 167,0            | 25,0%                 | 200               | 5,33                                                       | 6,07  | 36,65  | 222,0            | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом           | 30/5                   | 2,45                        | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 22,9%                 | 40/10             | 2,87                                                       | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 26,4%                 |
|                          | Кофейный напиток с молоком   | 180                    | 2,85                        | 2,41  | 14,36  | 91,0             |                       | 200               | 3,16                                                       | 2,67  | 15,95  | 101,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                |                        | 9,3                         | 14,52 | 56,47  | 394,0            |                       |                   | 11,36                                                      | 15,42 | 71,19  | 473,32           |                       |
| 2 завтрак                | Банан                        | 100                    | 1,5                         | 0,5   | 2,1    | 96,0             |                       | 100               | 1,5                                                        | 0,5   | 2,1    | 96,0             | 51,9%                 |
| Обед                     | Огурчик порционный           | 45                     | 0,36                        | 0,25  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                       | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,0%                 |
|                          | Свекольник со сметаной       | 150                    | 7,46                        | 6,15  | 5,87   | 109,0            | 39,4%                 | 200               | 9,98                                                       | 8,11  | 8,04   | 145,0            |                       |
|                          | Плов с птицей                | 160                    | 16,59                       | 5,82  | 26,76  | 226,0            |                       | 210               | 22,26                                                      | 7,73  | 35,69  | 301,0            |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский             | 40                     | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55  | 23,75  | 114,0            | 32,2%                 |
|                          | Компот из сухофруктов        | 150                    | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                       | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                   |                        | 28,0                        | 12,57 | 67,51  | 496,3            |                       |                   | 36,43                                                      | 16,45 | 82,25  | 623,28           |                       |
| Полдник                  | Кисель                       | 150                    | 0,51                        | 0,05  | 27,22  | 111,24           | 15,00%                | 200               | 0,57                                                       | 0,06  | 30,2   | 123,6            | 15,0%                 |
|                          | Печенье                      | 15                     | 0,96                        | 2,52  | 10,28  | 67,65            |                       | 20                | 1,28                                                       | 3,36  | 13,7   | 90,2             | 21,9%                 |
|                          | Итого полдник                |                        | 1,47                        | 2,57  | 37,5   | 178,89           |                       |                   | 1,85                                                       | 3,42  | 43,9   | 213,8            |                       |
| Ужин                     | Макароны, запечѐнные с яйцом | 155                    | 7,73                        | 6,91  | 23,03  | 185,0            | 20,00%                | 205               | 10,04                                                      | 9,48  | 31,04  | 250,0            | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                | 150                    | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 22,1%                 | 200               | 0,09                                                       | 0,01  | 9,47   | 38,67            | 17,6%                 |
|                          | Батон Петровский             | 15                     | 1,275                       | 0,33  | 8,73   | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       |
|                          | Итого ужин                   |                        | 9,49                        | 7,36  | 41,77  | 271,4            |                       |                   | 12,67                                                      | 10,15 | 57,97  | 374,77           |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                              |                        | 56,02                       | 37,52 | 242,37 | 1436,59          |                       |                   | 63,81                                                      | 45,94 | 257,41 | 1781,17          |                       |

| Наименование приема пищи | Наименование блюда           | Химический состав пищи |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                            |        |        |                  |                       |
|--------------------------|------------------------------|------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|--------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                              | Масса порции, гр.      | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |        |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                              |                        | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                          | Ж      | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша молочная геркулесовая   | 150                    | 3,8                         | 5,33  | 23,67  | 158,0            | 25,0%                 | 200               | 5,06                                                       | 7,11   | 31,56  | 210,0            | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом           | 30/5                   | 2,45                        | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 22,9%                 | 40/7              | 2,87                                                       | 6,68   | 18,59  | 150,32           | 26,4%                 |
|                          | Какао с молоком              | 180                    | 3,67                        | 3,19  | 15,82  | 107,0            |                       | 200               | 4,07                                                       | 3,54   | 17,57  | 119,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                |                        | 9,92                        | 16,07 | 54,11  | 401,0            |                       | 12,0              | 17,33                                                      | 67,72  | 479,32 |                  |                       |
| 2 завтрак                | Яблоко                       | 75                     | 0,18                        | 0,3   | 9,09   | 37,8             | 15,00%                | 100               | 0,4                                                        | 0,4    | 9,8    | 47,0             | 51,9%                 |
| Обед                     | Салат из свёклы              | 45                     | 0,64                        | 2,74  | 3,77   | 42,3             | 35,00%                | 60                | 0,85                                                       | 3,65   | 5,01   | 56,23            | 35,0%                 |
|                          | Суп - уха                    | 150                    | 5,89                        | 5,12  | 10,23  | 103,8            | 39,4%                 | 200               | 7,85                                                       | 6,83   | 13,64  | 138,4            |                       |
|                          | Жаркое по- домашнему с мясом | 170                    | 20,80                       | 5,33  | 18,5   | 205              |                       | 220               | 27,53                                                      | 7,47   | 21,95  | 265              |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский             | 40                     | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55   | 23,75  | 114,0            | 32,2%                 |
|                          | Компот из сухофруктов        | 150                    | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             | 200                   | 0,11              | 0                                                          | 13,27  | 54,88  |                  |                       |
|                          | Итого обед                   |                        | 30,92                       | 13,74 | 66,25  | 506,1            |                       | 39,94             | 18,9                                                       | 77,62  | 628,51 |                  |                       |
| Полдник                  | Кефир                        | 150                    | 4,5                         | 4,8   | 6,0    | 88,5             | 35,00%                | 180               | 5,4                                                        | 6,3    | 7,2    | 106,2            | 15,0%                 |
|                          | Пряники                      | 30                     | 1,77                        | 1,41  | 22,5   | 109,8            | 45                    | 2,66              | 2,12                                                       | 33,75  | 164,7  | 21,9%            |                       |
|                          | Итого полдник                |                        | 6,27                        | 6,21  | 28,5   | 198,3            |                       | 8,06              | 8,42                                                       | 40,95  | 270,9  |                  |                       |
| Ужин                     | Каша молочная рисовая        | 150                    | 4,16                        | 5,6   | 19,56  | 144,0            | 25,0%                 | 200               | 5,55                                                       | 7,47   | 26,08  | 192,0            | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                | 150                    | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 27,2%                 | 200               | 0,09                                                       | 0,01   | 9,47   | 38,67            | 17,6%                 |
|                          | Батон Петровский             | 15                     | 1,275                       | 0,33  | 8,73   | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                        | 0,44   | 11,64  | 57,4             |                       |
|                          | Итого ужин                   |                        | 5,5                         | 5,94  | 35,39  | 216,05           |                       | 7,34              | 7,92                                                       | 47,19  | 288,07 |                  |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                              |                        | 52,79                       | 42,26 | 193,24 | 1359,25          |                       | 67,74             | 52,97                                                      | 243,28 | 1713,8 |                  |                       |

