

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 24
«ЗВЕЗДОЧКА» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад №24

В.И. Ротко

№ 98 от 01.07.2024г.



МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД НА ЛЕТНЕ - ОСЕННИЙ ПЕРИОД
Для возрастных категорий от 1 года до 3-х лет и от 3-х до 7 лет.

обед:	морковь	12	15											
	лук	10	12											
	масло сливочное	2	3											
	масло растительное	2	2											
	вода	50	75											
	Салат из свежих помидоров с луком			40	60	1,11	1,48	2,32	2,47	4,30	5,70	41,00	48,00	32 азб.пит.
	помидоры свежие	35	55											
	лук	10	13											
	масло растительное	2	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:					19,28	26,89	26,66	35,66	86,83	113,40	530,90	728,85		
подник:	Булочка "Витьба"			60	70	6,00	7,00	5,20	7,82	29,12	32,60	174,00	202,00	134 азб. пит.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	6	6											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
Молоко кипяченое	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
итого за подник:					9,77	11,35	8,45	11,57	35,32	39,80	244,00	283,00		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					38,52	51,41	47,98	64,69	179,96	232,39	1193,76	1488,66		

	масло растительное	4	5											
	Картофельное пюре			120	150	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рещ.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	140	180											
	31.10 - 31.12	145	185											
	31.12 - 28.02	160	200											
	29.02 - 01.09	170	210											
	молоко	20	30											
	масло сливочное	3	4											
	Салат овощной			40	60	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	155 орг. дет. пит.
обед:	капуста свежая	20	30											
	лук	5	7											
	помидор свежий	15	20											
	огурец свежий	15	20											
	зелень	2	3											
	масло растительное	2	3											
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						23,50	31,92	15,49	19,20	68,67	81,68	530,37	642,40	
	Пудинг творожный со сметаной			110/20	130/20	16,00	20,90	13,02	16,00	21,10	26,40	184,00	215,60	59 рещ.бл.
	творог	75	95											
	рис	5	7											
	яйцо	10	10											
	молоко	10	20											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	2	3											
	сметана	20	20											
	Молочный продукт	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за подник:						19,77	25,25	16,27	19,75	27,30	33,60	254,00	296,60	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						54,40	74,12	45,03	55,65	152,31	195,79	1196,97	1438,84	

	рис	23	40											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	2	3											
	масло растительное	2	2											
	вода	50	70											
	Салат летний			40	60	0,40	0,60	2,06	3,09	1,40	2,20	26,00	40,00	116 азб. пит.
	помидоры свежие	25	35											
	огурцы свежие	20	30											
	лук	5	6											
	масло растительное	2	3											
	Кисель из сухофруктов			150	180	0,31	0,35	0,01	0,02	18,20	21,40	75,00	88,00	885 сб. рец.
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	крахмал	8	12											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	15	20	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						20,94	27,87	27,80	39,73	91,75	111,31	559,25	691,00	
	Пирожок с повидлом			60	70	10,37	12,88	5,40	6,48	22,40	25,70	152,70	197,67	89 рец. бл.
	мука пшеничная	35	42											
	молоко	14	17											
	яйцо	7	7											
	сахар	2	3											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	2	3											
	повидло	20	30											
	Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
	молоко	130	150											
	сахар	5	6											
	вода	50	50											
итого за полдник:						14,89	17,71	9,31	10,66	39,44	44,81	275,10	332,11	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						41,48	55,17	48,02	63,25	189,41	225,17	1200,81	1473,90	

