

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«ЦРР-детский сад № 59»
И.А.Михеенко
«30» 05 2024г.
детский сад
№ 59*



Примерное 20-дневное меню

Для организации питания воспитанников возрастной категории от 1 до 3 лет
в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Центр развития ребенка – детский сад №59»
с 12 – часовым пребыванием
(сезон лето-осень)

Северск – 2024

Неделя:1

День: понедельник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет.

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из ячневой крупы с маслом | 150/3 | 5,10 | 5,8 | 30,00 | 196 | 0,10 | | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 20/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | |
| | Итого | | 6,99 | 9,55 | 49,06 | 309 | 0,12 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 399г/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | | |
| | Пюре фруктовое (яблоко) | 70 | 0,00 | 0,00 | 7,7 | 31 | 0,00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 93/04 | Икра кабачковая | 30 | 0,36 | 1,41 | 2,31 | 23 | 2,88 | | | |
| 76/11 | Рассольник «Ленинградский» с птицей и сметаной | 150/6/5 | 1,26 | 3,07 | 9,96 | 72 | 4,53 | | | |
| 305/11 | Котлеты, рубленые из птицы | 50 | 7,86 | 8,04 | 8,31 | 137 | 0,42 | | | |
| 350/11 | Соус молочный (для подачи к блюду) | 15 | 0,31 | 0,79 | 1,06 | 13 | 0,05 | | | |
| 316/11 | Рис припущенный | 110 | 2,67 | 3,15 | 26,88 | 146 | 0,00 | | | |
| 376/11 | Компот из изюма | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб Дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 15,69 | 16,78 | 88,14 | 566 | 8,18 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 237/11 | Запеканка из творога | 100 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247 | 0,24 | | | |
| 490/13 | Молоко сгущенное | 15 | 1,08 | 1,28 | 8,33 | 49 | 0,15 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 4356/06 | Молоко 2,5 % | 150 | 3,75 | 4,5 | 7,05 | 79 | 1,95 | | | |
| 469/11 | Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 180 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 27,21 | 24,16 | 67,44 | 593 | 2,34 | | | |
| | Всего | | 50,14 | 50,49 | 217,39 | 1520 | 13,98 | | | |

Неделя: 1

День: вторник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецеп-туры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным | 150/3 | 5,40 | 6,90 | 28,40 | 196 | 1,3 | | | |
| 14,27 | Батон с маслом сливочным и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | |
| 395/11 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,81 | 2,39 | 12,76 | 84 | 1,17 | | | |
| | Итого | | 11,09 | 14,09 | 51,83 | 373 | 2,58 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 398/11 | Напиток из плодов шиповника | 50 | 0,17 | 0,07 | 4,74 | 20 | 25 | | | |
| 368г/11 | Фрукты свежие (банан) | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 67 | 7,0 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидоры свежие | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 | 7,5 | | | |
| 81/11 | Суп картофельный с горохом и мясом | 150/6 | 4,99 | 3,21 | 11,30 | 87 | 3,49 | | | |
| 269 | Котлета (особые) | 50 | 9,78 | 5,94 | 5,63 | 114 | 0,0 | | | |
| 317/11 | Макаронные изделия отварные | 110 | 4,14 | 6,94 | 19,46 | 156 | 0,00 | | | |
| 5/11 | Соус молочный с овощами | 15 | 0,27 | 0,62 | 0,96 | 10 | 0,11 | | | |
| 372.1 | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73 | 3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 22,53 | 17,19 | 75,2 | 537 | 14,1 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 321/11 | Пюре картофельное | 110 | 2,29 | 7,15 | 15,06 | 134 | 13,31 | | | |
| | Огурец солёный | 25 | 0,10 | 0,075 | 1,15 | 5 | 0,078 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | |
| | Итого | | 3,64 | 7,31 | 32,55 | 211 | 13,41 | | | |
| | Всего | | 38,48 | 39,01 | 179,02 | 1208 | 62,09 | | | |

