

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 2 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша ячневая молочная | 150 | 4,53 | 5,28 | 30,59 | 123,00 | 185 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11,28 | 11,67 | 70,17 | 351,00 | |
| Обед | Борщ из свежей капусты | 180 | 4,91 | 4,76 | 15,74 | 102,50 | 57 |
| | Суфле печёночно-мясное | 60 | 15,57 | 12,43 | 3,29 | 157,00 | 279 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 8,86 | 5,98 | 39,91 | 205,00 | 165 |
| | Соус молочный | 50 | 0,11 | 1,04 | 1,03 | 13,92 | 350 |
| | Компот из свежих фруктов | 150 | 0,45 | 0,01 | 33,99 | 115,50 | 374 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 590 | 33,20 | 24,82 | 110,66 | 674,62 | |
| Полдник | Кефир 3,2% | 150 | 3,20 | 4,80 | 6,15 | 73,00 | 401 |
| | Пирожок с яблоком | 110 | 5,76 | 2,48 | 47,88 | 201,00 | 454 |
| Итого за полдник: | | 260 | 8,96 | 7,28 | 54,03 | 274,00 | |
| Ужин | Запеканка творожная | 110 | 17,49 | 15,43 | 35,67 | 250,00 | 237 |
| | Повидло | 15 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 40,00 | 452 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 392 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за ужин: | | 435 | 23,66 | 16,55 | 114,81 | 590,00 | |
| Итого за день: | | 1 650 | 77,10 | 60,32 | 349,67 | 1889,62 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша манная молочная | 150 | 4,53 | 5,28 | 30,59 | 105,00 | 168 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| | Сыр порц. | 10 | 3,70 | 4,72 | 0,00 | 41,70 | 7 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 11,12 | 16,04 | 45,02 | 110,00 | 122 |
| Итого за завтрак: | | 375 | 22,24 | 32,08 | 90,04 | 374,70 | |
| Обед | Щи из свежей капусты со сметаной | 180 | 1,74 | 4,89 | 8,48 | 84,75 | 67 |
| | Тефтели мясные с рисом | 100 | 8,86 | 5,98 | 39,91 | 248,00 | 287 |
| | Свекла тушёная | 120 | 2,65 | 6,12 | 20,50 | 127,60 | 135 |
| | Соус молочный | 50 | 0,11 | 1,04 | 1,03 | 13,92 | 350 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,46 | 0,02 | 27,76 | 103,60 | 376 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 640 | 17,12 | 18,65 | 114,38 | 658,57 | |
| Полдник | Сок | 170 | 0,90 | 0,00 | 16,38 | 52,40 | 391 |
| | Кондитерские изд. без крема | 30 | 0,70 | 0,80 | 18,60 | 65,00 | 604 |
| Итого за полдник: | | 200 | 1,60 | 0,80 | 34,98 | 117,40 | |
| Ужин | Кукуруза консервированная | 40 | 1,20 | 0,00 | 6,72 | 25,16 | 12 |
| | Омлет натуральный | 150 | 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157,00 | 215 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 392 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за ужин: | | 400 | 12,64 | 13,83 | 43,37 | 332,16 | |
| Итого за день: | | 1 615 | 53,60 | 65,36 | 282,77 | 1482,83 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 День 3 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 150 | 4,59 | 4,90 | 26,32 | 108,61 | 186 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11,34 | 11,29 | 65,90 | 336,61 | |
| Обед | Суп картофельный с рисом | 180 | 5,49 | 5,27 | 16,32 | 124,36 | 80 |
| | Курица тушёная в соусе с картофелем | 200 | 11,94 | 8,64 | 20,88 | 189,00 | 302 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,46 | 0,02 | 27,76 | 103,6 | 376 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 570 | 21,19 | 14,53 | 81,66 | 497,66 | |
| Полдник | Сок | 160 | 0,90 | 0,00 | 16,38 | 52,40 | 391 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| Итого за полдник: | | 260 | 3,15 | 0,75 | 47,38 | 202,40 | |
