


 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"
 Е.В. Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ												
завтрак	каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	200	3,82	4,42	18,5	5,1	5,9	24,7	129	172	18/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,3	2,2	9,9	2,7	2,6	12,0	66,8	80,1	13/10
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>330</i>	<i>415</i>	<i>7,97</i>	<i>10,4163</i>	<i>40,5375</i>	<i>10,1</i>	<i>12,4</i>	<i>51,2</i>	<i>290,25</i>	<i>358,9</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	огурец соленый	30	50	0,2	0,03	0,5	0,4	0,05	0,85	3,3	5,5	2/1
	суп-пюре из картофеля	150	180	2,9	3,6	14,7	3,5	4,3	16,9	90,8	124,4	99
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	рисовая запеканка с рыбой	120	160	18,7	3,16	13,78	24,95	4,08	18,23	161,2	226,3	138
	с соусом сметанным	40	40	0,7	2	2,8	0,7	2	2,8	32	32	355
	компот из чернослив и курага	150	180	0,2	0	13,8	0,3	0	16,6	53,2	64	4/10
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,75	0,10	4,80	24,60	24,60	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>540</i>	<i>678</i>	<i>26,4</i>	<i>9,25</i>	<i>70,38</i>	<i>34,8</i>	<i>11,09</i>	<i>88,68</i>	<i>485,5</i>	<i>615,3</i>	
полдник	творожная запеканка	110	120	18,6	10,5	14,5	20,3	11,5	15,8	209	220,8	9/5
	сгущенное молоко	20	30	0,5	0,9	2,9	0,7	1,4	4,4	18	33	2/11
	чай с лимоном	150	180	0,07	0	6,9	2,7	2,6	12	18,2	24,56	13/10
<i>Итого за полдник</i>		<i>280</i>	<i>330</i>	<i>19,17</i>	<i>11,4</i>	<i>24,3</i>	<i>23,7</i>	<i>15,5</i>	<i>32,2</i>	<i>245,2</i>	<i>278,36</i>	
<i>Итого за первый день</i>		<i>1300</i>	<i>1573</i>	<i>54,14</i>	<i>31,6663</i>	<i>152,618</i>	<i>69,2</i>	<i>39,59</i>	<i>189,48</i>	<i>1093,97</i>	<i>1325,58</i>	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ВТОРОЙ												
завтрак	суп молочный	150	200	2,55	2,8	9	3,4	3,7	12	71,25	95	21/2
	чай	150	180	0,07	0	6,9	2,7	2,6	12	18,2	24,56	13/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	129	141,3	4/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>330</i>	<i>415</i>	<i>7,12</i>	<i>8,9</i>	<i>28,4</i>	<i>11</i>	<i>12,5</i>	<i>38,9</i>	<i>218,45</i>	<i>260,86</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
<i>Итого за завтрак</i>												
обед	салат из кукурузы с луком репчатым и растительным маслом	30	50	1,18	3,81	2,93	1,57	5,08	3,9	50,25	67	17
	рассольник ленинградский с мясом со сметаной	150	180	2,46	3,6	12,57	2,9	4,3	15,1	87,9	104,5	33
	биточки (котлеты) из мяса кур	50	70	8,9	7,3	7,4	12,5	10,2	10,4	131,8	184,6	5/9
	макаронные изделия отварные	110	130	3,8	2,7	23,7	4,6	3,3	28	137,8	162,9	43/3
	напиток из шиповника	150	180	0,15	0,07	12,5	0,2	0,09	15	48,7	58,2	15/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>540</i>	<i>678</i>	<i>19,99</i>	<i>17,98</i>	<i>82,7</i>	<i>26,47</i>	<i>23,67</i>	<i>104,5</i>	<i>573,45</i>	<i>736,9</i>	
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	8/12
	снежок питьевой, 2,5% жирности	150	180	4,1	0,07	12,3	5	0,09	14,8	68,3	82	251
<i>Итого за полдник</i>		<i>200</i>	<i>250</i>	<i>8,5</i>	<i>3,37</i>	<i>39,3</i>	<i>11,2</i>	<i>4,69</i>	<i>52,6</i>	<i>219,6</i>	<i>280,9</i>	