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда               | Химический состав пищи/калорийность пищи |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                            |       |        |                  |                       |
|--------------------------|----------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                                  | Масса порции, гр.                        | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                  |                                          | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша ячневая молочная            | 150                                      | 5,4                         | 5,0   | 29,65  | 185,03           | 25,00%                | 200               | 7,23                                                       | 6,67  | 39,54  | 246,87           | 25,00%                |
|                          | Бутерброд с маслом               | 30/5                                     | 2,45                        | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 23,7%                 | 40/7              | 2,87                                                       | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 23,7%                 |
|                          | Кофейный напиток с молоком       | 180                                      | 2,85                        | 2,41  | 14,36  | 91,0             |                       | 200               | 3,16                                                       | 2,67  | 15,95  | 101,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                    |                                          | 10,7                        | 14,96 | 58,63  | 412,03           |                       |                   | 13,26                                                      | 16,02 | 74,08  | 498,19           |                       |
| 2 завтрак                | Сок фруктовый                    | 100                                      | 0,67                        | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/2,2 %               | 100               | 0,67                                                       | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/2,2 %               |
|                          | Помидор порционный               | 45                                       | 0,36                        | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                       | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,00%                |
|                          | Щи из шавеля со сметаной         | 150                                      | 1,63                        | 3,98  | 5,48   | 64,24            |                       | 200               | 2,16                                                       | 5,25  | 7,23   | 84,8             |                       |
|                          | Гуляш мясной, макаронные изделия | 60/120                                   | 18,53                       | 16,55 | 24,68  | 321,76           | 38,0%                 | 80/150            | 24,73                                                      | 22,45 | 32,82  | 432,05           | 38,0%                 |
| Обед                     | Хлеб Гвардейский                 | 40                                       | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55  | 23,75  | 114,0            |                       |
|                          | Компот из сухофруктов            | 150                                      | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                       | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                       |                                          | 24,11                       | 21,13 | 65,04  | 547,3            |                       |                   | 31,08                                                      | 28,31 | 78,57  | 694,53           |                       |
|                          | Лимонный напиток                 | 150                                      | 0,07                        | 0,1   | 16,4   | 65,1             |                       | 200               | 0,09                                                       | 0,013 | 21,87  | 86,8             |                       |
|                          | Печенье                          | 15                                       | 1,16                        | 0,2   | 7,43   | 68,7             |                       | 20                | 1,92                                                       | 0,3   | 10,23  | 91,6             |                       |
|                          | Итого полдник                    |                                          | 1,23                        | 0,3   | 23,83  | 133,8            |                       |                   | 2,01                                                       | 0,313 | 32,1   | 178,4            |                       |
| Ужин                     | Запеканка из творога с соусом    | 170                                      | 18,65                       | 14,19 | 29,35  | 317,63           | 20,00%                | 200               | 23,07                                                      | 17,17 | 35,03  | 386,75           | 20,00%                |
|                          | Чай с лимоном                    | 150                                      | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             |                       | 200               | 0,09                                                       | 0,01  | 9,47   | 38,67            |                       |
|                          | Батон Петровский                 | 20                                       | 1,7                         | 0,44  | 11,64  | 57,4             | 23,2%                 | 30                | 2,55                                                       | 0,66  | 17,46  | 86,1             | 23,2%                 |
|                          | Итого ужин                       |                                          | 20,41                       | 14,64 | 48,09  | 404,03           |                       |                   | 25,71                                                      | 17,84 | 61,96  | 511,52           |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                                  |                                          | 57,12                       | 51,18 | 201,66 | 1527,16          |                       |                   | 72,73                                                      | 62,63 | 252,78 | 1912,64          |                       |

## II НЕДЕЛЯ

вторник

ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда                       | Химический состав пищи/калорийность пищи |                             |       |       |                  |                       |                   |                                                            |       |        |                  |                       |
|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|-------|-------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                                          | Масса порции, гр.                        | 1 младшая группа (2-3 года) |       |       |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                          |                                          | Б                           | Ж     | У     | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша молочная пшѐнная                    | 150                                      | 4,0                         | 4,56  | 27,49 | 167,0            | 25,0%                 | 200               | 5,33                                                       | 6,07  | 36,65  | 222,0            | 25,00%                |
|                          | Бутерброд с маслом, сыром                | 30/5/9                                   | 4,73                        | 6,88  | 14,56 | 139,0            | 27,2%                 | 40/7/14           | 6,68                                                       | 8,45  | 19,39  | 180,0            | 28,8%                 |
|                          | Какао с молоком                          | 180                                      | 3,67                        | 3,19  | 15,82 | 107,0            |                       | 200               | 4,07                                                       | 3,54  | 17,57  | 119,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                            |                                          | 12,4                        | 14,63 | 57,87 | 413,0            |                       |                   | 16,08                                                      | 18,06 | 73,51  | 521,0            |                       |
| 2 завтрак                | Банан                                    | 100                                      | 1,5                         | 0,5   | 2,1   | 96,0             |                       | 100               | 1,5                                                        | 0,5   | 2,1    | 96,0             | 5/1,9%                |
| Обед                     | Огурчик порционный                       | 45                                       | 0,36                        | 0,05  | 1,13  | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                       | 0,06  | 1,5    | 8,4              |                       |
|                          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150                                      | 1,59                        | 1,67  | 10,23 | 62,39            | 39,4%                 | 200               | 2,14                                                       | 2,24  | 13,71  | 83,6             | 35,00%                |
|                          | Котлета куриная, картофельное пюре       | 60/120                                   | 14,11                       | 6,59  | 26,33 | 220,8            |                       | 80/150            | 18,7                                                       | 27,39 | 33,9   | 288,25           | 41,5%                 |
|                          | Хлеб Гвардейский                         | 40                                       | 3,5                         | 0,55  | 23,45 | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55  | 23,75  | 114,0            |                       |
|                          | Компот из сухофруктов                    | 150                                      | 0,09                        | 0     | 10,3  | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                       | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
| Полдник                  | Итого обед                               |                                          | 19,65                       | 8,86  | 71,44 | 444,49           |                       |                   | 25,03                                                      | 30,24 | 86,13  | 549,13           |                       |
|                          | Ряженка                                  | 150                                      | 4,5                         | 5,25  | 6,3   | 90               | 15,00%                | 180               | 5,4                                                        | 6,3   | 7,56   | 108,0            | 15,00%                |
|                          | Бутерброд с повидлом                     | 23                                       | 2,51                        | 3,93  | 28,88 | 156              | 8,8%                  | 30                | 2,49                                                       | 3,93  | 27,56  | 161              | 9,3%                  |
| Ужин                     | Итого полдник                            |                                          | 7,01                        | 9,18  | 35,18 | 246,0            |                       |                   | 7,89                                                       | 10,23 | 35,12  | 269,0            |                       |
|                          | Омлет, салат из капусты                  | 65/150                                   | 7,83                        | 18,64 | 14,63 | 258,1            | 25,0%                 | 85/150            | 9,62                                                       | 21,06 | 15,04  | 288,1            | 20,00%                |
|                          | Чай с лимоном                            | 150                                      | 0,06                        | 0,01  | 7,1   | 29,0             | 26,0%                 | 200               | 0,09                                                       | 0,01  | 9,47   | 38,67            | 18,5%                 |
|                          | Батон Петровский                         | 15                                       | 1,275                       | 0,33  | 8,73  | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       |
|                          | Итого ужин                               |                                          | 9,17                        | 18,98 | 30,46 | 330,15           |                       |                   | 11,41                                                      | 21,51 | 36,15  | 384,17           |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                                          |                                          | 49,73                       | 52,15 | 176,5 | 1529,64          |                       |                   | 61,91                                                      | 80,54 | 233,01 | 1819,3           |                       |

