

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ СД № 313



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ МБДОУ - ДЕТСКОГО САДА № 313,  
ВКЛЮЧАЮЩЕЕ ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

неделя: ПЕРВАЯ

день 1

Наименование блюда	вес блюда		птщевые вещества ясли			пищевые вещества-сад			№ рецептуры		
	1-3л.	3-7л.	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры		углев	к/калл
<b>Завтрак</b>											
Каша манная с маслом сливочным	150	200	3,9	4,1	21,3	147,9	5,2	5,4	28,4	177,5	07.05.2004, 7.5/4/2
Кофейный напиток на молоке	150	200	2,1	2,1	10,6	78,4	2,1	2,1	10,6	78,4	7.13/10/2 8.13/10
Батон с маслом	25	30	2,0	5,7	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	7.035/2-я, 7.035/3-д
	6	6									
<b>итого за завтрак</b>	<b>331</b>	<b>436</b>	<b>8,0</b>	<b>11,9</b>	<b>45,3</b>	<b>329,9</b>	<b>9,6</b>	<b>13,4</b>	<b>55,1</b>	<b>359,7</b>	
<b>10.00 сок</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>62,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>62,1</b>	7.031-4-д
<b>ОБЕД</b>											
Салат из свежей капусты и морков растительным маслом	40	60	0,7	0,3	4,9	42,8	1,0	0,4	7,3	64,2	7.5/1/2-я, 7.5/1-д
Щи из свежей капусты с крупой и сметаной	150	200	1,2	3,4	6,4	63,1	1,6	4,6	8,5	75,8	7.7/2/3-я, 7.7/2-д
Биточки из мяса говядины	70	80	8,5	8,6	4,1	141,3	1,4	1,5	0,6	188,4	8.14/8/1, 7.14/8
Картофельное пюре	130	150	2,7	4,0	19,8	134,8	3,1	5,1	19,9	148,9	7.021, 7.3/3/2
Напиток из шиповника	150	200	0,3	0,0	15,8	65,4	0,3	0	18,2	67,6	7.063
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	7.н003-1-я, 7.002/1-д
<b>итого за обед</b>	<b>580</b>	<b>750</b>	<b>7,7</b>	<b>8,2</b>	<b>65,2</b>	<b>388,5</b>	<b>10,4</b>	<b>10,8</b>	<b>81,4</b>	<b>480,2</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>											
Запеканка из творога с рисом	120	150	14,8	22,2	21,6	342,3	18,4	27,7	26,6	383,8	7.14/5/2-я, 7/14/5/1-д
Сгущенное молоко для запеканок	20	20	0,9	1,1	7,3	37,4	0,9	1,1	7,3	37,4	4.12/11
кисломолочный продукт	150	150	4,5	8,9	0,6	125,0	4,5	8,9	0,6	125,0	7.363-6
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	41,6	1,5	0,2	10,0	41,6	7.050
<b>итого за ужин</b>	<b>310</b>	<b>340</b>	<b>21,6</b>	<b>32,4</b>	<b>39,5</b>	<b>546,3</b>	<b>25,3</b>	<b>37,9</b>	<b>44,5</b>	<b>587,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1371</b>	<b>1676</b>	<b>38,0</b>	<b>52,6</b>	<b>165,2</b>	<b>1326,8</b>	<b>46,0</b>	<b>62,3</b>	<b>196,2</b>	<b>1489,8</b>	