Итого за второй день		1220	1493	36,21	30,85	167,8	49,27	41,46	213,4	1084,52	1351,68	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ТРЕТИЙ												
завтрак	каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,9	4,5	23,4	6,5	6	31,2	154,5	206	11/4
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>340</i>	<i>415</i>	<i>7,95</i>	<i>9,14</i>	<i>42,2</i>	<i>10,1</i>	<i>10,9</i>	<i>53,3</i>	<i>289,2</i>	<i>358,1</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	кабачковая икра	30	50	0,5	1,9	2,2	0,8	3,1	3,7	27,2	45,4	
	борщ с морской капустой с мясом говядины со сметаной	150	180	4,9	6,3	5	5,8	6,1	6	96,8	116,1	4/2
	печень по-строгановски	50	70	6,2	6,6	1,2	8,8	9,2	1,7	90	126	9/8
	картофельное пюре	110	130	2,3	3,1	15,1	3,1	4,2	20,6	99	135	3/3
	компот из сухофруктов	150	180	0	0	14,25	0	0	17,1	60	72	
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>540</i>	<i>678</i>	<i>17,4</i>	<i>18,4</i>	<i>61,35</i>	<i>23,2</i>	<i>23,3</i>	<i>81,2</i>	<i>490</i>	<i>654,2</i>	
полдник	омлет запеченный	130	150	12,6	17	2,3	14,5	19,6	2,6	131	153	42/3
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
<i>Итого за полдник</i>		<i>280</i>	<i>330</i>	<i>15,9</i>	<i>19,9</i>	<i>21,7</i>	<i>18</i>	<i>22,7</i>	<i>23,2</i>	<i>219,1</i>	<i>274,5</i>	
<i>Итого за третий день</i>		<i>1310</i>	<i>1573</i>	<i>41,85</i>	<i>48,04</i>	<i>142,65</i>	<i>51,9</i>	<i>57,5</i>	<i>175,1</i>	<i>1071,32</i>	<i>1359,82</i>	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ												
завтрак	каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	180	5,1	4,4	26	5,7	5	29,1	145,2	175,4	5/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	57,4	80,1	13/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	129	141,3	4/13
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>340</i>	<i>405</i>	<i>12</i>	<i>12,8</i>	<i>49,1</i>	<i>13,3</i>	<i>13,8</i>	<i>56</i>	<i>331,6</i>	<i>396,8</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,75	0	15,15	0,75	0	15,15	70	70	399
<i>Итого за завтрак</i>	<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,75</i>	<i>0</i>	<i>15,15</i>	<i>0,75</i>	<i>0</i>	<i>15,15</i>	<i>70</i>	<i>70</i>		
обед	салат из свеклы с чесноком	30	50	0,41	3,03	2,15	0,67	5,05	3,6	37,8	63,1	69
	уха рыбацкая	150	180	5,1	1,6	7,35	6,1	1,9	8,8	65,25	78,3	30/2
	овощное рагу с курицей	170	200	11,32	10,35	12,3	12,08	11,04	13,12	189	201,6	298
	компот из замороженных фруктов	150	180	0,12	0,12	11,9	0,14	0,14	14,3	45	54	6/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>	<i>550</i>	<i>678</i>	<i>20,45</i>	<i>15,6</i>	<i>57,3</i>	<i>23,69</i>	<i>18,83</i>	<i>71,92</i>	<i>454,05</i>	<i>556,7</i>		
полдник	ватрушка с повидлом	50	70	6,5	6,2	20,1	9,1	8,7	28,2	164,2	228	5/12
	молоко кипяченое	150	180	4,3	4,8	6,7	5,2	5,8	8,1	87	104,4	255
<i>Итого за полдник</i>	<i>200</i>	<i>250</i>	<i>10,8</i>	<i>11</i>	<i>26,8</i>	<i>14,3</i>	<i>14,5</i>	<i>36,3</i>	<i>251,2</i>	<i>332,4</i>		
<i>Итого за четвертый день</i>		<i>1240</i>	<i>1483</i>	<i>44</i>	<i>39,4</i>	<i>148,35</i>	<i>52,04</i>	<i>47,13</i>	<i>179,37</i>	<i>1106,85</i>	<i>1355,9</i>	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36" Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ПЯТЫЙ												
завтрак	каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	190	5,4	4,95	22	6,8	6,2	27,8	154,5	195,7	2/4