Неделя: 1

День: среда

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 66/07 | Каша из пшена и риса жидкая молочная «Дружба» с маслом | 150 | 4,74 | 7,64 | 19,8 | 167 | 0,68 | | | |
| 3 | Батон с повидлом | 20/10 | 1,8 | 0,1 | 16,7 | 68 | 0,00 | | | |
| 397/11 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 1,43 | | | |
| | Итого | | 10,21 | 10,93 | 52,32 | 342 | 2,11 | | | |
| Второй полдник 10 ч | | | | | | | | | | |
| 388/07 | Напиток из смеси сухофруктов | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | |
| | Пюре фруктовое (яблоко – груша – слива) | 70 | 0,00 | 0,00 | 8,4 | 34 | 0,00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 245 | Кукуруза консервированная (отварная) | 30 | 0,67 | 0,49 | 3,37 | 21 | 1,44 | | | |
| 62 | Борщ с мясом и сметаной | 150 | 5,94 | 4,37 | 8,24 | 96 | 9,38 | | | |
| 35/8 | Суфле из печени | 60 | 12,12 | 4,13 | 1,66 | 92 | 2,65 | | | |
| 171/07 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5,76 | 3,85 | 30,36 | 179 | 0,00 | | | |
| 116/07 | Соус томатный с маслом сливочным | 15 | 0,19 | 0,45 | 1,47 | 11 | 0,33 | | | |
| 376/11 | Компот из сушеных яблок | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 27,91 | 13,60 | 84,72 | 574 | 14,1 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 215/11 | Омлет натуральный с маслом | 80/3 | 8,31 | 14,35 | 1,55 | 168 | 0,072 | | | |
| 97 | Сосиска отварная | 50 | 7,84 | 10,78 | 0,06 | 120 | 21 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 376/11 | Компот из изюма | 180 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | |
| | Итого | | 17,68 | 25,22 | 30,38 | 411 | 21,37 | | | |
| | Всего | | 51,81 | 49,75 | 178,55 | 1378 | 37,66 | | | |

Неделя: 1

День: четверг

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | |
|-------------|---|--------------|----------------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | |
| 170/12 | Каша пшеничная молочная с сахаром, с маслом | 155/5 | 6,41 | 8,32 | 29,02 | 234 | 2,61 | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 30/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | |
| 393/11 | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,0 | 48 | 1,65 | | |
| | Итого | | 8,38 | 12,05 | 51,69 | 361 | 4,26 | | |
| | | | Второй завтрак 10 ч | | | | | | |
| | Пюре фруктовое (яблоко) | 70 | 0,00 | 0,00 | 7,7 | 31 | 0,00 | | |
| 399г/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | |
| | | | Обед | | | | | | |
| 70 | Огурцы свежие | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4 | 3,0 | | |
| 77/11 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150/20 | 3,76 | 2,06 | 9,03 | 87 | 0,19 | | |
| 16/7 | Рулет из рыбы (горбуша) | 50 | 7,98 | 4,88 | 4,66 | 94 | 1,33 | | |
| 321/11 | Пюре картофельное | 110 | 2,29 | 7,15 | 15,06 | 134 | 13,31 | | |
| 4/11 | Соус сметано - томатный | 15 | 0,32 | 1,26 | 0,69 | 16 | 0,35 | | |
| 382 | Кисель из сока | 150 | 0,24 | 0,00 | 28,38 | 114 | 0,9 | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | |
| | Итого | | 17,73 | 15,68 | 77,37 | 539 | 19,08 | | |
| | | | Уплотненный полдник | | | | | | |
| 206/11 | Макароны отварные с сыром | 120 | 6,19 | 6,67 | 15,14 | 146 | 0,09 | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,6 | 0,1 | 10,6 | 50 | 0,00 | | |
| 8/12 | Булочка сдоба | 50 | 4,42 | 3,25 | 27,0 | 157 | 0,08 | | |
| | Снежок 2,5% | 150 | 4,05 | 3,75 | 16,2 | 119 | 1,35 | | |
| | Итого | | 16,26 | 13,77 | 68,94 | 472 | 1,52 | | |
| | | | | | | | | | |
| | Всего | | 42,62 | 46,81 | 210,75 | 1424 | 25,86 | | |

Неделя: 1

День: пятница

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | |
|----------------------------|---|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 173/12 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150/3 | 6,03 | 5,13 | 29,38 | 188 | 1,17 | | | | |
| 14,27 | Батон маслом сливочным и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | | |
| 394/11 | Чай с молоком | 180 | 3,19 | 2,79 | 16,57 | 92 | 1,4 | | | | |
| | Итого | | 12,1 | 12,72 | 56,62 | 373 | 2,68 | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | |
| 388 | Напиток из сухофруктов | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | | |
| 368г/11 | Фрукты свежие (банан) | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 67 | 7,0 | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 4/07 | Горошек зеленый консервированный (отварной) | 30 | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12 | 3 | | | | |
| 80/1 | Суп с томатом, яйцом, мясом и сметаной | 150/6/3 | 4,37 | 4,56 | 5,92 | 82 | 3,19 | | | | |
| 308/11 | Фрикадельки из птицы | 50 | 7,35 | 6,57 | 4,88 | 108 | 0,24 | | | | |
| 336/11 | Капуста свежая тушеная | 110 | 2,33 | 7,19 | 10,44 | 116 | 18,87 | | | | |
| 376/11 | Компот из яблок сушеных | 150 | 0,23 | 0,00 | 13,8 | 53 | 37,6 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | |
| | Итого | | 18,11 | 18,68 | 55,79 | 461 | 62,9 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | |
| 22/2 | Суп молочный с крупой с маслом | 180/5 | 4,24 | 8,06 | 15,1 | 150 | 1,17 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | | |
| 411 | Хачапури | 50 | 4,5 | 7,27 | 11,0 | 124 | 0,0 | | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | | |
| | Итого | | 9,99 | 15,42 | 42,44 | 346 | 3,5 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 41,26 | 47,17 | 172,28 | 1264 | 76,15 | | | | |