| Ужин | Запеканка творожная | 110 | 17,49 | 15,43 | 35,67 | 250,00 | 237 |
| | Повидло | 15 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 40,00 | 452 |
| | Чай с молоком | 180 | 4,28 | 4,80 | 22,00 | 52,50 | 393 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за ужин | | 435 | 27,88 | 21,33 | 126,82 | 602,50 | |
| Итого за день: | | 1 630 | 63,56 | 47,90 | 321,76 | 1 639,17 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 150 | 4,40 | 4,06 | 26,99 | 128,40 | 187 |
| | Яйцо отварное | 50 | 6,41 | 5,81 | 0,36 | 79,35 | 209 |
| | Какао-напиток на молоке | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 97,00 | 397 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | | | | | | |
| Обед | Овощи свежие порционно(огурец) | 415 | 13,98 | 12,98 | 41,40 | 319,35 | |
| | | 23 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 11,00 | 16 |
| | Суп картофельный с рыбой | 180 | 8,59 | 8,40 | 14,33 | 146,90 | 87 |
| | Котлета мясная запечённая | 80 | 13,98 | 15,48 | 14,46 | 170,00 | 282 |
| | Рагу овощное | 120 | 7,57 | 4,63 | 36,31 | 167,95 | 137 |
| | Компот из свежих фруктов | 150 | 0,16 | 0,0,16 | 23,88 | 105,15 | 372 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 | |
| Итого за обед: | | | | | | | |
| Полдник | Молоко кипячёное | 593 | 33,60 | 29,11 | 107,68 | 681,70 | |
| | Кондитерские изд.без крема | 180 | 6,08 | 5,40 | 10,07 | 102,50 | 400 |
| Итого за полдник: | | | | | | | |
| | | 30 | 0,70 | 0,80 | 18,60 | 65,00 | 604 |
| Ужин | | 210 | 6,78 | 6,20 | 28,67 | 167,50 | |
| | Печень по-строгановски | 100 | 14,40 | 5,78 | 3,55 | 105,00 | 102 |
| | Макароны отварные с маслом | 120 | 2,71 | 16,14 | 36,51 | 160,50 | 205 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 90,00 | 122 |
| Чай с лимоном | 180 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 41,00 | 393 | |
| Итого за ужин: | | | | | | | |
| | | 420 | 21,09 | 22,29 | 75,41 | 396,50 | |
| Итого за день: | | | | | | | |
| | | 1 638 | 75,45 | 70,58 | 253,16 | 1565,05 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 5 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Геркулес" молочная | 150 | 5,60 | 14,60 | 36,00 | 160,00 | 169 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Сыр порц. | 10 | 3,70 | 4,72 | 0,00 | 41,70 | 7 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | 375 | 16,05 | 25,71 | 75,58 | 429,70 | |
| Обед | Овощи свежие порционно(помидор) | 40 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 11,00 | 18 |
| | Суп овощной на курином бульоне | 180 | 1,74 | 4,89 | 8,48 | 91,50 | 66 |
| | Шницель рыбный | 60 | 8,75 | 4,32 | 6,21 | 102,00 | 258 |
| | Овощи тушеные в сметанном соусе | 120 | 10,40 | 16,03 | 60,45 | 165,90 | 139 |
| | Компот из свежих фруктов | 150 | 0,16 | 0,16 | 23,88 | 105,15 | 372 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 590 | 24,35 | 26,00 | 117,72 | 556,25 | |
| Полдник | Сок | 170 | 0,90 | 0,00 | 16,38 | 52,40 | 391 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| Итого за полдник: | | 270 | 3,15 | 0,75 | 47,38 | 202,40 | |
| Ужин | Биточки мясные | 90 | 13,98 | 15,48 | 14,46 | 180,90 | 282 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 392 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 90,00 | 122 |
| | Капуста тушеная | 180 | 3,75 | 6,66 | 17,25 | 135,50 | 132 |
| Итого за ужин: | | 470 | 21,65 | 22,51 | 66,85 | 446,40 | |