//

обед:	картофель:													
	01.09 - 31.10	80	100											
	31.10 - 31.12	85	105											
	31.12 - 28.02	100	120											
	29.02 - 01.09	110	130											
	капуста свежая	20	30											
	морковь	10	12											
	лук	10	12											
	томат-паста	10	12											
	перец болгарский	6	10											
	кабачки/баклажаны	60	70											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	3	4											
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:					30,33	34,62	21,06	29,14	69,99	91,14	600,97	714,03		
полдник:	Каша гречневая молочная			150	200	5,30	6,40	2,80	2,90	26,70	37,20	152,10	203,42	679 сб. рец.
	крупа гречневая	15	17											
	молоко	130	150											
	вода	20	50											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	Хлеб пшеничный	15	20	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм
	Какао на молоке			180	200	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм
	какао порошок	1,2	1,5											
	молоко	130	150											
вода	50	50												
сахар	5	6												
итого за полдник:					9,80	11,33	5,76	6,07	48,93	63,00	286,95	351,53		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					52,99	62,92	43,26	54,59	155,24	195,96	1263,71	1500,01		

Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры	
		если	сал	если	сал	Белки		Жиры		Углеводы		если	сал		
						если	сал	если	сал	если	сал				
Неделя 2 День 6 завтрак:	Омлет натуральный			100	110	8,90	11,29	10,07	12,11	3,15	3,68	160,00	182,13	438 сб. рец.	
	яйцо	58	67												
	молоко	39	43												
	масло сливочное	2	2												
	Зеленый горошек	65	83	40	50	0,60	1,00	0,04	0,07	1,27	2,11	17,79	21,99		
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром			20/5/6	25/5/10	2,95	4,26	5,56	6,78	9,90	12,40	102,00	128,00		99 рецептура
	хлеб пшеничный	20	25												3 сб. рец.
	масло сливочное	5	5												
	сыр	6	10												
	Чай с сахаром			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33		56 азб. пит.
	чай заварка	0,45	0,55												
	сахар	6	7												
вода	180	200													
второй завтрак:	Сок фруктовый	120	120	120	120	0,55	0,55	0,11	0,11	11,02	11,02	65,46	65,46	437 кар. блюд	
итого за завтрак:						13,00	17,10	15,78	19,07	37,34	42,54	393,25	450,91		
обед:	Борщ с фасолью на мясном бульоне			150	200	1,92	3,01	6,12	7,55	12,60	15,70	140,00	166,20	175 сб. рец.	
	мясо	15	16												
	картофель:														
	01.09 - 31.10	60	70												
	31.10 - 31.12	66	76												
	31.12 - 28.02	70	80												
	29.02 - 01.09	80	90												
	капуста свежая	30	40												
	свекла	20	30												
	морковь	12	15												
	лук	12	15												
	фасоль консервированная	16	19												
	томат-паста	5	6												
	зелень	2	3												
	масло сливочное	2	2												
	масло растительное	2	2												
	сметана	8	12												
	вода	130	150												
	Субпродукты по-строгановски			60	80	8,60	11,52	3,47	4,62	33,00	44,00	102,10	130,21	50 рецептура	
	субпродукты	75	95												

обед:	сметана	10	12											
	вода	30	40											
	масло растительное	3	3											
	Вермишель отварная с маслом			110	130	1,67	2,44	2,65	3,46	12,60	15,50	94,00	120,25	414 сб. рец.
	макаронные изделия	38	45											
	масло сливочное	3	4											
	Овощи порционные			40	60	0,24	0,32	0,03	0,04	0,50	0,70	4,00	5,00	42 орг. дет. пит.
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:					15,72	21,50	12,74	16,28	100,00	126,90	516,90	646,16		
полдник:	Булочка с "посыпкой"			60	70	5,00	5,73	5,38	6,80	22,20	26,20	145,00	189,00	85 орг. дет. пит.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
Молочный продукт	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
итого за полдник:					8,77	10,08	8,63	10,55	28,40	33,40	215,00	270,00		
Итого за день:					37,49	48,68	37,15	45,90	165,74	202,84	1125,15	1367,07		