Неделя: 2

День: понедельник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|---|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 183/07 | Каша молочная из гречневой крупы с маслом | 150/3 | 4,73 | 6,46 | 28,13 | 189 | 1,3 | | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 20/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/8 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | |
| | Итого | | 6,62 | 10,21 | 47,19 | 302 | 1,32 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 399г/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | | |
| | Пюре фруктовое (яблоко) | 70 | 0,00 | 0,00 | 7,7 | 31 | 0,00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 93/04 | Икра кабачковая | 30 | 0,36 | 1,41 | 2,31 | 23 | 2,88 | | | |
| 99/07 | Суп из овощей, птиц, сметаной | 150/6/5 | 2,84 | 3,8 | 9 | 74 | 6,7 | | | |
| 306/11 | Биточки рубленые из птицы | 50 | 7,41 | 7,72 | 4,96 | 119 | 0,25 | | | |
| 316/11 | Рис припущенный | 110 | 2,72 | 6,78 | 26,95 | 179 | 0,00 | | | |
| 350/11 | Соус молочный (для подачи к блюду) | 15 | 0,31 | 0,79 | 1,06 | 13 | 0,05 | | | |
| 3/10 | Компот из яблок | 150 | 0,18 | 0,00 | 15,86 | 64 | 1,46 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 16,72 | 20,8 | 78,94 | 562 | 11,34 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 97 | Ватрушка королевская (с творогом) | 100 | 11,57 | 14,91 | 24,0 | 276 | 0,27 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 4356/06 | Молоко 2,5 % | 150 | 3,75 | 4,5 | 7,05 | 79 | 1,95 | | | |
| | Итого | | 16,52 | 19,49 | 39,0 | 393 | 2,22 | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 40,13 | 50,5 | 177,88 | 1309 | 15,88 | | | |

Неделя:2

День: вторник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из кукурузной крупы с маслом | 150/3 | 5,3 | 5,78 | 29,5 | 191 | 0,40 | | | |
| 14,27 | Батон с маслом сливочным и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | |
| 393/11 | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,0 | 48 | 1,65 | | | |
| | Итого | | 8,31 | 10,58 | 52,17 | 332 | 2,16 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 398/11 | Напиток из плодов шиповника | 50 | 0,17 | 0,07 | 4,74 | 20 | 25 | | | |
| 368г/11 | Фрукты свежие (банан) | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 67 | 7,0 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 | 7,5 | | | |
| 80/11, 121/11 | Суп с крупой, картофелем и мясными фрикадельками | 150/10 | 2,98 | 3,53 | 8,74 | 81 | 5,00 | | | |
| 290/11 | Пудинг из говядины | 50 | 12,04 | 8,18 | 0,58 | 124 | 0,1 | | | |
| 338 | Овощи тушеные с маслом | 110/3 | 2,53 | 6,36 | 10,3 | 111 | 13,93 | | | |
| 2/10 | Кисель из сока | 150 | 0,23 | 0,00 | 13,9 | 53 | 37,5 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 21,01 | 18,43 | 53,46 | 466 | 64,03 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 206/11 | Макаронные изделия отварные с сыром | 120 | 6,19 | 6,67 | 15,14 | 146 | 0,09 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 469/11 | Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 180 | 0,00 | | | |
| | Снежок 2,5% | 150 | 4,05 | 3,75 | 16,2 | 119 | 1,35 | | | |
| | Итого | | 15,08 | 16,75 | 66,25 | 483 | 1,44 | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 45,62 | 46,18 | 191,32 | 1368 | 99,63 | | | |

Неделя: 2

День: среда

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 176/12 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 150/3 | 4,59 | 5,89 | 40,07 | 232 | 0,65 | | | |
| 3 | Батон с повидлом | 20/10 | 1,8 | 0,1 | 16,7 | 68 | 0,00 | | | |
| 397/11 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 1,43 | | | |
| | Итого | | 10,06 | 9,18 | 72,59 | 407 | 2,08 | | | |
| Второй полдник 10 ч | | | | | | | | | | |
| 388/07 | Напиток из смеси сухофруктов | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | |
| | Пюре фруктовое (яблоко – груша – слива) | 70 | 0,00 | 0,00 | 8,4 | 34 | 0,00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| | Огурец соленый | 25 | 0,10 | 0,075 | 1,15 | 5 | 0,078 | | | |
| 85/11 | Суп картофельный с клецками | 150 | 1,23 | 1,86 | 7,55 | 52 | 3,43 | | | |
| 310 | Суфле куриное | 60 | 10,47 | 7,63 | 2,02 | 118 | 0,48 | | | |
| 321/11 | Картофельное пюре | 110 | 2,29 | 7,15 | 15,06 | 134 | 13,31 | | | |
| 354/11 | Соус сметанный | 15 | 0,21 | 0,75 | 0,88 | 11 | 0,006 | | | |
| 372.1 | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73 | 3,0 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 17,32 | 17,88 | 63,37 | 483 | 20,46 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 216/11 | Омлет с маслом | 80/3 | 8,58 | 18,02 | 1,36 | 202 | 0,16 | | | |
| 245 | Кукуруза консервированная | 30 | 0,67 | 0,49 | 3,37 | 21 | 1,44 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 496/11 | Коржик молочный | 50 | 4,34 | 7,50 | 31,0 | 188 | 0,03 | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/8 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | |
| | Итого | | 14,84 | 26,10 | 52,07 | 483 | 1,64 | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 42,24 | 53,16 | 199,16 | 1424 | 24,10 | | | |