II НЕДЕЛЯ

среда

ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ

Химический состав пищи/калорийность пищи

| Наименование приема пищи | Наименование блюда                               | Химический состав пищи/калорийность пищи |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                            |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|--------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                                                  | Масса порции, гр.                        | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7лет) |       |        |                  |                       |
|                          |                                                  |                                          | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Суп молочный вермишелевый                        | 150                                      | 4,29                        | 3,89  | 14,06  | 108,36           | 25,0%                 | 200               | 5,58                                                       | 5,21  | 18,84  | 145,2            | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом                               | 30/5                                     | 2,45                        | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 22,9%                 | 40/7              | 2,87                                                       | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 22,7%                 |
|                          | Кофейный напиток с молоком                       | 180                                      | 2,85                        | 2,41  | 14,36  | 91,0             |                       | 200               | 3,16                                                       | 2,67  | 15,95  | 101,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                                    |                                          |                             | 9,59  | 13,85  | 43,04            | 335,36                |                   | 11,61                                                      | 14,56 | 53,38  | 396,52           |                       |
| 2 завтрак<br>Обед        | Яблоко                                           | 75                                       | 0,18                        | 0,3   | 9,09   | 37,8             |                       | 100               | 0,4                                                        | 0,4   | 9,8    | 47,0             | 5/ 1,9%               |
|                          | Помидор порционный                               | 45                                       | 0,36                        | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                       | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,0%                 |
|                          | Щи со сметаной                                   | 150                                      | 1,04                        | 2,92  | 5,07   | 50,6             | 32,6%                 | 200               | 1,39                                                       | 3,91  | 6,79   | 67,8             | 41,5%                 |
|                          | Тефтели мясные с соусом, гречка отварная         | 60/120                                   | 25,88                       | 12,85 | 53,08  | 332,5            |                       | 80/150            | 26,43                                                      | 14,84 | 48,89  | 395,0            |                       |
| Полдник                  | Хлеб Гвардейский                                 | 40                                       | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                        | 0,55  | 23,75  | 114,0            | 15,0%                 |
|                          | Компот из сухофруктов                            | 150                                      | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             | 200                   | 0,11              | 0                                                          | 13,27 | 54,88  | 14,0%            |                       |
|                          | Итого обед                                       |                                          | 30,87                       | 16,37 | 93,03  | 544,4            |                       | 32,01             | 19,76                                                      | 94,2  | 640,08 |                  |                       |
|                          | Ацидолакт                                        | 150                                      | 3,9                         | 5,25  | 16,5   | 127,5            | 15,0%                 | 180               | 4,68                                                       | 6,3   | 19,8   | 153,0            |                       |
| Ужин                     | Батон Петровский                                 | 20                                       | 1,7                         | 0,44  | 11,64  | 57,4             | 21,1%                 | 30                | 2,55                                                       | 0,66  | 17,46  | 86,1             | 20,0%                 |
|                          | Итого полдник                                    |                                          | 5,6                         | 5,69  | 28,14  | 184,9            |                       | 7,23              | 6,96                                                       | 37,26 | 239,1  | 19,9%            |                       |
|                          | Ватрушка с творогом, салат из моркови (кукурузы) | 150/60                                   | 25,82                       | 23,78 | 46,73  | 503,58           | 20,0%                 | 150/60            | 25,82                                                      | 23,78 | 46,73  |                  | 503,58                |
|                          | Чай с лимоном                                    | 150                                      | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 19,8%                 | 200               | 0,09                                                       | 0,01  | 9,47   | 38,67            | 19,9%                 |
| Итого ужин               |                                                  |                                          | 25,98                       | 23,79 | 53,83  | 532,38           |                       | 25,91             | 23,79                                                      | 56,2  | 542,25 | 19,9%            |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                                                  |                                          | 72,22                       | 60,0  | 227,13 | 1634,84          |                       |                   | 77,16                                                      | 65,45 | 250,84 |                  | 1864,95               |

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда          | Химический состав пищи/калорийность пищи |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                             |       |        |                  |                       |
|--------------------------|-----------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                             | Масса порции, гр.                        | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7 лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                             |                                          | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша молочная пшеничная     | 150                                      | 3,83                        | 3,83  | 28,07  | 162,0            | 25,00%                | 200               | 5,1                                                         | 5,1   | 37,43  | 216,0            | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом, сыром   | 30/5/9                                   | 4,73                        | 6,88  | 14,56  | 139,0            | 27,0%                 | 40/7/14           | 6,68                                                        | 8,45  | 19,39  | 180,0            | 23,5%                 |
|                          | Какао с молоком             | 180                                      | 3,67                        | 3,19  | 15,82  | 107,0            |                       | 200               | 4,07                                                        | 3,54  | 17,57  | 119,0            |                       |
|                          | Итого завтрак               |                                          | 12,23                       | 13,9  | 58,45  | 408,0            |                       |                   | 15,85                                                       | 17,09 | 74,39  | 515,0            |                       |
| 2 завтрак                | Яблоко                      | 75                                       | 0,18                        | 0,3   | 9,09   | 37,8             |                       | 100               | 0,4                                                         | 0,4   | 9,8    | 47,0             | 5/ 4,8%               |
| Обед                     | Огурчик порционный          | 45                                       | 0,36                        | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                        | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,0%                 |
|                          | Суп картофельный с бобовыми | 150                                      | 3,29                        | 3,16  | 9,79   | 80,85            |                       | 200               | 4,39                                                        | 4,22  | 13,06  | 107,8            |                       |
|                          | Азу по- татарски с птицей   | 170                                      | 20,8                        | 5,33  | 18,5   | 205,0            | 39,4%                 | 220               | 27,53                                                       | 7,47  | 21,95  | 265,0            |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский            | 40                                       | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                         | 0,55  | 23,75  | 114,0            | 30,1%                 |
|                          | Компот из сухофруктов       | 150                                      | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                        | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                  |                                          | 28,04                       | 9,09  | 72,26  | 447,15           |                       |                   | 36,11                                                       | 12,41 | 73,53  | 552,08           |                       |
| Полдник                  | Кисель                      | 150                                      | 0,51                        | 0,05  | 27,22  | 111,24           | 15,00%                | 200               | 0,57                                                        | 0,06  | 30,2   | 123,6            | 15,0%                 |
|                          | Сушки                       | 30                                       | 2,7                         | 2,1   | 20,4   | 114,0            |                       | 30                | 2,7                                                         | 2,1   | 20,4   | 114,0            | 19,6%                 |
|                          | Итого полдник               |                                          | 3,21                        | 2,15  | 47,62  | 225,24           |                       |                   | 3,27                                                        | 2,16  | 50,6   | 237,6            |                       |
| Ужин                     | Каша рисовая молочная       | 150                                      | 4,16                        | 5,6   | 19,56  | 144,0            | 20,00%                | 200               | 5,55                                                        | 7,47  | 26,08  | 192,0            | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном               | 150                                      | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             |                       | 200               | 0,09                                                        | 0,01  | 9,47   | 38,67            |                       |
|                          | Батон Петровский            | 20                                       | 1,7                         | 0,44  | 11,64  | 57,4             | 22,1%                 | 30                | 2,55                                                        | 0,66  | 17,46  | 86,1             | 22,0%                 |
|                          | Итого ужин                  |                                          | 5,92                        | 6,05  | 38,3   | 230,4            |                       |                   | 8,19                                                        | 8,14  | 53,01  | 316,77           |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                             |                                          | 49,58                       | 31,49 | 225,72 | 1348,59          |                       |                   | 63,82                                                       | 45,51 | 236,81 | 1666,45          |                       |