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.Б. Хабибрахманова

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

неделя: ПЕРВАЯ

день 2



Наименование блюда	выход		ясли				сад				№ рецептуры	
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		
<b>Завтрак</b>												
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	5,76	5,67	29,07	187,5	6,4	6,3	32,3	208,3	7.15/4/2-я, 7.15/4-д	
Кофейный напиток на молоке	150	200	2,1	2,1	10,6	78,4	2,1	2,1	10,6	78,4	7.13/10/2 8.13/10	
Сыр	8	10	1,9	2,0	0	25,9	2,4	2,5	0	29,1	7.435/2, 7.435/1	
Батон	25	30	1,9	0,7	13,3	52,9	2,3	0,9	16,0	63,4	7.189-8-я, 7.189-4-д	
<b>итого</b>	<b>325</b>	<b>430</b>	<b>11,7</b>	<b>10,4</b>	<b>53,0</b>	<b>344,7</b>	<b>13,2</b>	<b>11,8</b>	<b>58,9</b>	<b>379,2</b>		
<b>10.00 Фрукт (яблоко)</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>15,6</b>	<b>53,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>53,5</b>	7.131-2	
<b>ОБЕД</b>												
Салат из отвар.картоф. с морковью репч. луком с растительным маслом	40	60										
суп лапша на кур. бульоне	150	200	1,3	2,3	9,1	66,7	1,8	3,1	12,2	89,0	7.20/2, 7.20/2/3	
Биточки из кури	60	80	0,9	8,8	4,8	146,3	11,3	11,7	6,3	174,8	7.019	
Рагу овощное	120	150	2,2	3,6	9,1	80,7	2,4	3,8	16,3	110,9	7.18/3, 7.207	
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	58,8	0,1	0,0	17,0	70,8	7.6/10, 7.6/10/2,	
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	7.050-я, 7.052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	7.н003-1-я, 7.002/1-д	
<b>итого</b>	<b>560</b>	<b>750</b>	<b>7,5</b>	<b>15,1</b>	<b>42,7</b>	<b>434,8</b>	<b>19,9</b>	<b>19,2</b>	<b>19,2</b>	<b>569,0</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>												
Сельдь	40	40	6,8	3,4	0,0	58,4	6,8	3,4	0,0	58,4	7.н125/3	
Картофель отварной	120	150	2,3	2,6	20,0	119,2	2,8	2,7	24,2	142,4	7.1/3, 7.63с/1	
Чай с лимоном	150	200	0	0	6,8	28,9	0,0	0,0	0,9	39,6	7.11/10, 7.11/10/2	
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	41,6	1,5	0,2	10,0	41,6	7.050	
<b>итого</b>	<b>330</b>	<b>410</b>	<b>10,6</b>	<b>6,2</b>	<b>36,7</b>	<b>248,1</b>	<b>11,2</b>	<b>6,3</b>	<b>35,1</b>	<b>282,0</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1365</b>	<b>1740</b>	<b>30,3</b>	<b>32,3</b>	<b>148,1</b>	<b>1081,1</b>	<b>44,2</b>	<b>37,4</b>	<b>113,3</b>	<b>1283,6</b>		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.Б. Хабибрахманова



неделя: ПЕРВАЯ день 3

Наименование блюда	выход		ясли			сад			№ рецептуры
	ясли	сад	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	
Завтрак									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	200	4,4	5,9	21,5	5,9	7,8	28,6	209,6
Какао с молоком	150	180	2,8	2,7	18,0	2,9	2,7	20,7	126,6
Батон с маслом	25,6	30,6	2,0	0,6	13,4	2,3	5,9	16,0	103,8
<b>ИТОГО</b>	<b>325,6</b>	<b>410,6</b>	<b>9,2</b>	<b>9,1</b>	<b>52,8</b>	<b>11,1</b>	<b>16,4</b>	<b>65,4</b>	<b>440,0</b>
<b>10.00 Фрукт</b>	<b>160</b>	<b>180</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,2</b>	<b>1,9</b>	<b>0,1</b>	<b>27,5</b>	<b>100,9</b>
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	325,6	410,6	9,2	9,1	52,8	11,1	16,4	65,4	440,0
	40	60	0,6	2,4	5,2	1,0	3,7	7,8	72,2
Суп рыбный с крупой	150	200	6,3	2,1	13,0	0,8	2,8	17,3	121,9
Печень говяжья по-строгановски	70	80	9,3	10,8	1,9	10,6	12,4	2,2	181,4
Каша рисовая рассыпчатая	130	150	3,3	3,6	2,6	3,8	4,1	30,5	161,9
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	0,5	0,0	18,0	78,4
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	2,3	0,3	15,0	69,3
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	2,0	0,4	12,5	54,3
<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>750</b>	<b>22,1</b>	<b>17,0</b>	<b>37,3</b>	<b>20,9</b>	<b>23,6</b>	<b>103,3</b>	<b>739,4</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>									
Салат из отвар. карт., морк., свеклы, репч. лук, солен. огур. раст.масл.	60	60	0,9	5,4	6,6	0,9	5,4	6,6	83,9
чай с молоком	150	180	1,0	1,1	8,4	1,2	1,3	10,1	60,7
Ватрушка с повидлом	80	80	5,6	4,5	46,7	5,6	4,5	46,7	269,2
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	1,5	0,2	10,0	46,2
<b>ИТОГО</b>	<b>310</b>	<b>340</b>	<b>8,9</b>	<b>11,1</b>	<b>71,7</b>	<b>9,1</b>	<b>11,4</b>	<b>73,4</b>	<b>460,0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1376</b>	<b>1681</b>	<b>41,2</b>	<b>37,4</b>	<b>177,0</b>	<b>43,0</b>	<b>51,4</b>	<b>269,6</b>	<b>1740,3</b>