Неделя: 2

День: четверг

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|---|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 171 | Суп молочный с макаронными изделиями с маслом | 180/5 | 5,18 | 8,36 | 17,17 | 168 | 0,83 | | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 20/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | | |
| 394/11 | Чай с молоком | 150 | 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77 | 1,19 | | | |
| | Итого | | 9,67 | 14,42 | 39,15 | 324 | 2,02 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 399/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | | |
| | Пюре фруктовое (яблоко) | 70 | 0,00 | 0,00 | 7,7 | 31 | 0,00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 70 | Огурец свежий | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4 | 3,0 | | | |
| 75/11 | Рассольник «Домашний» с птицей, сметаной | 150/6/5 | 1,24 | 3,06 | 8,87 | 68 | 7,08 | | | |
| 255/11 | Котлеты рыбные запеченные | 50 | 6,68 | 2,35 | 4,99 | 68 | 0,22 | | | |
| 316 | Рис припущенный | 100 | 2,53 | 2,89 | 26,47 | 142 | 0,00 | | | |
| 356/11 | Соус сметанный с луком | 15 | 0,24 | 0,88 | 1,06 | 13 | 0,19 | | | |
| 376/11 | Компот из изюма | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 14,16 | 9,52 | 81,76 | 470 | 10,79 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из ячневой крупы с маслом | 150/3 | 5,10 | 5,8 | 30,0 | 196 | 0,1 | | | |
| 458.2 | Ватрушка с творогом | 50 | 7,02 | 6,0 | 23,42 | 175 | 0,24 | | | |
| 4356/06 | Молоко 2,5 % | 150 | 3,75 | 4,5 | 7,05 | 79 | 1,95 | | | |
| | Итого | | 15,87 | 16,3 | 60,47 | 450 | 2,29 | | | |
| | Всего | | 39,95 | 40,24 | 194,13 | 1296 | 16,1 | | | |

Неделя: 2

День: пятница

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | |
|----------------------------|---|--------------|---------------------|--------|---------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из пшена с маслом | 150/3 | 5,10 | 5,50 | 23,60 | 164 | 0,75 | | | | |
| 14/27 | Батон с маслом сливочным и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | | |
| 395/11 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,81 | 2,39 | 12,76 | 84 | 1,0 | | | | |
| | Итого | | 10,79 | 12,69 | 47,03 | 341 | 1,86 | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | |
| 368г/11 | Фрукты свежие (банан) | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 67 | 7,0 | | | | |
| 398/11 | Напиток из плодов шиповника | 50 | 0,17 | 0,07 | 4,74 | 20 | 25 | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 | 7,5 | | | | |
| 30/2 | Щи Донские | 150/6/5 | 5,37 | 3,72 | 4,26 | 72 | 5,58 | | | | |
| 99/03 | Котлеты из говядины «Здоровье» | 60 | 8,6 | 7,47 | 4,98 | 123 | 0,08 | | | | |
| 317/11 | Макаронные отварные | 110 | 4,14 | 6,94 | 19,46 | 156 | 0,00 | | | | |
| 5/11 | Соус молочный с овощами | 15 | 0,27 | 0,62 | 0,96 | 10 | 0,11 | | | | |
| 376/11 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | |
| | Итого | | 21,94 | 19,13 | 70,42 | 543 | 13,57 | | | | |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | | | | |
| 170/12 | Каша пшеничная молочная с сахаром, с маслом | 155/5 | 6,41 | 8,32 | 29,02 | 234 | 2,61 | | | | |
| 413 | Пицца детская | 50 | 4,49 | 7,26 | 11,0 | 124 | 0,00 | | | | |
| 393/11 | Чай с сахаром и лимоном | 150/10/4 | 0,13 | 0,00 | 12,0 | 48 | 1,65 | | | | |
| | Итого | | 11,03 | 15,58 | 52,02 | 406 | 4,26 | | | | |
| | Всего | | 44,98 | 47,82 | 188,91 | 1377 | 51,86 | | | | |
| | Всего за 10 дней | | 437,23 | 471,13 | 1909,39 | 13568 | 423,46 | | | | |

Неделя: 3

День: понедельник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет.