Химический состав пищи/калорийность пищи

| Химический состав пищи/калорийность пищи |                              |                   |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                             |       |        |                  |                       |       |        |
|------------------------------------------|------------------------------|-------------------|-----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------|--------|
| Наименование приема пищи                 | Наименование блюда           | Масса порции, гр. | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовител. группы (3-7 лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |       |        |
|                                          |                              |                   | Б                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                           | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |       |        |
|                                          |                              |                   |                             |       |        |                  |                       |                   |                                                             |       |        |                  |                       |       |        |
| завтрак                                  | Каша молочная геркулесовая   | 150               | 3,8                         | 5,33  | 23,67  | 158,0            | 25,0%                 | 200               | 5,06                                                        | 7,11  | 31,56  | 210,0            | 25,0%                 |       |        |
|                                          | Бутерброд с маслом           | 30/5              | 2,45                        | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 22,9%                 | 40/10             | 2,87                                                        | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 26,2%                 |       |        |
|                                          | Кофейный напиток с молоком   | 180               | 2,85                        | 2,41  | 14,36  | 91,0             |                       | 200               | 3,16                                                        | 2,67  | 15,95  | 101,0            |                       |       |        |
|                                          | Итого завтрак                |                   |                             | 9,1   | 15,29  | 52,65            | 385,0                 |                   |                                                             | 11,09 | 16,46  | 66,1             | 461,32                |       |        |
| 2 завтрак                                | Сок фруктовый                | 100               | 0,67                        | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/ 2,0%               | 100               | 0,67                                                        | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/ 2,2%               |       |        |
|                                          | Салат из капусты             | 45                | 0,63                        | 2,29  | 4,06   | 39,33            | 35,00%                | 60                | 0,85                                                        | 3,05  | 5,41   | 52,44            | 35,0%                 |       |        |
|                                          | Свекольник со сметаной       | 150               | 7,46                        | 6,15  | 5,87   | 109,0            | 39,4%                 | 200               | 9,98                                                        | 8,11  | 8,04   | 145,0            | 32,8%                 |       |        |
|                                          | Рыба с овощами, рис отварной | 90/120            | 11,43                       | 6,98  | 35,19  | 250,76           |                       | 110/150           | 15,73                                                       | 9,29  | 44,89  | 325,7            |                       |       |        |
| Полдник                                  | Хлеб Гвардейский             | 40                | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0            | 35,00%                | 50                | 3,6                                                         | 0,55  | 23,75  | 114,0            | 15,0%                 |       |        |
|                                          | Компот из сухофруктов        | 150               | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                        | 0     | 13,27  | 54,88            |                       | 13,0% |        |
|                                          | Итого обед                   |                   | 23,11                       | 15,97 | 78,87  | 554,09           |                       |                   | 30,27                                                       | 21,0  | 95,36  | 692,02           |                       |       |        |
|                                          | Кефир                        | 150               | 4,5                         | 4,8   | 6,0    | 88,5             |                       | 180               | 5,4                                                         | 6,3   | 7,2    | 106,2            |                       | 20,0% |        |
| Вафли                                    | 30                           | 1,17              | 9,54                        | 18,75 | 162,6  | 45               | 1,76                  | 13,77             | 28,13                                                       | 243,9 | 25,8%  |                  |                       |       |        |
| Итого полдник                            |                              |                   | 5,67                        | 14,34 | 24,75  | 251,1            |                       |                   | 7,16                                                        | 20,07 |        | 35,33            | 350,1                 | 20,0% |        |
| Ужин                                     | Макаронь, запечённые с яйцом | 155               | 7,73                        | 6,91  | 23,03  | 185,0            | 20,0%                 | 205               | 10,04                                                       | 9,48  | 31,04  | 250,0            | 25,8%                 |       |        |
|                                          | Чай с лимоном                | 150               | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 26,8%                 | 200               | 0,09                                                        | 0,01  | 9,47   | 38,67            |                       |       |        |
|                                          | Батон Петровский             | 20                | 1,7                         | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       | 30                | 2,55                                                        | 0,66  | 17,46  | 86,1             |                       |       |        |
|                                          | Итого ужин                   |                   |                             | 9,49  | 7,36   | 41,77            |                       | 271,4             |                                                             |       | 12,67  | 10,15            |                       | 57,97 | 374,77 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ                            |                              |                   | 48,04                       | 53,08 | 204,11 | 1491,59          |                       |                   | 61,86                                                       | 67,83 | 260,83 | 1908,21          |                       |       |        |

| Химический состав пищи/калорийность |                                       |                   |                            |       |        |                  |                       |                   |                                                          |       |        |                  |                       |
|-------------------------------------|---------------------------------------|-------------------|----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
| Наименование приёма пищи            | Наименование блюда                    | Масса порции, гр. | 1 младшая группа (2-3года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовит.группа (3-7 лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                                     |                                       |                   | Б                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                        | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
|                                     |                                       |                   |                            |       |        |                  |                       |                   |                                                          |       |        |                  |                       |
| завтрак                             | Суп молочный вермишелевый             | 150               | 4,29                       | 3,89  | 14,06  | 108,36           | 25,0%                 | 200               | 5,58                                                     | 5,21  | 18,84  | 145,2            | 25,00%                |
|                                     | Бутерброд с маслом                    | 30/5              | 2,45                       | 7,55  | 14,62  | 136,0            |                       | 40/10             | 2,87                                                     | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 23,7%                 |
|                                     | Кофейный напиток с молоком            | 180               | 2,85                       | 2,41  | 14,36  | 91,0             | 22,9%                 | 200               | 3,16                                                     | 2,67  | 15,95  | 101,0            |                       |
|                                     | Итого завтрак                         |                   | 5,59                       | 13,85 | 43,04  | 335,36           |                       |                   | 11,61                                                    | 14,56 | 53,38  | 39652            |                       |
| 2 завтрак                           | Сок фруктовый                         | 100               | 0,67                       | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/2,0%                | 100               | 0,67                                                     | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/2,2 %               |
|                                     | Огурчик порционный                    | 45                | 0,36                       | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                     | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,00%                |
|                                     | Суп картофельный с бобовыми           | 150               | 3,29                       | 3,16  | 9,79   | 80,85            |                       | 200               | 4,39                                                     | 4,22  | 13,06  | 107,8            |                       |
|                                     | Биточки мясные с соусом, рис отварной | 90/120            | 12,59                      | 12,63 | 41,4   | 329,11           | 39,4%                 | 110/150           | 16,44                                                    | 15,87 | 51,65  | 415,05           | 38,0%                 |
| Обед                                | Хлеб Гвардейский                      | 40                | 3,5                        | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                      | 0,55  | 23,75  | 114,0            |                       |
|                                     | Компот из сухофруктов                 | 150               | 0,09                       | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                     | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
|                                     | Итого обед                            |                   | 19,83                      | 16,39 | 75,77  | 571,26           |                       |                   | 25,02                                                    | 20,7  | 103,23 | 700,13           |                       |
|                                     | Молоко                                | 150               | 4,58                       | 3,75  | 7,05   | 79,5             |                       | 200               | 9,16                                                     | 7,5   | 14,1   | 106,0            |                       |
| Полдник                             | Батон Петровский                      | 15                | 1,275                      | 0,33  | 8,73   | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                      | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       |
|                                     | Итого полдник                         |                   | 5,86                       | 4,08  | 15,78  | 122,55           |                       |                   | 10,86                                                    | 7,94  | 25,74  | 163,4            | 20,00%                |
|                                     | Сырники творожные с повидлом          | 120/30            | 22,55                      | 15,2  | 33,18  | 355,8            | 20,00%                | 150/30            | 28,16                                                    | 19,01 | 36,5   | 426,0            |                       |
| Ужин                                | Чай с лимоном                         | 150               | 0,06                       | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 22,1%                 | 200               | 0,09                                                     | 0,01  | 9,47   | 38,67            | 23,2%                 |
|                                     | Батон Петровский                      | 15                | 1,275                      | 0,33  | 8,73   | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                      | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       |
|                                     | Итого ужин                            |                   | 23,89                      | 15,54 | 49,01  | 427,85           |                       |                   | 29,95                                                    | 19,46 | 57,61  | 522,07           |                       |
|                                     | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                         |                   | 59,84                      | 50,01 | 190,27 | 1487,02          |                       |                   | 78,11                                                    | 62,81 | 246,03 | 1812,12          |                       |