| Итого за день: | | 1 705 | 65,20 | 74,97 | 307,53 | 1634,75 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 День 2 (7) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная | 150 | 2,17 | 3,89 | 22,51 | 125,50 | 184 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 8,92 | 10,28 | 62,09 | 353,50 | |
| Обед | Щи из квашеной капусты со сметаной | 180 | 1,74 | 4,89 | 8,48 | 83,50 | 67 |
| | Бефстроганов из печени говяжьей | 60 | 19,00 | 7,20 | 2,70 | 161,80 | 278 |
| | Макароньы отварные | 120 | 7,57 | 4,63 | 36,31 | 160,50 | 205 |
| | Компот из лимона | 150 | 0,45 | 0,01 | 33,99 | 115,50 | 374 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 550 | 32,06 | 17,32 | 98,18 | 602,00 | |
| Полдник | Кефир 3,2% | 150 | 3,20 | 4,80 | 6,15 | 73,00 | 401 |
| | Булочка домашняя | 100 | 7,28 | 12,52 | 53,92 | 180,00 | 469 |
| Итого за полдник: | | 250 | 10,48 | 17,32 | 60,07 | 442,00 | |
| Ужин | Запеканка творожная | 110 | 17,49 | 15,43 | 35,67 | 250,00 | 237 |
| | Повидло | 15 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 40,00 | 452 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 392 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за ужин: | | 435 | 23,06 | 16,55 | 114,81 | 590,00 | |
| Итого за день: | | 1 600 | 75,36 | 61,47 | 335,15 | 1987,50 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 День 1 (6) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" сборная молочная жидкая | 150 | 8,14 | 9,68 | 38,39 | 185,00 | 180 |
| | Какао-напиток на молоке | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 97,00 | 397 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Сыр порц. | 10 | 3,70 | 4,72 | 0,00 | 41,70 | 7 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | | | | | | |
| Обед | Овощи свежие порционно (огурец) | 375 | 19,41 | 21,57 | 79,43 | 466,70 | |
| | Суп картофельный с бобовыми | 20 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 11,00 | 16 |
| | Жаркое по-домашнему | 180 | 5,49 | 5,27 | 16,32 | 158,90 | 81 |
| | Сок | 250 | 27,53 | 7,47 | 21,95 | 195,50 | 276 |
| | Хлеб ржаной | 170 | 0,23 | 0,01 | 35,27 | 60,00 | 391 |
| Итого за обед: | | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Полдник | Компот из сухофруктов | 660 | 36,55 | 13,35 | 92,24 | 506,10 | |
| | Кондитерские изд. без крема | 180 | 0,46 | 0,02 | 27,76 | 103,60 | 376 |
| Итого за полдник: | | 30 | 0,70 | 0,80 | 18,60 | 65,00 | 604 |
| Ужин | Каша гречневая молочная жидкая | 210 | 1,16 | 0,82 | 46,36 | 168,60 | |
| | Чай | 220 | 5,75 | 5,12 | 18,38 | 120,50 | 185 |
| | Хлеб пшеничный | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 392 |
| Итого за ужин: | | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за день: | | 430 | 9,67 | 5,49 | 53,52 | 270,50 | |
| | | 1 675 | 66,79 | 41,23 | 271,55 | 1411,90 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|---------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 День 3 (8) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшенная молочная жидкая | 150 | 4,59 | 4,90 | 26,32 | 108,61 | 187 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11,34 | 11,29 | 65,90 | 336,61 | |
| Обед | Овощи свежие порционно(помидор) | 40 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 11,00 | 18 |
| | Свекольник со сметаной | 180 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 102,00 | 57 |
| | Шницель рыбный | 60 | 8,75 | 4,32 | 6,21 | 102,00 | 258 |