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|---|--------------|---------------------|-------|-------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 188/11 | Каша из смеси круп (гречневая, овсяная, пшеничная) с маслом сливочным | 150/3 | 5,85 | 6,92 | 21,1 | 171 | 0,375 | | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 20/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | |
| | Итого | | 7,74 | 10,67 | 40,16 | 284 | 0,39 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 399/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 245 | Кукуруза консервированная отварная | 30 | 0,67 | 0,49 | 3,37 | 21 | 1,44 | | | |
| 67/08 | Свекольник | 150 | 1,35 | 3,08 | 8,93 | 71 | 3,00 | | | |
| 305/11 | Котлеты рубленые из кур | 50 | 6,36 | 9,11 | 5,19 | 128 | 0,24 | | | |
| 350/11 | Соус молочный (для подачи к блюду) | 15 | 0,31 | 0,79 | 1,06 | 13 | 0,05 | | | |
| 322/11 | Пюре картофельное с морковью | 80 | 1,62 | 2,54 | 10,62 | 72 | 11,55 | | | |
| 372.1 | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73 | 3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 13,33 | 16,43 | 65,88 | 468 | 19,28 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 235/11 | Пудинг из творога (запеченный) | 100 | 15,14 | 10,76 | 24,33 | 235 | 0,19 | | | |
| 490/13 | Молоко сгущенное | 15 | 1,08 | 1,28 | 8,33 | 49 | 0,15 | | | |
| 8/12 | Булочка сдоба | 50 | 4,42 | 3,25 | 27,0 | 157 | 0,08 | | | |
| 4356/06 | Молоко 2,5 % | 150 | 3,75 | 4,5 | 7,05 | 79 | 1,95 | | | |
| | Итого | | 24,39 | 19,79 | 66,71 | 520 | 2,37 | | | |
| | Всего | | 45,71 | 46,89 | 177,8 | 1293 | 23,04 | | | |

Неделя: 3

День: вторник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным | 150/3 | 5,40 | 6,90 | 28,40 | 196 | 1,3 | | | | |
| 14/27 | Батон с маслом и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | | |
| 394/11 | Чай с молоком | 180 | 3,19 | 2,79 | 13,57 | 92 | 1,4 | | | | |
| | Итого | | 11,47 | 14,49 | 52,64 | 381 | 2,81 | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | |
| 388/07 | Напиток из смеси сухофруктов | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | | |
| 368 | Фрукты свежие (яблоко) | 50 | 0,20 | 0,20 | 4,9 | 23 | 5,0 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 | 7,5 | | | | |
| 81/11 | Суп картофельный с горохом и мясом | 150/6 | 4,99 | 3,21 | 11,30 | 87 | 3,49 | | | | |
| 282/11 | Шницель рубленый из говядины | 60 | 9,32 | 7,07 | 9,64 | 139 | 0,09 | | | | |
| 317/11 | Макаронные изделия отварные | 80 | 3,16 | 3,38 | 19,49 | 120 | 0,00 | | | | |
| 354/11 | Соус сметанный | 15 | 0,21 | 0,75 | 0,88 | 11 | 0,006 | | | | |
| 2/10 | Кисель из сока | 150 | 0,23 | 0,00 | 13,9 | 53 | 37,5 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | |
| | Итого | | 21,14 | 14,77 | 75,15 | 507 | 48,59 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | |
| 139/11 | Картофельные котлеты с маслом и сыром | 100/3 | 3,16 | 8,21 | 20,46 | 171 | 10,19 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | | |
| 460 | Крендель сахарный | 25 | 1,77 | 3,28 | 13,94 | 93 | 0,00 | | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | | |
| | Итого | | 6,18 | 11,58 | 50,74 | 336 | 10,20 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 39,00 | 41,04 | 186,16 | 1264 | 66,68 | | | | |

Неделя: 3

День: среда

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецеп- туры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|---|--------------|------------------------|-------|--------|----------------------------------|-----------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 66/07 | Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба» | 150/3 | 4,74 | 7,64 | 19,8 | 167 | 0,68 | | | |
| 3 | Батон с повидлом | 20/10 | 1,8 | 0,1 | 16,7 | 68 | 0,00 | | | |
| 395/11 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,81 | 2,39 | 12,76 | 84 | 1,17 | | | |
| | Итого | | 9,35 | 10,13 | 49,26 | 319- | 1,85 | | | |
| Второй полдник 10 ч | | | | | | | | | | |
| 388/07 | Напиток из сушеных яблок | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | |
| 368 | Фрукты свежие(яблоко) | 50 | 0,20 | 0,20 | 4,9 | 23 | 5,00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| | Огурец солёный | 25 | 0,10 | 0,0 | 1,15 | 5 | 0,078 | | | |
| 82 | Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей | 150/6 | 1,74 | 4,82 | 12,14 | 101 | 9,9 | | | |
| 290/1 | Пудинг из печени с морковью | 60 | 12,82 | 9,04 | 6,26 | 157 | 19,51 | | | |
| 321/11 | Пюре картофельное | 110 | 2,29 | 7,15 | 15,06 | 134 | 13,31 | | | |
| 376/11 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 20,18 | 21,33 | 74,23 | 572 | 43,10 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 215/11 | Омлет натуральный с маслом | 100/5 | 8,82 | 16,98 | 1,69 | 195 | 0,15 | | | |
| 97 | Сосиска отварная | 50 | 7,84 | 10,78 | 0,06 | 120 | 21 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 393/11 | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,0 | 48 | 1,65 | | | |
| | Итого | | 17,99 | 27,83 | 21,7 | 401 | 22,8 | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 47,74 | 59,49 | 152,82 | 1332 | 72,82 | | | |