| Наименова<br>ние приёма<br>пищи | Наименование<br>блюда                         | Химический состав пищи/калорийность |                            |       |        |                  |                              |                         |                                                         |       |       |                  |                              |
|---------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------|--------|------------------|------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------|-------|-------|------------------|------------------------------|
|                                 |                                               | Масса<br>порции,<br>гр.             | 1 младшая группа (2-3года) |       |        |                  | % соотнош.<br>норма/<br>факт | Масса<br>порции,<br>гр. | 2 младшая, средняя, старшая,<br>подгот.группа (3-7 лет) |       |       |                  | % соотнош.<br>норма/<br>факт |
|                                 |                                               |                                     | Б                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                              |                         | Б                                                       | Ж     | У     | Калорийн<br>ость |                              |
| завтрак                         | Каша молочная пшённая                         | 150                                 | 4,0                        | 4,56  | 27,49  | 167,0            | 25,0%                        | 200                     | 5,33                                                    | 6,07  | 36,65 | 222,0            | 25,00%                       |
|                                 | Бутерброд с маслом, сыром                     | 30/5/9                              | 4,73                       | 6,88  | 14,56  | 139,0            | 27,2%                        | 40/7/14                 | 6,68                                                    | 8,45  | 19,39 | 180,0            | 28,8%                        |
|                                 | Какао с молоком                               | 180                                 | 3,67                       | 3,19  | 15,82  | 107,0            |                              | 200                     | 4,07                                                    | 3,54  | 17,57 | 119,0            |                              |
|                                 | Итого завтрак                                 |                                     | 7,84                       | 14,63 | 57,87  | 413,0            |                              | 100                     | 16,08                                                   | 18,06 | 73,61 | 521,0            |                              |
| 2 завтрак                       | Банан                                         | 100                                 | 1,5                        | 0,5   | 2,1    | 96,0             |                              | 100                     | 1,5                                                     | 0,5   | 2,1   | 96,0             | 5/ 1,9%                      |
|                                 | Огурчик порционный                            | 45                                  | 0,36                       | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                       | 60                      | 0,48                                                    | 0,06  | 1,5   | 8,4              |                              |
|                                 | Щи из свежей капусты с картофелем             | 150                                 | 1,04                       | 2,92  | 5,07   | 50,6             | 39,4%                        | 200                     | 1,39                                                    | 3,91  | 6,79  | 67,8             | 35,00%                       |
|                                 | Котлета куриная, картофельное пюре            | 60/120                              | 11,72                      | 13,49 | 26,33  | 273,8            |                              | 80/150                  | 15,7                                                    | 17,94 | 33,9  | 360,25           | 41,5%                        |
| Обед                            | Хлеб Гвардейский                              | 40                                  | 3,5                        | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                              | 50                      | 3,6                                                     | 0,55  | 23,75 | 114,0            |                              |
|                                 | Компот из сухофруктов                         | 150                                 | 0,09                       | 0     | 10,3   | 42,0             |                              | 200                     | 0,11                                                    | 0     | 13,27 | 54,88            |                              |
|                                 | Итого обед                                    |                                     | 16,71                      | 17,01 | 66,28  | 485,7            |                              |                         | 20,8                                                    | 22,46 | 79,21 | 605,33           |                              |
|                                 | Сок фруктовый                                 | 150                                 | 1,05                       | 0,15  | 19,8   | 90,0             | 5/ 1,8 %2                    | 200                     | 1,4                                                     | 0,2   | 26,4  | 120,0            | 15,00%                       |
| Полдник                         | Сушки                                         | 30                                  | 2,7                        | 2,1   | 20,4   | 114,0            |                              | 30                      | 2,7                                                     | 2,1   | 20,4  | 114,0            | 9,3%                         |
|                                 | Итого полдник                                 |                                     | 3,75                       | 2,25  | 40,2   | 204,0            |                              |                         | 4,1                                                     | 2,3   | 46,8  | 234,0            |                              |
|                                 | Макароны, запечённые с яйцом, салат из свёклы | 155/45                              | 8,37                       | 9,65  | 26,8   | 227,3            | 20,0%                        | 205/60                  | 10,89                                                   | 13,13 | 36,05 | 306,23           | 20,00%                       |
|                                 | Чай с лимоном                                 | 150                                 | 0,06                       | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 19,8%                        | 200                     | 0,09                                                    | 0,01  | 9,47  | 38,67            | 18,5%                        |
| Ужин                            | Батон Петровский                              | 20                                  | 1,7                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                              | 30                      | 2,55                                                    | 0,66  | 17,46 | 86,1             |                              |
|                                 | Итого ужин                                    |                                     | 10,13                      | 10,1  | 45,54  | 313,7            |                              |                         | 13,53                                                   | 13,8  | 46,18 | 431,0            |                              |
|                                 | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                 |                                     | 39,93                      | 44,49 | 211,99 | 1512,4           |                              |                         | 56,01                                                   | 57,12 | 247,9 | 1887,33          |                              |

# III НЕДЕЛЯ

среда

ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда                         | Химический состав пищи/калорийность |                            |        |        |                  |                       |                   |                                                      |        |        |                  |                       |
|--------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|--------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------|--------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                                            | Масса порции, гр.                   | 1 младшая группа (2-3года) |        |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подгот.группа (3-7 лет) |        |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                            |                                     | Б                          | Ж      | У      | Калорийно<br>сть |                       |                   | Б                                                    | Ж      | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша молочная яичневая                     | 150                                 | 5,4                        | 5,0    | 29,65  | 185,03           | 25,0%                 | 200               | 7,23                                                 | 6,67   | 39,54  | 246,87           | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом, сыром                  | 30/5/9                              | 4,73                       | 6,88   | 14,56  | 139,0            | 27,2%                 | 40/7/14           | 6,68                                                 | 8,45   | 19,39  | 180,0            | 26,2%                 |
|                          | Кофейный напиток с молоком                 | 180                                 | 2,85                       | 2,41   | 14,36  | 91,0             |                       | 200               | 3,16                                                 | 2,67   | 15,95  | 101,0            |                       |
| 2 завтрак                | Итого завтрак                              |                                     | 12,98                      | 14,29  | 58,57  | 415,03           |                       |                   | 17,07                                                | 17,79  | 74,88  | 527,87           |                       |
|                          | Яблоко                                     | 75                                  | 0,18                       | 0,3    | 9,09   | 37,8             |                       | 100               | 0,4                                                  | 0,4    | 9,8    | 47,0             | 5/ 2,2%               |
|                          | Помидор порционный                         | 45                                  | 0,36                       | 0,05   | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                 | 0,06   | 1,5    | 8,4              | 35,0%                 |
| Обед                     | Рассольник со сметаной                     | 150                                 | 1,26                       | 3,07   | 9,95   | 72,45            | 39,4%                 | 200               | 1,68                                                 | 4,09   | 13,27  | 96,6             | 32,8%                 |
|                          | Рыба тушёная с овощами, картофельное пюре  | 60/120                              | 8,19                       | 6,73   | 17,89  | 164,8            |                       | 80/150            | 10,72                                                | 8,62   | 22,64  | 211,26           |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский                           | 40                                  | 3,5                        | 0,55   | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                  | 0,55   | 23,75  | 114,0            |                       |
| Полдник                  | Компот из сухофруктов                      | 150                                 | 0,09                       | 0      | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                 | 0      | 13,27  | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                                 |                                     | 13,4                       | 10,4   | 62,72  | 398,55           |                       |                   | 16,59                                                | 13,32  | 74,43  | 485,4            |                       |
|                          | Кефир                                      | 150                                 | 4,5                        | 4,8    | 6,0    | 88,5             | 35,00%                | 180               | 5,4                                                  | 6,3    | 7,2    | 106,2            | 15,0%                 |
| Ужин                     | Пряники                                    | 30                                  | 1,77                       | 1,41   | 22,5   | 109,8            |                       | 45                | 2,66                                                 | 2,12   | 33,75  | 164,7            | 13,0%                 |
|                          | Итого полдник                              |                                     | 6,27                       | 6,21   | 28,5   | 198,3            |                       |                   | 8,06                                                 | 8,42   | 40,95  | 270,9            |                       |
|                          | Пирожок с рисом, яйцом, помидор порционный | 150/60                              | 50,68                      | 85,8   | 250,25 | 524,6            | 50,0%                 | 150/60            | 50,68                                                | 85,8   | 250,25 | 524,6            | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                              | 150                                 | 0,06                       | 0,01   | 7,1    | 29,0             | 18,5%                 | 200               | 0,09                                                 | 0,01   | 9,47   | 38,67            | 25,8%                 |
|                          | Итого ужин                                 |                                     | 50,74                      | 85,81  | 257,35 | 553,6            |                       |                   | 50,77                                                | 85,81  | 259,72 | 563,27           |                       |
|                          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                              |                                     | 83,57                      | 117,01 | 416,23 | 1603,28          |                       |                   | 92,89                                                | 125,74 | 459,78 | 1894,44          |                       |