обед:	морковь	8	12											
	томат-паста	10	12											
	масло растительное	2	2											
	для соуса:													
	сметана	13	13											
	мука пшеничная	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	вода	20	20											
	Овощи порционные			40	60	0,27	0,32	0,03	0,04	0,50	0,70	4,00	5,00	42 орг. лет. пит.
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
вода	150	180												
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:					17,13	24,39	19,97	27,92	67,90	91,50	531,00	642,00		
полдник:	Сырники из творога со сгущенным молоком			110/20	120/30	18,66	23,65	10,93	13,48	18,30	23,35	182,10	239,20	463 сб. рец.
	творог	100	110											
	мука пшеничная	13	15											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	масло растительное	2	2											
	сгущенное молоко	20	30											
Молоко кипяченое	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
итого за полдник:					22,43	28,00	14,18	17,23	24,50	30,55	252,10	320,20		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					44,97	62,11	44,96	57,07	152,90	195,78	1141,10	1413,03		

	томат-паста	4	5											
	масло растительное	1	1											
	Картофельное пюре			120	150	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	140	180											
	31.10 - 31.12	145	185											
	31.12 - 28.02	160	200											
	29.02 - 01.09	170	210											
	молоко	20	30											
обед:	масло сливочное	3	4											
	Салат из капусты со свежим огурцом			40	60	0,51	0,58	2,08	3,09	1,80	2,10	29,00	39,00	63 сб. рец.
	капуста свежая	24	36											
	лук	5	6											
	огурец свежий	17	27											
	масло растительное	2	3											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						30,87	33,65	22,12	30,38	88,92	103,40	654,80	753,50	
	Кондитерское изделие	50	70	50	70	6,25	7,98	6,68	9,01	37,65	40,99	114,30	167,80	120 алгоритм
	Чай с сахаром			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
	вода	180	200											
	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за полдник:						6,66	8,40	7,09	9,43	59,65	64,62	210,30	270,13	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						49,90	56,27	43,56	57,15	204,27	234,24	1307,16	1532,20	

Итого за день:						42,8	55,53	35,93	45,07	173,27	209,09	1151,30	1430,40	
-------------------	--	--	--	--	--	------	-------	-------	-------	--------	--------	---------	---------	--

Прием еды	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
		ясли	сал	ясли	сал	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сал																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
						ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
завтрак:	Каша пшеничная молочная			150	200	3,90	6,30	5,83	9,60	22,90	28,30	127,00	203,00	384 сб. рец.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
	пшено	15	17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	молоко	130	150																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	сахар	4	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	масло сливочное	3	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	вода	20	50												Хлеб пшеничный с маслом			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.		хлеб пшеничный	20	25											масло сливочное	5	5												Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 аз. пит.		кофейный напиток	1,8	2,25											молоко	130	150												сахар	5	6												вода	50	50											второй завтрак:	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.	итого за завтрак:						10,43	13,95	14,75	18,80	59,84	72,61	384,40	497,44	обед:	Суп Харчо			150	200	4,28	6,85	10,60	13,80	3,00	3,75	180,06	200,83	19 карт. бл.	картофель:													01.09 - 31.10	50	60											31.10 - 31.12	56	66											31.12 - 28.02	60	70											29.02 - 01.09	70	80											мясо	15	16												морковь	12	15												лук	12	15												чеснок	1	2												томат-паста	5	7												зелень	2	3												перец болгарский	10	12												масло сливочное	2	2												масло растительное	2	3												рис	6	8												вода	130	180													Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.		мясо птицы	85	102											лук	10	12										
		Хлеб пшеничный с маслом			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		хлеб пшеничный	20	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
		масло сливочное	5	5												Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 аз. пит.		кофейный напиток	1,8	2,25											молоко	130	150												сахар	5	6													вода	50	50											второй завтрак:	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.	итого за завтрак:						10,43	13,95	14,75	18,80	59,84	72,61	384,40	497,44	обед:	Суп Харчо			150	200	4,28	6,85	10,60	13,80	3,00	3,75	180,06	200,83	19 карт. бл.	картофель:													01.09 - 31.10	50	60												31.10 - 31.12	56	66												31.12 - 28.02	60	70											29.02 - 01.09	70	80											мясо	15	16												морковь	12	15												лук	12	15												чеснок	1	2												томат-паста	5	7												зелень	2	3												перец болгарский	10	12												масло сливочное	2	2												масло растительное	2	3												рис	6	8												вода	130	180													Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.		мясо птицы	85	102											лук	10	12																																																
		Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 аз. пит.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
	кофейный напиток	1,8	2,25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	молоко	130	150																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	сахар	5	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	вода	50	50											второй завтрак:		Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.	итого за завтрак:						10,43	13,95	14,75	18,80	59,84	72,61	384,40	497,44	обед:	Суп Харчо			150	200	4,28	6,85	10,60	13,80	3,00	3,75	180,06	200,83	19 карт. бл.	картофель:													01.09 - 31.10	50	60											31.10 - 31.12	56	66											31.12 - 28.02	60	70											29.02 - 01.09	70	80												мясо	15	16												морковь	12	15												лук	12		15												чеснок	1	2												томат-паста	5	7												зелень	2	3												перец болгарский	10	12												масло сливочное	2	2												масло растительное	2	3												рис	6	8												вода	130	180													Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.		мясо птицы	85	102											лук	10	12																																																																																																																							
второй завтрак:	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
итого за завтрак:						10,43	13,95	14,75	18,80	59,84	72,61	384,40	497,44																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
обед:	Суп Харчо			150	200	4,28	6,85	10,60	13,80	3,00	3,75	180,06	200,83	19 карт. бл.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
	картофель:																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
	01.09 - 31.10	50	60																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	31.10 - 31.12	56	66																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	31.12 - 28.02	60	70																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	29.02 - 01.09	70	80											мясо	15	16												морковь	12	15												лук	12		15												чеснок	1	2												томат-паста	5	7												зелень	2	3												перец болгарский	10	12												масло сливочное	2		2												масло растительное	2	3												рис	6	8													вода	130	180													Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.		мясо птицы	85	102											лук	10	12																																																																																																																																																																																																																																				
	мясо	15	16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	морковь	12	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	лук	12	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	чеснок	1	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	томат-паста	5	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	зелень	2	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	перец болгарский	10	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	масло сливочное	2	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	масло растительное	2	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	рис	6	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	вода	130	180													Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.		мясо птицы	85	102												лук	10	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		мясо птицы	85	102																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
		лук	10	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										