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	90,5	106,8	1/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>340</i>	<i>415</i>	<i>10,6</i>	<i>11,69</i>	<i>53,5</i>	<i>12,6</i>	<i>13,2</i>	<i>62,9</i>	<i>333,1</i>	<i>424</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	салат из отварного картофеля с зеленым горошком, яйцом и растительным маслом	30	50	0,9	3,3	3	1,5	5,6	5	46	76,6	32/1
	щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	150	180	2,21	3,6	5,15	2,6	4,3	6,2	70,86	85	56
	голубцы ленивые	140	160	13,1	9,2	11,1	15	10,4	12,6	183,2	197	150
	с соусом сметанным с томатом	40	40	0,7	2	2,8	0,7	2	2,8	32	32	355
	кисель	150	180	0	0	13,5	0	0	16,2	46,5	54	4/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>560</i>	<i>678</i>	<i>20,41</i>	<i>18,6</i>	<i>59,15</i>	<i>24,5</i>	<i>23</i>	<i>74,9</i>	<i>495,56</i>	<i>604,3</i>	
полдник	творожная запеканка	110	120	18,6	10,5	14,5	20,3	11,5	15,8	209	220,8	9/5
	сгущенное молоко	20	30	0,5	0,9	2,9	0,7	1,4	4,4	22	33	2/11
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
<i>Итого за полдник</i>		<i>290</i>	<i>330</i>	<i>20,25</i>	<i>12,2</i>	<i>24,1</i>	<i>22,3</i>	<i>13,9</i>	<i>27,8</i>	<i>271,2</i>	<i>299,1</i>	
<i>Итого за пятый день</i>		<i>1340</i>	<i>1573</i>	<i>51,86</i>	<i>43,09</i>	<i>154,15</i>	<i>60</i>	<i>50,7</i>	<i>183</i>	<i>1172,88</i>	<i>1400,42</i>	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ШЕСТОЙ												
завтрак	каша молочная ассорти											
	кукурузная молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,5	20,55	5,4	5,4	24,6	141	169,2	19/4
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	122,8	140	4/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>350</i>	<i>405</i>	<i>10,15</i>	<i>11,4</i>	<i>39,75</i>	<i>11,6</i>	<i>12,6</i>	<i>47,1316</i>	<i>304</i>	<i>354,5</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,75	0	15,15	0,75	0	15,15	70	70	399
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,75</i>	<i>0</i>	<i>15,15</i>	<i>0,75</i>	<i>0</i>	<i>15,15</i>	<i>70</i>	<i>70</i>	
обед	огурец соленый	30	50	0,2	0,03	0,5	0,4	0,05	0,85	3,3	5,5	2/1
	суп-пюре гороховый с мясом куры	150	180	8,8	5,97	11,1	10,5	7,1	13,3	134,5	161,4	29/2
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	суфле рыбное	50	70	9,5	5,3	2,4	11,3	6,4	2,9	96	112,8	
	картофельное пюре	110	130	2,3	3,1	15,1	3,1	4,2	20,6	80	135	3/3
	компот из чернослива и кураги	150	180	0,2	0	13,8	0,3	0	16,6	53,2	64	4/10
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,75	0,10	4,80	24,60	24,60	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>540</i>	<i>678</i>	<i>24,7</i>	<i>14,86</i>	<i>67,7</i>	<i>30,55</i>	<i>18,41</i>	<i>87,55</i>	<i>512</i>	<i>641,8</i>	
полдник	пряники (печенье, вафля)	50	70	5,5	6	19	7,7	8,4	26,6	148,5	202,8	
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
<i>Итого за полдник</i>		<i>200</i>	<i>250</i>	<i>8,8</i>	<i>8,9</i>	<i>38,4</i>	<i>11,2</i>	<i>11,5</i>	<i>47,2</i>	<i>236,6</i>	<i>324,3</i>	
<i>Итого за шестой день</i>		<i>1240</i>	<i>1483</i>	<i>44,4</i>	<i>35,16</i>	<i>161</i>	<i>54,1</i>	<i>42,51</i>	<i>197,032</i>	<i>1122,6</i>	<i>1390,60</i>	



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"
 Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ												
завтрак	каша рисовая молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,35	31,8	5,4	5,2	38,1	186	223,2	7/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	58,1	80,1	13/10
	батон с маслом	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	126	141,3	4/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>340</i>	<i>405</i>	<i>11,4</i>	<i>12,75</i>	<i>54,9</i>	<i>13</i>	<i>14</i>	<i>65</i>	<i>370,1</i>	<i>444,6</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	кабачковая икра	30	50	0,5	1,9	2,2	0,8	3,1	3,7	27,2	45,4	23/1
	бульон куриный с отварным яйцом	150	180	7,4	6,9	0,5	8,4	7,8	0,6	62,6	75,1	1/2+1/6
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	макаронные изделия отварные	110	130	3,8	2,7	23,7	4,6	3,3	28	137,8	162,9	43/3
	гуляш из отварной говядины	50	70	7,5	7,7	1,2	10,5	10,8	1,7	104,3	146,1	54-1м-2020
	компот из замороженных фруктов	150	180	0,12	0,12	11,9	0,14	0,14	14,3	45	54	6/10
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,70	0,20	4,80	0,00	24,60	
хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9		
<i>Итого за обед</i>		<i>540</i>	<i>678</i>	<i>23,1</i>	<i>19,8</i>	<i>64,3</i>	<i>29,4</i>	<i>25,9</i>	<i>81,6</i>	<i>497,3</i>	<i>646,6</i>	
полдник	"гребешок" из дрожжевого теста	50	70	4,1	3,4	4,2	4,12	3,49	42,38	125	137	17-2/12
	кефир 2,5% жирности	150	180	4,1	0,07	12,3	5	0,09	14,8	68,3	82	251
<i>Итого за полдник</i>		<i>200</i>	<i>250</i>	<i>8,2</i>	<i>3,47</i>	<i>16,5</i>	<i>9,12</i>	<i>3,58</i>	<i>57,18</i>	<i>193,3</i>	<i>219</i>	
<i>Итого за седьмой день</i>		<i>1230</i>	<i>1483</i>	<i>43,255</i>	<i>36,62</i>	<i>153,1</i>	<i>52,082</i>	<i>44,124</i>	<i>221,14</i>	<i>1133,67</i>	<i>1383,18</i>	



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"
 Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ВОСЬМОЙ												
завтрак	каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,5	20,55	5,4	5,4	24,6	141	169,2	19/4
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	122,8	140	4/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>340</i>	<i>405</i>	<i>12,3</i>	<i>13,5</i>	<i>52,45</i>	<i>13,8</i>	<i>14,7</i>	<i>60,1316</i>	<i>351,9</i>	<i>430,7</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,75	0	15,15	0,75	0	15,15	70	70	399
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	30	50	0,41	2,19	1,28	0,7	3,31	2,12	25	41,32	7/1
	свекольник со сметаной	150	180	1,3	3,3	8,8	1,5	3,9	10,5	70	83,7	3
	каша рисовая рассыпчатая	110	130	2,7	2,5	27,2	3,2	2,9	32,1	144,5	170,7	45/3
	печень по-строгановски	50	70	6,2	6,6	1,2	8,8	9,2	1,7	90	126	9/8
	компот из кураги и изюма	150	180	0,2	0	13,8	0,3	0	16,6	53,2	64	1/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>540</i>	<i>678</i>	<i>14,31</i>	<i>15,09</i>	<i>75,88</i>	<i>19,2</i>	<i>20,01</i>	<i>95,12</i>	<i>499,7</i>	<i>645,42</i>	
полдник	яйцо отварное	60	60	7,8	7,2	0,42	7,8	7,2	0,42	95,4	95,4	316
	пряники (печенье, вафля)	50	70	5,5	6	19	7,7	8,4	26,6	148,5	202,8	
	чай с лимоном	150	180	0,07	0	6,9	2,7	2,6	12	18,2	24,56	13/10
<i>Итого за полдник</i>		<i>260</i>	<i>310</i>	<i>13,37</i>	<i>13,2</i>	<i>26,32</i>	<i>18,2</i>	<i>18,2</i>	<i>39,02</i>	<i>262,1</i>	<i>322,76</i>	