| | Овощи тушеные | 150 | 4,74 | 4,63 | 29,42 | 160,50 | 145 |
| | Компот из лимона | 150 | 0,45 | 0,01 | 33,99 | 115,50 | 374 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 620 | 19,93 | 12,40 | 105,46 | 571,70 | |
| Полдник | Сок | 170 | 0,90 | 0,00 | 16,38 | 52,40 | 391 |
| | Фрукты свежие | 50 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 75,00 | 368 |
| Итого за полдник: | | 220 | 2,40 | 0,50 | 37,38 | 127,40 | |
| Ужин | Запеканка творожная | 110 | 17,49 | 15,43 | 35,67 | 250,00 | 237 |
| | Повидло | 15 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 40,00 | 452 |
| | Чай с молоком | 180 | 4,28 | 4,80 | 22,00 | 52,50 | 393 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 90,00 | 122 |
| Итого за ужин: | | 425 | 27,88 | 21,33 | 126,82 | 582,50 | |
| Итого за день: | | 1 630 | 61,55 | 45,52 | 335,56 | 1618,21 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 | | | | | | | |
| День 4 (9) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша манная молочная | 150 | 4,53 | 5,28 | 30,59 | 105,00 | 168 |
| | Какао-напиток на молоке | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 97,00 | 397 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| | Сыр порц. | 10 | 3,70 | 4,75 | 0,00 | 41,70 | 7 |
| Итого за завтрак: | | 375 | 15,80 | 17,20 | 71,63 | 386,70 | |
| Обед | Капуста квашеная | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,48 | 30,00 | 56 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 102,75 | 82 |
| | Суфле из отварной птицы | 90 | 12,48 | 12,59 | 2,45 | 150,60 | 310 |
| | Рис припущенный с овощами | 120 | 2,43 | 8,55 | 22,90 | 178,90 | 316 |
| | Соус молочный | 50 | 0,11 | 1,04 | 1,03 | 13,92 | 350 |
| | Компот из свежих фруктов | 150 | 0,16 | 0,16 | 23,88 | 105,15 | 374 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 660 | 21,41 | 25,81 | 84,58 | 662,02 | |
| Полдник | Компот из сухофруктов | 180 | 0,46 | 0,02 | 27,76 | 103,60 | 376 |
| | Кондитерские изд. без крема | 30 | 0,70 | 0,80 | 18,60 | 65,00 | 604 |
| Итого за полдник: | | 210 | 1,16 | 0,82 | 46,36 | 168,60 | |
| Ужин | Омлет натуральный | 150 | 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157,00 | 215 |
| | Чай с лимоном | 180 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 41,00 | 393 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| Итого за ужин: | | 460 | 13,75 | 14,58 | 67,86 | 458,00 | |
| Итого за день: | | 1 705 | 52,12 | 58,41 | 270,43 | 1675,32 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------------|---------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 День 5 (10) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Геркулес" молочная | 150 | 5,60 | 14,60 | 36,00 | 160,00 | 169 |
| | Кофейный напиток | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 85,00 | 395 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| | Масло сливочное порц. | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 6 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 12,35 | 20,99 | 75,58 | 388,00 | |
| Обед | Солянка домашняя | 180 | 10,55 | 18,25 | 9,60 | 185,00 | 76 |
| | Суфле рыбное | 100 | 8,75 | 4,32 | 6,21 | 98,00 | 268 |
| | Картофель тушёный в соусе | 120 | 4,20 | 12,40 | 31,00 | 178,56 | 133 |
| | Компот из свежих фруктов | 150 | 0,45 | 0,01 | 33,99 | 115,50 | 374 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 80,70 | 123 |
| Итого за обед: | | 590 | 27,25 | 35,57 | 97,50 | 657,76 | |