14

обед:	хлеб пшеничный	5	7											
	масло растительное	3	4											
	Каша гречневая			110	130	2,40	3,37	2,98	3,71	20,00	22,00	113,70	117,63	113 рецептура
	крупа гречневая	30	40											
	вода	60	70											
	масло сливочное	2	3											
	Салат летний			40	60	0,40	0,60	2,06	3,09	1,40	2,20	26,00	40,00	116 азб. пит.
	огурцы свежие	20	30											
	помидоры свежие	25	35											
	лук	5	6											
	масло растительное	2	3											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:					20,87	28,06	26,64	33,16	69,00	82,75	611,56	700,96		
полдник:	Яйцо отварное	40	40	40	40	2,08	2,08	2,60	2,60	0,21	0,21	43,00	43,00	77 рецептура
	Овощи порционные			40	60	0,24	0,32	0,03	0,04	0,50	0,70	4,00	5,00	42 орг. дет. пит
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	Хлеб ржаной	20	30	20	30	1,12	1,68	0,22	0,33	9,90	10,90	46,00	56,00	121 алгоритм
	Сок фруктовый	150	180	150	180	0,75	0,90	0,15	0,90	20,12	23,95	100,25	115,50	437 кар. блюд
Кондитерское изделие	20	50	20	50	4,35	6,25	4,98	6,68	20,60	37,65	56,40	114,30	120 алгоритм	
итого за полдник:					8,54	11,23	7,98	10,55	51,33	73,41	249,65	333,80		
Итого за день:					39,84	53,24	49,37	62,51	180,17	228,77	1245,61	1532,20		
Среднее значение за период:					44,795	57,754	44,165	56,060	170,915	211,646	1196,017	1466,398		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 324087357327968961775297076797709129534246061592

Владелец Ротко Валентина Ивановна

Действителен с 27.09.2024 по 27.09.2025