7.12/10/2-я, 7.14/10/5-д  
7.035/2-я, 7.035/3-д  
7.183-1-я, 7.279-д  
7.28/1/2-я, 7.28/1-д  
7.423/2-я, 7.423-д  
7.9/8/4-я, 7.9/8/2-д  
7.45/3/2-я, 7.45/3-д  
7.6/10/2-я, 7.6/10-д  
7.050-я, 7.052-д  
7.003-1-я, 7.002/1-д

Основное орггвнизованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.Б. Хабибрахманова



неделя: ПЕРВАЯ

день 4

Наименование блюда	выход		если			если			сад			№ рецептуры
	если	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		
<b>Завтрак</b>												
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,8	4,7	23,5	173,6	6,5	6,3	31,3	208,3	7.11/4/2-я, 7.11/4-д	
Кофейный напиток с молоком	150	200	0,2	2,1	10,6	78,4	0,2	2,1	10,6	78,4	7.13/10/2-я, 8.13/10-д	
Сыр	8	10	1,9	2,0	0	25,9	2,4	2,5	0	29,1	7.435/1-я, 7.435/2-д	
Батон	25	30	1,9	0,8	13,3	58,8	2,3	0,1	16,0	63,5	7.189-8-я, 7.189-4-д	
<b>итого</b>	<b>325</b>	<b>430</b>	<b>8,9</b>	<b>9,6</b>	<b>47,4</b>	<b>336,6</b>	<b>11,4</b>	<b>11,0</b>	<b>57,9</b>	<b>379,3</b>		
<b>10.00 Сок</b>	<b>100</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>62,1</b>	7.031-я, 7.031-4-д	
<b>ОБЕД</b>												
Салат из морской капусты с яйцом с растительным маслом	40	60	0,1	6,1	2,8	67,7	1,4	9,1	4,2	101,5	7.19/1/2-я, 7.19/1-д	
Суп-пюре гороховый	150	200	6,2	1,7	17,6	115,1	8,3	2,2	2,3	153,4	7.29/2/3-я, 7.29/2-д	
Гренки	20	20	1,7	0,2	10,9	55,4	1,7	0,2	10,9	55,4	7.34/2/2	
Суфле из мяты	50	80	8,1	2,4	1,8	80,9	12,9	3,8	2,9	130,1	7.14/7/3-я, 7.14/7-д	
Картофельное пюре	120	150	2,4	3,0	17,7	114,4	3,1	5,1	19,9	148,9	7.н64-с-1-я, 7.021-д	
Компот из яблок и изюма	150	200	0,1	0,0	1,3	53,8	0,1	0,1	17,3	71,8	7.2/10/2-я, 7.2/10-д	
Хлеб пшеничный	20	30	7,1	0,2	0,2	46,2	2,3	2,7	15,0	69,3	7.050-я, 7.052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	7.н003-1-я, 7.002/1-д	
<b>итого</b>	<b>570</b>	<b>770</b>	<b>25,2</b>	<b>13,5</b>	<b>49,6</b>	<b>514,1</b>	<b>30,1</b>	<b>23,4</b>	<b>74,1</b>	<b>729,3</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>												
Макаронные изделия отварные	130	150	5,1	3,0	35,5	201,2	5,3	4,7	38,2	209,3	7.н151-1-я, 8.43/3-д	
Пряник	30	30	1,4	0,8	23,3	105,0	1,4	0,8	23,3	105,0	7.209-1	
Молоко кипяченое	200	200	5,3	5,6	8,5	117,8	5,3	5,6	8,5	117,8	7.386	
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	46,2	1,5	0,2	10,0	46,2	7.050	
<b>итого</b>	<b>380</b>	<b>400</b>	<b>13,3</b>	<b>9,7</b>	<b>77,3</b>	<b>470,2</b>	<b>13,6</b>	<b>11,3</b>	<b>80,1</b>	<b>478,3</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1375</b>	<b>1750</b>	<b>47,9</b>	<b>32,9</b>	<b>184,5</b>	<b>1362,4</b>	<b>55,7</b>	<b>46,0</b>	<b>227,3</b>	<b>1648,9</b>		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.В. Хабибрахманова