III НЕДЕЛЯ

четверг

ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда                  | Химический состав пищи/калорийность |                            |       |        |                  |                       |                  |        |       |       |                  |                       |
|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|------------------|--------|-------|-------|------------------|-----------------------|
|                          |                                     | Масса порции, гр.                   | 1 младшая группа (2-3года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса блюда, гр. | 3-7лет |       |       |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                     |                                     | Б                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                  | Б      | Ж     | У     | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша молочная геркулесовая          | 150                                 | 3,8                        | 5,33  | 23,67  | 158,0            | 25,0%                 | 200              | 5,06   | 7,11  | 31,56 | 210,0            | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом                  | 30/5                                | 2,45                       | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 22,9%                 | 40/7             | 2,87   | 6,68  | 18,59 | 150,32           | 23,5%                 |
|                          | Какао с молоком                     | 180                                 | 3,67                       | 3,19  | 15,82  | 107,0            |                       | 200              | 4,07   | 3,54  | 17,57 | 119,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                       |                                     |                            | 9,92  | 16,07  | 54,11            | 401,0                 |                  | 12,0   | 17,33 | 67,72 | 479,32           |                       |
| 2 завтрак                | Груша                               | 100                                 | 0,4                        | 0,3   | 10,3   | 47,0             |                       | 100              | 0,4    | 0,3   | 10,3  | 47,0             | 5/ 4,8%               |
| Обед                     | Салат из капусты                    | 45                                  | 0,72                       | 4,5   | 1,61   | 49,77            | 35,0%                 | 60               | 0,96   | 6,0   | 2,15  | 66,36            | 35,0%                 |
|                          | Свекольник со сметаной              | 150                                 | 7,46                       | 6,15  | 5,87   | 109,0            | 30,2%                 | 200              | 9,98   | 8,11  | 8,04  | 145,0            |                       |
|                          | Гуляш из курицы, гречка рассыпчатая | 60/120                              | 18,53                      | 16,55 | 24,68  | 321,76           |                       | 80/150           | 24,73  | 22,45 | 32,82 | 432,45           | 30,1%                 |
|                          | Хлеб Гвардейский                    | 40                                  | 3,5                        | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50               | 3,6    | 0,55  | 23,75 | 114,0            |                       |
| Полдник                  | Компот из сухофруктов               | 150                                 | 0,09                       | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200              | 0,11   | 0     | 13,27 | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                          |                                     | 30,3                       | 27,75 | 65,91  | 635,53           |                       |                  | 39,38  | 37,11 | 80,03 | 812,69           |                       |
|                          | Ряженка                             | 150                                 | 4,5                        | 5,25  | 6,3    | 90               | 15,00%                | 180              | 5,4    | 6,3   | 7,56  | 108,0            | 15,0%                 |
|                          | Печенье                             | 15                                  | 1,16                       | 0,2   | 7,43   | 68,7             | 8,8%                  | 20               | 1,92   | 0,3   | 10,23 | 91,6             | 19,6%                 |
| Ужин                     | Итого полдник                       |                                     | 5,66                       | 5,45  | 13,73  | 158,7            |                       |                  | 7,32   | 6,6   | 17,79 | 199,6            |                       |
|                          | Запеканка из творога с соусом       | 170                                 | 18,65                      | 14,19 | 29,35  | 317,63           | 20,0%                 | 200              | 23,07  | 17,17 | 35,03 | 386,75           | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                       | 150                                 | 0,06                       | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 17,1%                 | 200              | 0,09   | 0,01  | 9,47  | 38,67            | 22,0%                 |
|                          | Батон Петровский                    | 20                                  | 1,7                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       | 30               | 2,55   | 0,66  | 17,46 | 86,1             |                       |
|                          | Итого ужин                          |                                     | 20,41                      | 14,64 | 48,09  | 404,03           |                       |                  | 25,71  | 17,84 | 61,96 | 511,52           |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                                     |                                     | 66,69                      | 64,21 | 192,14 | 1646,26          |                       |                  | 84,81  | 79,18 | 237,8 | 2050,13          |                       |

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда                | Химический состав пищи/калорийность |                             |       |        |                    |                       |                   |                                                           |       |       |                    |                       |
|--------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|-------|--------|--------------------|-----------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------|-------|-------|--------------------|-----------------------|
|                          |                                   | Масса порции, гр.                   | 1 младшая группа (2-3 года) |       |        |                    | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготовит. группа (3-7 лет) |       |       |                    | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                   |                                     | Б                           | Ж     | У      | Калорийный<br>остъ |                       |                   | Б                                                         | Ж     | У     | Калорийный<br>остъ |                       |
| завтрак                  | Каша молочная пшѐнная             | 150                                 | 4,0                         | 4,56  | 27,49  | 167,0              | 25,0%                 | 200               | 5,33                                                      | 6,07  | 36,65 | 222,0              | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом                | 30/5                                | 2,45                        | 7,55  | 14,62  | 136,0              | 27,2%                 | 40/7              | 2,87                                                      | 6,68  | 18,59 | 150,32             | 27,7%                 |
|                          | Какао с молоком                   | 180                                 | 3,67                        | 3,19  | 15,82  | 107,0              |                       | 200               | 4,07                                                      | 3,54  | 17,57 | 119,0              |                       |
|                          | Итого завтрак                     |                                     |                             | 10,12 | 15,3   | 57,93              | 410,0                 |                   | 12,27                                                     | 16,29 | 72,81 | 491,32             |                       |
| 2 завтрак                | Сок фруктовый                     | 100                                 | 0,67                        | 0,15  | 6,07   | 30,0               | 5/ 1,7%               | 100               | 0,67                                                      | 0,15  | 6,07  | 30,0               | 5/ 1,9%               |
| Обед                     | Салат из зеленого горошка         | 45                                  | 1,34                        | 2,34  | 2,81   | 37,62              | 35,00%                | 60                | 1,78                                                      | 3,11  | 3,75  | 50,16              | 35,0%                 |
|                          | Щи из свежей капусты с картофелем | 150                                 | 1,04                        | 2,92  | 5,07   | 50,6               | 39,4%                 | 200               | 1,39                                                      | 3,91  | 6,79  | 67,8               | 34,1%                 |
|                          | Плов с мясом                      | 160                                 | 16,59                       | 5,81  | 26,76  | 226,0              |                       | 210               | 22,26                                                     | 7,73  | 35,69 | 301,0              |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский                  | 40                                  | 3,5                         | 0,55  | 23,45  | 113,0              |                       | 50                | 3,6                                                       | 0,55  | 23,75 | 114,0              |                       |
|                          | Компот из сухофруктов             | 150                                 | 0,09                        | 0     | 10,3   | 42,0               |                       | 200               | 0,11                                                      | 0     | 13,27 | 54,88              |                       |
| Полдник                  | Итого обед                        |                                     | 22,56                       | 11,62 | 68,39  | 469,22             |                       |                   | 29,14                                                     | 15,3  | 83,25 | 520,04             |                       |
|                          | Молоко                            | 150                                 | 4,58                        | 3,75  | 7,05   | 79,5               |                       | 200               | 9,16                                                      | 7,5   | 14,1  | 106,0              | 15,0%                 |
|                          | Батон Петровский                  | 15                                  | 1,275                       | 0,33  | 8,73   | 43,05              |                       | 20                | 1,7                                                       | 0,44  | 11,64 | 57,4               | 19,7                  |
|                          | Итого полдник                     |                                     | 5,86                        | 4,08  | 15,78  | 122,55             |                       |                   | 10,86                                                     | 7,94  | 25,74 | 163,4              |                       |
| Ужин                     | Запеканка творожная с повидлом    | 120/30                              | 17,68                       | 11,93 | 22,72  | 268,8              | 20,0%                 | 150/30            | 22,1                                                      | 14,91 | 28,4  | 336,0              | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                     | 150                                 | 0,06                        | 0,01  | 7,1    | 29,0               | 17,1%                 | 200               | 0,09                                                      | 0,01  | 9,47  | 38,67              | 16,6%                 |
|                          | Батон Петровский                  | 20                                  | 1,7                         | 0,44  | 11,64  | 57,4               |                       | 30                | 2,55                                                      | 0,66  | 17,46 | 86,1               |                       |
|                          | Итого ужин                        |                                     | 19,44                       | 12,38 | 41,46  | 355,2              |                       |                   | 24,74                                                     | 15,58 | 55,33 | 460,77             |                       |
|                          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                     |                                     | 58,65                       | 43,53 | 189,63 | 1386,97            |                       |                   | 77,68                                                     | 55,26 | 243,2 | 1665,51            |                       |