Неделя: 3

День: четверг

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | |
|-------------|---|--------------|----------------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | |
| 170/12 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 150/3 | 6,36 | 6,69 | 28,95 | 201 | 2,61 | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 20/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | |
| 397/11 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 1,43 | | |
| | Итого | | 11,87 | 13,61 | 55,44 | 387 | 4,04 | | |
| | | | Второй завтрак 10 ч | | | | | | |
| 399/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | |
| | | | Обед | | | | | | |
| 93/04 | Икра кабачковая | 30 | 0,36 | 1,41 | 2,31 | 23 | 2,88 | | |
| 80/1 | Суп с томатом , яйцом , мясом и сметаной | 150/6/3 | 4,37 | 4,56 | 5,92 | 82 | 3,19 | | |
| 256/11 | Котлеты рыбные «Любительские» | 50 | 6,87 | 2,24 | 5,56 | 82 | 1,77 | | |
| 316/11 | Рис припущенный | 110 | 2,72 | 6,78 | 26,95 | 179 | 0,00 | | |
| 116/07 | Соус томатный с маслом сливочным | 15 | 0,19 | 0,45 | 1,47 | 11 | 0,33 | | |
| 376/11 | Компот из яблок сушеных | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | |
| | Итого | | 17,74 | 15,76 | 81,83 | 552 | 8,47 | | |
| | | | Уплотненный полдник | | | | | | |
| 171 | Суп молочный с макаронными изделиями и маслом | 180/3 | 5,16 | 6,9 | 17,14 | 153 | 0,83 | | |
| 458.2 | Ватрушка с творогом | 50 | 7,02 | 6,0 | 23,42 | 175 | 0,10 | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | |
| | Итого | | 13,43 | 12,99 | 56,9 | 400 | 1,09 | | |
| | | | | | | | | | |
| | Всего | | 43,29 | 42,36 | 199,22 | 1360 | 14,46 | | |

Неделя: 3

День: пятница

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 173/12 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150/3 | 6,03 | 5,13 | 29,38 | 188 | 1,17 | | |
| 14/27 | Батон с сыром и маслом сливочным | 30/4/5 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | |
| 393/11 | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,0 | 48 | 1,65 | | |
| | Итого | | 9,04 | 9,93 | 52,05 | 329 | 2,93 | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | |
| 398/11 | Напиток из плодов шиповника | 50 | 0,17 | 0,07 | 4,74 | 20 | 25 | | |
| 368 | Фрукты свежие (яблоко) | 50 | 0,20 | 0,20 | 4,9 | 23 | 5,0 | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 70 | Огурец свежий | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4 | 3,0 | | |
| 76/11 | Рассольник «Ленинградский» с птицей и сметаной | 150/6/5 | 1,26 | 3,07 | 9,96 | 72 | 4,53 | | |
| 306 | Голубцы ленивые | 150 | 33,44 | 26,39 | 24,60 | 472 | 98,71 | | |
| 376/11 | Компот из изюма | 150 | 0,23 | 0,00 | 13,9 | 53 | 37,5 | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | |
| | Итого | | 38,07 | 29,79 | 68,01 | 691 | 143,74 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| 412 | Сосиска в тесте | 100 | 9,95 | 14,5 | 18,06 | 238 | 0,0 | | |
| 394/11 | Чай с молоком | 150 | 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77 | 1,19 | | |
| | Итого | | 12,6 | 16,83 | 29,37 | 315 | 1,19 | | |
| | | | | | | | | | |
| | Всего | | 60,08 | 56,82 | 159,07 | 1378 | 177,86 | | |