неделя: **ПЕРВАЯ** день **5**

Наименование блюда	выход		ясли				сад				№ рецептуры	
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		
<b>Завтрак</b>												
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	200	0,4	4,8	18,2	142,3	5,0	6,4	2,4	170,8	7,16/4/2-я, 7,16/4-д	
Чай с молоком	150	200	1,0	1,1	8,4	50,6	1,3	1,4	11,2	67,4	7,12/10/2-я, 7,12/10-д	
Батон с маслом	25 \ 6	30 \ 6	2,0	0,6	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	7,035/2-я, 7,035/3-д	
<b>ИТОГО</b>	<b>300</b>	<b>400</b>	<b>3,3</b>	<b>6,5</b>	<b>39,9</b>	<b>296,5</b>	<b>8,6</b>	<b>13,7</b>	<b>29,7</b>	<b>342,0</b>		
<b>10.00 Сок</b>	<b>100</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>41,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>62,1</b>	7,031-я, 7,031-4-д	
<b>ОБЕД</b>												
Салат из отварной свеклы с растит маслом	50	60	0,7	3,7	5,3	58,1	0,8	4,5	6,3	69,7	7,20/1/1-я, 8,20/1-д	
Суп из овощей со сметаной	150	200	1,2	0,4	7,2	75,2	1,6	5,5	9,6	90,3	7,14/2/3-я, 7,14/2-д	
Каша гречневая	120	150	3,7	3,6	2,3	133,1	4,7	6,3	29,0	187,9	7,н076/2-я, 7,076-1-д	
Гуляш из мяса говядины	70	80	1,0	10,5	3,3	164,2	11,8	12,0	3,7	187,6	7,11/8/2-я, 7,11/8/1-д	
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	58,8	0,5	0,0	18,0	78,4	7,10/10/2-я, 7,6/10-д	
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	7,050-я, 7,052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	7,н003-1-я, 7,002/1-д	
<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>750</b>	<b>9,8</b>	<b>18,6</b>	<b>37,7</b>	<b>571,8</b>	<b>23,6</b>	<b>28,8</b>	<b>94,2</b>	<b>737,5</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>												
Омлет с маслом натуральный	80	100	6,3	8,8	2,0	125,0	7,9	10,1	2,5	132,1	7,н038/2-я, 7,н038/1-д	
Шанежка с картофелем	70	70	5,3	6,3	3,0	215,2	5,3	6,3	3,0	215,2	7,148/2	
Кисло-молочный продукт	150	150	4,2	4,8	6,1	83,9	4,2	4,8	6,1	83,9	7,075	
Хлеб ржаной	20	20	1,3	0,2	8,4	36,2	1,3	0,2	8,4	36,2	7,н003-1	
<b>ИТОГО</b>	<b>320</b>	<b>340</b>	<b>17,1</b>	<b>20,1</b>	<b>19,5</b>	<b>460,2</b>	<b>18,7</b>	<b>21,4</b>	<b>20,0</b>	<b>467,3</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1300</b>	<b>1640</b>	<b>30,7</b>	<b>45,3</b>	<b>107,1</b>	<b>1370,0</b>	<b>51,7</b>	<b>64,1</b>	<b>159,1</b>	<b>1608,9</b>		
<b>среднее значение за период</b>			<b>37,6</b>	<b>40,1</b>	<b>156,4</b>	<b>1316,0</b>	<b>48,1</b>	<b>52,2</b>	<b>193,1</b>	<b>1554,3</b>		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