| Полдник | Сок | 170 | 0,90 | 0,00 | 16,38 | 52,40 | 391 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,25 | 0,75 | 31,00 | 150,00 | 368 |
| Итого за полдник: | | 270 | 3,10 | 0,75 | 47,38 | 202,40 | |
| Ужин | Голубцы ленивые | 200 | 17,65 | 11,30 | 25,33 | 185,75 | 298 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 392 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,86 | 0,35 | 25,15 | 110,00 | 122 |
| Итого за ужин: | | 410 | 21,57 | 11,67 | 60,47 | 335,75 | |
| Итого за день: | | 1 635 | 64,27 | 68,98 | 280,93 | 1583,91 | |

Среднесуточные наборы пищевой продукции для детей от 1 до 3 лет (на 1 ребенка в сутки)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | N | Итого за 10 дней | Среднее за 1 день (брутто) | Среднее за 1 день (нетто) |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| Молоко, молочная и кисломолочная продукция | 360 | 518 | 370 | 440 | 280 | 400 | 498 | 370 | 390 | 280 | 390 | 3 906 | 390,6 | 390,6 |
| Творог | | 75 | 75 | | | | 75 | 75 | | | 30 | 300 | 30 | 30 |
| Сметана | 10 | 10 | | 15 | 15 | | 10 | 10 | | 20 | 9 | 90 | 9 | 9 |
| Сыр | 11 | | | | 11 | 11 | | | 11 | | 4 | 44 | 4,4 | 4 |
| Мясо 1-й категории | 115 | 30 | | 90 | 90 | 105 | 25 | 25 | | 70 | 50 | 550 | 55 | 50 |
| Птица (кура 1-й кат.) | | | 100 | | 15 | | | | 90 | 25 | 20 | 230 | 23 | 20,0 |
| Субпродукты (печень) | | 40 | | 90 | | | 90 | | | | 20 | 220 | 22 | 20,8 |
| Рыба | | | | 40 | 110 | | | 110 | | 100 | 32 | 360 | 36 | 32,1 |
| Яйцо, шт. | 2,2 | 0,7 | 0,2 | 1,2 | 0,4 | | 0,4 | 1,1 | 2,5 | 0,5 | 1 | 10 | 1 | 1 |
| Картофель | 65 | 65 | 295 | 195 | 125 | 255 | 65 | 115 | 65 | 235 | 120 | 1 480 | 148,0 | 120,3 |
| Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10 % от общего количества овощей), зелень, г. | 332 | 162 | 115 | 200 | 514 | 108 | 86 | 309 | 147 | 320 | 180 | 2 293 | 229,3 | 183,4 |
| Фрукты свежие | | 171 | 210 | 21 | 125 | | 121 | 181 | 131 | 121 | 95 | 1 081 | 108,1 | 95,7 |
| Сухофрукты | 23 | | 22 | | | 22 | | | 23 | | 9 | 90 | 9 | 9 |
| Сок фруктовые и овощные | 170 | | 160 | | 170 | 170 | | 170 | | 160 | 100 | 1 000 | 100 | 100 |
| Витаминизированные напитки | | | | | | | | | | | 0 | | | |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 400 | 40 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 600 | 60 | 60 |
| Крупы, бобовые | 30 | 56 | 26 | 18 | 15 | 51 | 21 | 21 | 45 | 25 | 30 | 308 | 30,8 | 30,8 |
| Макаронные изделия | | | | 40 | | | 40 | | 7 | | 8 | 87 | 8,7 | 8,7 |
| Мука пшеничная | 10 | 86 | 11 | 12 | 10 | | 86 | 11 | 10 | 15 | 25 | 251 | 25,1 | 25,1 |
| Масло сливочное | 17 | 22 | 13 | 21 | 17 | 13 | 22 | 14 | 23 | 20 | 18 | 182 | 18,2 | 18,2 |
| Масло растительное | 8 | 12 | 10 | 8 | 9 | 8 | 12 | 9 | 8 | 8 | 9 | 92 | 9,2 | 9,2 |
| Кондитерские изделия | 30 | | | 30 | | 30 | | | 30 | | 12 | 120 | 12 | 12 |
| Чай | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Какао-порошок | | | | 1,6 | | 1,7 | | | 1,7 | | 0,5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Кофейный напиток | 1,4 | 1,4 | 1,4 | | 1,4 | | 1,4 | 1,5 | | 1,5 | 1,0 | 10 | 1 | 1 |
| Сахар | 21 | 32 | 27 | 20 | 19 | 26 | 33 | 25 | 27 | 20 | 25 | 250 | 25 | 25 |
| Дрожжи хлебопекарные | | 2,0 | | | | | 2,0 | | | | 0,4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Крахмал | 3 | 6 | | 4 | | | 4 | | 3 | | 2 | 20 | 2 | 2 |
| Соль пищевая йодированная | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 30 | 3 | 3 |