Неделя: 4

День: понедельник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 180/12 | Каша сборная молочная с маслом сливочным | 150/3 | 6,45 | 6,85 | 26,67 | 194 | 1,09 | | | | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 20/5 | 1,84 | 3,73 | 10,67 | 79 | 0,00 | | | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | | | |
| | Итого | | 8,34 | 10,6 | 45,73 | 307 | 1,11 | | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | | |
| 399/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 93/04 | Икра кабачковая | 30 | 0,36 | 1,41 | 2,31 | 23 | 2,88 | | | | | |
| 85/11 | Суп картофельный с клецками | 150 | 1,23 | 1,86 | 7,55 | 52 | 3,43 | | | | | |
| 414 | Суфле из кур с рисом | 60 | 8,37 | 10,35 | 3,08 | 136 | 0,29 | | | | | |
| 336/11 | Капуста свежая тушеная | 50 | 1,04 | 1,62 | 4,72 | 38 | 8,58 | | | | | |
| 321/11 | Пюре картофельное | 60 | 1,22 | 1,92 | 8,18 | 55 | 4,05 | | | | | |
| 372.1 | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73 | 3 | | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | | |
| | Итого | | 15,24 | 17,58 | 62,55 | 467 | 22,23 | | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| 231/11 | Сырники из творога | 100 | 18,69 | 12,67 | 11,4 | 234 | 0,25 | | | | | |
| 490/13 | Молоко сгущенное | 20 | 1,44 | 1,7 | 11,1 | 66 | 0,2 | | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | | | |
| 4356/06 | Молоко 2,5 % | 150 | 3,75 | 4,5 | 7,05 | 79 | 1,95 | | | | | |
| | Итого | | 25,08 | 18,94 | 37,5 | 417 | 2,4 | | | | | |
| | Всего | | 48,91 | 47,12 | 150,83 | 1212 | 26,74 | | | | | |

Неделя: 4

День: вторник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из кукурузной крупы с маслом | 150/3 | 5,3 | 5,78 | 29,5 | 191 | 0,40 | | | |
| 14,27 | Батон с маслом сливочным и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | |
| 397/11 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 1,43 | | | |
| | Итого | | 11,85 | 13,77 | 55,99 | 391 | 1,94 | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | |
| 388/07 | Напиток из яблок сушеных | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | |
| 368 | Фрукты свежие (яблоко) | 50 | 0,20 | 0,20 | 4,9 | 23 | 5,0 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 | 7,5 | | | |
| 83/12 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150/10 | 3,98 | 3,11 | 9,26 | 81 | 6,72 | | | |
| 279 | Суфле из отварного мяса | 60 | 14,89 | 16,18 | 0,68 | 208 | 0,072 | | | |
| 171/07 | Каша гречневая рассыпчатая | 80 | 4,70 | 2,64 | 21,24 | 127 | 0,00 | | | |
| 5/11 | Соус молочный с овощами | 15 | 0,27 | 0,62 | 0,96 | 10 | 0,11 | | | |
| 376/11 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | |
| | Итого | | 27,4 | 22,93 | 72,9 | 608 | 14,70 | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 137 | Рагу из овощей с маслом | 150/5 | 3,04 | 6,64 | 14,4 | 130 | 6,07 | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | |
| 460/11 | Крендель сахарный | 50 | 3,54 | 6,56 | 27,88 | 186 | 0,00 | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | |
| | Итого | | 7,83 | 13,29 | 58,62 | 388 | 6,09 | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 47,3 | 50,19 | 195,14 | 1427 | 27,81 | | | |

Неделя: 4

День: среда

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецеп-туры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 176/12 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 150/3 | 4,59 | 5,89 | 40,07 | 232 | 0,65 | | | | |
| 3 | Батон с повидлом | 20/10 | 1,8 | 0,1 | 16,7 | 68 | 0,00 | | | | |
| 393/11 | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,0 | 48 | 1,65 | | | | |
| | Итого | | 6,52 | 5,99 | 68,77 | 348 | 2,3 | | | | |
| Второй полдник 10 ч | | | | | | | | | | | |
| 388/07 | Напиток из изюма | 50 | 0,015 | 0,00 | 2,73 | 17 | 0,075 | | | | |
| 368 | Фрукты свежие (яблоко) | 50 | 0,20 | 0,20 | 4,9 | 23 | 5,00 | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 70 | Огурец свежий | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4 | 3,0 | | | | |
| 67/11 | Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной | 150/6/5 | 2,90 | 3,93 | 5,78 | 70 | 11,80 | | | | |
| 35/8 | Суфле из печени | 60 | 12,12 | 4,13 | 1,66 | 92 | 2,65 | | | | |
| 317/11 | Макаронные изделия отварные | 110 | 4,08 | 5,49 | 19,43 | 143 | 0,00 | | | | |
| 4/11 | Соус сметано - томатный | 15 | 0,32 | 1,26 | 0,69 | 16 | 0,35 | | | | |
| 376/11 | Компот из сушеных яблок | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | |
| | Итого | | 22,89 | 15,16 | 67,93 | 500 | 18,1 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | |
| 216/11 | Омлет с сыром | 100 | 10,69 | 19,8 | 1,65 | 228 | 0,2 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | | |
| 245 | Кукуруза консервированная (отварная) | 30 | 0,67 | 0,49 | 3,37 | 21 | 1,44 | | | | |
| 394/11 | Чай с молоком | 180 | 3,19 | 2,79 | 13,57 | 92 | 1,4 | | | | |
| | Итого | | 15,75 | | 26,54 | 379 | 3,04 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 45,38 | 44,5 | 170,87 | 1267 | 28,52 | | | | |