| Наименование приёма пищи | Наименование блюда                               | Химический состав пищи/калорийность |                            |       |        |              |                       |                   |                                                         |       |        |              |                       |
|--------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------|--------|--------------|-----------------------|-------------------|---------------------------------------------------------|-------|--------|--------------|-----------------------|
|                          |                                                  | Масса порции, гр.                   | 1 младшая группа (2-3года) |       |        |              | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготов. группа (3-7 лет) |       |        |              | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                                  |                                     | Б                          | Ж     | У      | Калорийность |                       |                   | Б                                                       | Ж     | У      | Калорийность |                       |
| завтрак                  | Каша молочная пшеничная                          | 150                                 | 3,83                       | 3,83  | 28,07  | 162,0        | 25,00%                | 200               | 5,1                                                     | 5,1   | 37,43  | 216,0        | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом, сыром                        | 30/5/9                              | 4,73                       | 6,88  | 14,56  | 139,0        | 27,0%                 | 40/7/14           | 6,68                                                    | 8,45  | 19,39  | 180,0        | 26,4%                 |
|                          | Кофейный напиток с молоком                       | 180                                 | 2,85                       | 2,41  | 14,36  | 91,0         |                       | 200               | 3,16                                                    | 2,67  | 15,95  | 101,0        |                       |
|                          | Итого завтрак                                    |                                     | 11,41                      | 13,12 | 56,99  | 392,0        |                       |                   | 14,94                                                   | 16,22 | 72,77  | 496,0        |                       |
| 2 завтрак                | Банан                                            | 100                                 | 1,5                        | 0,5   | 2,1    | 96,0         |                       | 100               | 1,5                                                     | 0,5   | 2,1    | 96,0         | 5/ 1,9%               |
| Обед                     | Салат из свёклы                                  | 45                                  | 0,64                       | 2,74  | 3,77   | 42,3         | 35,00%                | 60                | 0,85                                                    | 3,65  | 5,01   | 56,23        | 35,0%                 |
|                          | Суп- уха                                         | 150                                 | 10,57                      | 3,29  | 5,36   | 92,99        | 39,4%                 | 200               | 13,21                                                   | 4,11  | 6,7    | 116,24       | 31,7%                 |
|                          | Запеканка картофельная с мясом, сметанным соусом | 170                                 | 13,31                      | 11,59 | 29,07  | 274,04       |                       | 210               | 16,34                                                   | 13,97 | 35,49  | 333,29       |                       |
|                          | Хлеб Гвардейский                                 | 40                                  | 3,5                        | 0,55  | 23,45  | 113,0        |                       | 50                | 3,6                                                     | 0,55  | 23,75  | 114,0        |                       |
| Полдник                  | Компот из сухофруктов                            | 150                                 | 0,09                       | 0     | 10,3   | 42,0         |                       | 200               | 0,11                                                    | 0     | 13,27  | 54,88        |                       |
|                          | Итого обед                                       |                                     | 28,11                      | 18,17 | 71,95  | 564,33       |                       |                   | 34,11                                                   | 22,28 | 84,22  | 674,64       |                       |
|                          | Ацидолакт                                        | 150                                 | 3,9                        | 5,25  | 16,5   | 127,5        | 15,0%                 | 180               | 4,68                                                    | 6,3   | 19,8   | 153,0        | 15,0%                 |
|                          | Батон Петровский                                 | 15                                  | 1,275                      | 0,33  | 8,73   | 43,05        | 21,1%                 | 20                | 1,7                                                     | 0,44  | 11,64  | 57,4         | 14,7%                 |
| Ужин                     | Итого полдник                                    |                                     | 5,18                       | 5,58  | 25,23  | 170,55       |                       |                   | 6,38                                                    | 6,74  | 31,44  | 210,4        |                       |
|                          | Горошница, яйцо отварное                         | 1шт./120                            | 42,12                      | 7,4   | 15,32  | 199,0        |                       | 1шт./150          | 51,38                                                   | 8,1   | 19,08  | 233,0        | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                                    | 150                                 | 0,06                       | 0,01  | 7,1    | 29,0         |                       | 200               | 0,09                                                    | 0,01  | 9,47   | 38,67        | 25,4%                 |
|                          | Батон Петровский                                 | 15                                  | 1,275                      | 0,33  | 8,73   | 43,05        |                       | 20                | 1,7                                                     | 0,44  | 11,64  | 57,4         |                       |
|                          | Итого ужин                                       |                                     | 43,46                      | 7,83  | 31,15  | 271,05       |                       |                   | 53,17                                                   | 8,55  | 40,19  | 329,07       |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                                                  |                                     | 89,66                      | 45,2  | 187,42 | 1493,93      |                       |                   | 110,1                                                   | 54,29 | 230,72 | 1806,11      |                       |