<i>Итого за восьмой день</i>		<i>1290</i>	<i>1543</i>	<i>40,58</i>	<i>42,39</i>	<i>172,05</i>	<i>51,8</i>	<i>53,51</i>	<i>211,672</i>	<i>1186,72</i>	<i>1471,9</i>	



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"
 Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ												
завтрак	каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,9	4,5	23,4	6,5	6	31,2	154,5	206	11/4
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>350</i>	<i>425</i>	<i>7,95</i>	<i>9,14</i>	<i>42,2</i>	<i>10,1</i>	<i>10,9</i>	<i>53,3</i>	<i>289,2</i>	<i>358,1</i>	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	салат из моркови с яблоками и растительным маслом	30	50	0,31	2	2,98	0,6	4	5,96	31	52	11/1
	суп картофельный с макаронными изделиями с курой	150	180	1,3	0,8	8,5	1,5	1	10,2	87,25	106,7	18/2
	капуста, тушеная с мясом (бигус)	150	160	9	7,5	7,36	10	8,2	10,8	255	280	200
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	20	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>520</i>	<i>638</i>	<i>14,51</i>	<i>10,8</i>	<i>56,14</i>	<i>17,25</i>	<i>13,9</i>	<i>75,56</i>	<i>544,25</i>	<i>663,2</i>	
полдник	омлет запеченный	130	150	12,6	17	2,3	14,5	19,6	2,6	131	153	42/3
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	58,1	80,1	13/10
<i>Итого за полдник</i>		<i>280</i>	<i>330</i>	<i>15</i>	<i>19,3</i>	<i>12,9</i>	<i>17,2</i>	<i>22,2</i>	<i>14,6</i>	<i>189,1</i>	<i>233,1</i>	
<i>Итого за девятый день</i>		<i>1300</i>	<i>1543</i>	<i>38,06</i>	<i>39,84</i>	<i>128,64</i>	<i>45,15</i>	<i>47,6</i>	<i>160,86</i>	<i>1095,57</i>	<i>1327,42</i>	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ												
завтрак	каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	180	3,8	4,4	18,5	4,7	5,4	22,8	109,2	157,1	18/4
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	122,8	140	4/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>340</i>	<i>405</i>	<i>11,6</i>	<i>13,4</i>	<i>50,4</i>	<i>13,1</i>	<i>14,7</i>	<i>58,3</i>	<i>320,1</i>	<i>418,6</i>	
второй завтрак (10-00)	сок	150	150	0,75	0	15,15	0,75	0	15,15	70	70	399
<i>Итого за завтрак</i>		<i>150</i>	<i>150</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>17,4</i>	<i>73,02</i>	<i>73,02</i>	
обед	салат горошек зеленый с яйцом	30	50	2,2	1,76	1,8	3,67	2,9	3	31,7	52,8	2/1
	суп рыбный из консервов	150	180	5	2,2	8,6	6,7	3	11,5	100,4	133,8	18/2
	биточки (котлеты) из мяса говядины	50	70	8,5	8	7	10,4	9,8	8,5	134,3	174,6	17/8
	свекла тушеная в сметанном соусе	120	150	2	2,2	10,7	2,5	2,7	13,4	69,6	97	16/3
	компот из замороженных фруктов	150	180	0,12	0,12	11,9	0,14	0,14	14,3	45	54	6/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>550</i>	<i>698</i>	<i>21,32</i>	<i>14,78</i>	<i>63,6</i>	<i>28,11</i>	<i>19,24</i>	<i>82,8</i>	<i>498</i>	<i>671,9</i>	
полдник	ватрушка с творогом	50	70	6,5	6,2	20,1	9,1	8,7	28,2	164,2	228	5/12
	молоко кипяченое	150	180	4,3	4,8	6,7	5,2	5,8	8,1	87	104,4	255
<i>Итого за полдник</i>		<i>200</i>	<i>250</i>	<i>10,8</i>	<i>11</i>	<i>26,8</i>	<i>14,3</i>	<i>14,5</i>	<i>36,3</i>	<i>251,2</i>	<i>332,4</i>	
<i>Итого за десятый день</i>		<i>1240</i>	<i>1503</i>	<i>44,32</i>	<i>39,78</i>	<i>158,2</i>	<i>56,11</i>	<i>49,04</i>	<i>194,8</i>	<i>1142,32</i>	<i>1495,92</i>	