Неделя: 4

День: четверг

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 171 | Суп молочный с макаронными изделиями и маслом сливочным | 180/3 | 5,16 | 6,9 | 17,14 | 153 | 0,83 | | | | |
| 1 | Батон с маслом сливочным | 30/5 | 2,74 | 3,78 | 15,97 | 102 | 0,00 | | | | |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,018 | 8,39 | 34 | 0,018 | | | | |
| | Итого | | 7,95 | 10,70 | 41,5 | 289 | 0,85 | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | |
| 399/11 | Сок фруктовый | 50 | 0,25 | 0,00 | 5,05 | 21 | 1,0 | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 4/07 | Горошек зеленый консервированный (отварной) | 30 | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12 | 3,0 | | | | |
| 82 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 1,74 | 4,82 | 12,42 | 101 | 9,9 | | | | |
| 258/11 | Шницель рыбный натуральный | 50 | 7,48 | 2,23 | 4,87 | 69 | 1,53 | | | | |
| 350/11 | Соус молочный | 15 | 0,31 | 0,79 | 1,06 | 13 | 0,05 | | | | |
| 321/11 | Пюре картофельное | 110 | 2,29 | 7,15 | 15,06 | 134 | 13,31 | | | | |
| 2/10 | Кисель из сока | 150 | 0,23 | 0,00 | 13,9 | 53 | 37,5 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | |
| | Итого | | 15,88 | 15,35 | 68,06 | 472 | 65,29 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным | 150/3 | 5,40 | 6,90 | 28,40 | 196 | 1,3 | | | | |
| 454.2 | Пирожки печеные с капустой и яйцом | 50 | 3,75 | 2,43 | 20,58 | 119 | 8,65 | | | | |
| 70/11 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | | |
| 376/11 | Компот из сушеных яблок | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | | |
| | Итого: | | 10,68 | 9,42 | 77,75 | 438 | 10,25 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 34,76 | 35,47 | 192,36 | 1220 | 77,39 | | | | |

Неделя: 4

День: пятница

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет

| № рецеп-туры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг | | | | |
|----------------------------|--|--------------|---------------------|--------|---------|-------------------------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 182/07 | Каша молочная из пшена с маслом | 150/3 | 5,10 | 5,50 | 23,60 | 164 | 0,75 | | | | |
| 14,27 | Батон с маслом сливочным и сыром | 20/5/4 | 2,88 | 4,8 | 10,67 | 93 | 0,11 | | | | |
| 395/11 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,81 | 2,39 | 12,76 | 84 | 1,17 | | | | |
| | Итого | | 10,79 | 12,69 | 47,03 | 341 | 2,03 | | | | |
| Второй завтрак 10 ч | | | | | | | | | | | |
| 398/11 | Напиток из плодов шиповника | 50 | 0,17 | 0,07 | 4,74 | 20 | 25 | | | | |
| 368г/11 | Фрукты свежие (банан) | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 67 | 7,0 | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 | 7,5 | | | | |
| 62 | Борщ с мясом | 150 | 5,94 | 4,37 | 8,24 | 96 | 9,38 | | | | |
| 306/11, | Биточки рубленые из птицы | 50 | 7,41 | 7,72 | 4,96 | 119 | 0,25 | | | | |
| 316/11 | Рис припущенный | 110 | 2,72 | 6,78 | 26,95 | 179 | 0,00 | | | | |
| 350/11 | Соус молочный | 15 | 0,31 | 0,79 | 1,06 | 13 | 0,05 | | | | |
| 376/11 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 85 | 0,3 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50 | 0,00 | | | | |
| 700/11 | Хлеб дарницкий | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,2 | 40 | 0,00 | | | | |
| | Итого | | 19,94 | 20,04 | 88,9 | 589 | 17,48 | | | | |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | | | | |
| 317/11 | Макаронные изделия отварные | 110 | 4,14 | 6,94 | 19,46 | 156 | 0,00 | | | | |
| 97 | Сосиска отварная | 50 | 7,84 | 10,78 | 0,06 | 120 | 21,0 | | | | |
| 701/11 | Хлеб пшеничный йодированный | 15 | 1,20 | 0,075 | 7,95 | 38 | 0,00 | | | | |
| 4356/06 | Молоко 2,5 % | 150 | 3,75 | 4,5 | 7,05 | 79 | 1,95 | | | | |
| | Итого | | 16,93 | 22,30 | 34,52 | 393 | 22,95 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Всего | | 48,83 | 55,45 | 189,89 | 1481 | 47,31 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Всего за 10 дней: | | 461,05 | 479,33 | 1774,16 | 13234 | 562,63 | | | | |
| | Среднее количество пищевых веществ за день | | 46,10 | 47,93 | 177,41 | 1323 | 56,26 | | | | |