| Наименование<br>приёма<br>пищи | Наименование<br>блюда       | Химический состав пищи/калорийность |                            |       |        |                  |                              |                         |                                                         |       |        |                  |                              |
|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------|--------|------------------|------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|------------------------------|
|                                |                             | Масса<br>порции,<br>гр.             | 1 младшая группа (2-3года) |       |        |                  | % соотнош.<br>норма/<br>факт | Масса<br>порции,<br>гр. | 2 младшая, средняя, старшая,<br>подгот.группа (3-7 лет) |       |        |                  | % соотнош.<br>норма/<br>факт |
|                                |                             |                                     | Б                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                              |                         | Б                                                       | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                              |
|                                |                             |                                     |                            |       |        |                  |                              |                         |                                                         |       |        |                  |                              |
| завтрак                        | Каша геркулесовая молочная  | 150                                 | 3,8                        | 5,33  | 23,67  | 158,0            | 25,0%                        | 200                     | 5,06                                                    | 7,11  | 31,56  | 210,0            | 25,0%                        |
|                                | Бутерброд с маслом          | 30/5                                | 2,45                       | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 22,9%                        | 40/10                   | 2,87                                                    | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 26,4%                        |
|                                | Кофейный напиток с молоком  | 180                                 | 2,85                       | 2,41  | 14,36  | 91,0             |                              | 200                     | 3,16                                                    | 2,67  | 15,95  | 101,0            |                              |
|                                | Итого завтрак               |                                     | 9,1                        | 15,29 | 52,65  | 385,0            |                              |                         | 11,09                                                   | 16,46 | 66,1   | 461,32           |                              |
| 2 завтрак                      | Груша                       | 100                                 | 0,4                        | 0,3   | 10,3   | 47,0             |                              | 100                     | 0,4                                                     | 0,3   | 10,3   | 47,0             | 51,9%                        |
|                                | Огурчик порционный          | 45                                  | 0,36                       | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                       | 60                      | 0,48                                                    | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,0%                        |
|                                | Суп картофельный с клёцками | 150                                 | 1,25                       | 2,00  | 7,25   | 52,09            | 39,4%                        | 200                     | 1,68                                                    | 2,69  | 9,71   | 69,8             |                              |
|                                | Капуста тушёная с курицей   | 190                                 | 12,3                       | 11,7  | 14,1   | 210,5            |                              | 246                     | 15,5                                                    | 18,2  | 18,8   | 266,0            |                              |
| Обед                           | Хлеб Гвардейский            | 40                                  | 3,5                        | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                              | 50                      | 3,6                                                     | 0,55  | 23,75  | 114,0            | 32,2%                        |
|                                | Компот из сухофруктов       | 150                                 | 0,09                       | 0     | 10,3   | 42,0             |                              | 200                     | 0,11                                                    | 0     | 13,27  | 54,88            |                              |
|                                | Итого обед                  |                                     | 17,5                       | 14,3  | 56,23  | 423,89           |                              |                         | 21,37                                                   | 21,5  | 67,03  | 513,08           |                              |
|                                | Сок фруктовый               | 150                                 | 1,05                       | 0,15  | 19,8   | 90,0             | 5/1,8                        | 200                     | 1,4                                                     | 0,2   | 26,4   | 120,0            | 15,0%                        |
| Полдник                        | Печенье                     | 15                                  | 1,16                       | 0,2   | 7,43   | 68,7             | %2                           | 20                      | 1,92                                                    | 0,3   | 10,23  | 91,6             | 21,9%                        |
|                                | Итого полдник               |                                     | 2,21                       | 0,35  | 27,23  | 158,7            |                              |                         | 3,32                                                    | 0,5   | 36,63  | 211,6            |                              |
|                                | Омлет, салат из свёклы      | 65/60                               | 6,58                       | 14,69 | 6,11   | 132,01           | 20,0%                        | 85/60                   | 8,37                                                    | 17,11 | 6,52   | 213,23           | 20,0%                        |
|                                | Чай с лимоном               | 150                                 | 0,06                       | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 18,5%                        | 200                     | 0,09                                                    | 0,01  | 9,47   | 38,67            |                              |
| Ужин                           | Батон Петровский            | 20                                  | 1,7                        | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                              | 30                      | 2,55                                                    | 0,66  | 17,46  | 86,1             | 17,6%                        |
|                                | Итого ужин                  |                                     | 8,34                       | 14,14 | 24,85  | 218,41           |                              |                         | 11,01                                                   | 17,78 | 33,45  | 338,0            |                              |
|                                | Итого за день               |                                     | 37,55                      | 44,38 | 171,56 | 1233,0           |                              |                         | 47,19                                                   | 56,54 | 213,51 | 1571,0           |                              |

| Наименование приема пищи | Наименование блюда                | Химический состав пищи/калорийность |                            |       |        |                  |                       |                   |                                                        |       |        |                  |                       |
|--------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|--------------------------------------------------------|-------|--------|------------------|-----------------------|
|                          |                                   | Масса порции, гр.                   | 1 младшая группа (2-3года) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт | Масса порции, гр. | 2 младшая, средняя, старшая, подготов.группа (3-7 лет) |       |        |                  | % соотнош. норма/факт |
|                          |                                   |                                     | Б                          | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |                   | Б                                                      | Ж     | У      | Калорийн<br>ость |                       |
| завтрак                  | Каша ячневая молочная             | 150                                 | 5,4                        | 5,0   | 29,65  | 185,03           | 25,0%                 | 200               | 7,23                                                   | 6,67  | 39,54  | 246,87           | 25,0%                 |
|                          | Бутерброд с маслом                | 30/5                                | 2,45                       | 7,55  | 14,62  | 136,0            | 27,2%                 | 40/7              | 2,87                                                   | 6,68  | 18,59  | 150,32           | 26,4%                 |
|                          | Какао с молоком                   | 180                                 | 3,67                       | 3,19  | 15,82  | 107,0            |                       | 200               | 4,07                                                   | 3,54  | 17,57  | 119,0            |                       |
|                          | Итого завтрак                     |                                     | 11,52                      | 15,74 | 59,99  | 428,03           |                       |                   | 14,17                                                  | 16,89 | 75,7   | 516,19           |                       |
| 2 завтрак                | Сок фруктовый                     | 100                                 | 0,67                       | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/1,9%                | 100               | 0,67                                                   | 0,15  | 6,07   | 30,0             | 5/1,9%                |
| Обед                     | Огурчик порционный                | 45                                  | 0,36                       | 0,05  | 1,13   | 6,3              | 35,00%                | 60                | 0,48                                                   | 0,06  | 1,5    | 8,4              | 35,0%                 |
|                          | Свекольник со сметаной            | 150                                 | 7,46                       | 6,15  | 5,87   | 109,0            | 39,4%                 | 200               | 9,98                                                   | 8,11  | 8,04   | 145,0            |                       |
|                          | Шницель рыбный, картофельное пюре | 60/120                              | 11,43                      | 6,52  | 22,19  | 192,8            |                       | 80/150            | 15,14                                                  | 8,72  | 28,65  | 253,25           | 32,2%                 |
|                          | Хлеб Гвардейский                  | 40                                  | 3,5                        | 0,55  | 23,45  | 113,0            |                       | 50                | 3,6                                                    | 0,55  | 23,75  | 114,0            |                       |
| Полдник                  | Компот из сухофруктов             | 150                                 | 0,09                       | 0     | 10,3   | 42,0             |                       | 200               | 0,11                                                   | 0     | 13,27  | 54,88            |                       |
|                          | Итого обед                        |                                     | 22,84                      | 13,27 | 62,94  | 463,1            |                       |                   | 29,11                                                  | 17,44 | 75,27  | 575,53           |                       |
|                          | Кефир                             | 150                                 | 4,5                        | 4,8   | 6,0    | 88,5             | 35,00%                | 180               | 5,4                                                    | 6,3   | 7,2    | 106,2            | 15,0%                 |
|                          | Бутерброд с повидлом              | 23                                  | 2,51                       | 3,93  | 28,88  | 156,0            |                       | 30                | 2,49                                                   | 3,93  | 27,56  | 161,0            | 21,9%                 |
| Ужин                     | Итого полдник                     |                                     | 7,01                       | 8,73  | 34,88  | 244,5            |                       |                   | 7,89                                                   | 10,23 | 34,76  | 367,2            |                       |
|                          | Макароны отварные с сыром         | 150                                 | 9,29                       | 10,01 | 22,71  | 218,0            | 20,0%                 | 200               | 11,17                                                  | 10,28 | 31,78  | 264,0            | 20,0%                 |
|                          | Чай с лимоном                     | 150                                 | 0,06                       | 0,01  | 7,1    | 29,0             | 18,5%                 | 200               | 0,09                                                   | 0,01  | 9,47   | 38,67            | 17,6%                 |
|                          | Батон Петровский                  | 15                                  | 1,275                      | 0,33  | 8,73   | 43,05            |                       | 20                | 1,7                                                    | 0,44  | 11,64  | 57,4             |                       |
| Итого ужин               |                                   |                                     | 10,63                      | 10,34 | 38,54  | 290,05           |                       |                   | 12,96                                                  | 10,73 | 52,89  | 360,07           |                       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ            |                                   |                                     | 52,67                      | 48,23 | 202,42 | 1455,68          |                       |                   | 64,8                                                   | 55,44 | 241,69 | 1848,99          |                       |