неделя: **ВТОРАЯ**

день **6**

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.Б. Хабиррахманова

Наименование блюда	выход		ясли				сад				ВИТ С		№ рецептуры	
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл	ясли	сад		
<b>Завтрак</b>														
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,4	4,2	24,9	166,4	5,9	5,6	33,180	199,0	0,3	0,4	7,14/4/2-я, 7,14/4-д	
Кофейный напиток на молоке	150	200	0,2	2,1	10,6	78,4	0,3	2,8	14,1	104,5	0,4	0,5	7,13/10/2-я, 7,13/10-д	
Батон с маслом	25	30	2,0	5,7	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	0	0	7,035/2-я, 7,035/3-д	
	6	6												
<b>ИТОГО</b>	<b>331</b>	<b>436</b>	<b>6,6</b>	<b>12,0</b>	<b>48,9</b>	<b>348,4</b>	<b>8,5</b>	<b>14,3</b>	<b>63,4</b>	<b>407,3</b>	<b>0,70</b>	<b>0,90</b>		
<b>10.00 Фрукт</b>	<b>100</b>	<b>180</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,2</b>	<b>56,1</b>	<b>1,9</b>	<b>0,1</b>	<b>27,5</b>	<b>100,9</b>			7,183-1-я, 7,279-д	
<b>ОБЕД</b>														
Горошек зеленый с яйцом и сливочным маслом	50/20	50/20	3,9	3,6	3,1	66,4	3,9	3,6	3,1	66,4			07.02.2001	
Свекольник на мясном бульоне	150	200	1,3	3,4	10,5	80,0	1,8	4,6	14,0	106,7			7,5/2/3-я, 7,5/2	
Голубцы ленивые в молочном соусе	150	180	9,1	7,9	10,8	158,4	13,2	12,4	13,0	228,7			7,н243/3-я, 7,н243/2-д	
Напиток из вишни	180	180	0,0	0,0	13,1	50,7	0,0	0,0	13,1	50,7			7,15/13/1	
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0,00	0,00	7,050-я, 7,052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0,00	0,00	7,н003-1-я, 7,002/1-д	
<b>ИТОГО</b>	<b>520</b>	<b>620</b>	<b>5,9</b>	<b>15,3</b>	<b>55,9</b>	<b>437,9</b>	<b>23,2</b>	<b>21,3</b>	<b>70,7</b>	<b>576,1</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>				15,4										
Пюре из гороха со слив.маслом	80	80	7,7	0,4	19,4	149,1	7,7	0,4	19,4	149,1	3,7	4,3	7,362-2	
Чай	150	180	1,0	1,1	8,4	50,6	1,2	1,3	10,1	60,7			7,12/10/2-я, 2021/30/10-д	
Ватрушка с творогом	70	70	7,5	9,6	25,0	238,1	7,5	9,6	25,0	238,1			7,103/2	
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	46,2	1,5	0,2	10,0	46,2	0	0	7,050	
<b>ИТОГО</b>	<b>320</b>	<b>350</b>	<b>17,8</b>	<b>11,2</b>	<b>62,8</b>	<b>484,0</b>	<b>17,9</b>	<b>11,4</b>	<b>64,5</b>	<b>494,1</b>	<b>3,7</b>	<b>4,3</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>71/1776</b>		<b>31,2</b>	<b>38,6</b>	<b>182,8</b>	<b>1326,4</b>	<b>51,6</b>	<b>47,0</b>	<b>226,1</b>	<b>1578,42</b>	<b>4,43</b>	<b>5,20</b>		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

неделя: **ВТОРАЯ**

день **7**



Наименование блюда	• ВЫХОД		ясли			сад			вит С		№ рецептуры		
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		ясли	сад
Завтрак													
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	200	2,8	2,7	18,0	115,4	6,2	6,9	37,6	224,4	0,4	0,5	7.7/4/2-я, 7.7/4-д
Какао на молоке	150	200	2,2	2,3	12,6	86,5	3,8	3,6	14,9	115,9	0,4	0,5	7.14/10/2-я, 7.14/10-д
Сыр	10	10	2,4	2,5	0	32,4	2,4	2,5	0	32,4	0,01	0,01	7.435/2
Батон	20	30	1,5	0,1	10,7	47,0	2,3	0,1	16,0	70,5	0	0	7.189-3-я, 7.189-4-д
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>430</b>	<b>9,0</b>	<b>7,5</b>	<b>41,2</b>	<b>281,3</b>	<b>14,7</b>	<b>13,0</b>	<b>68,4</b>	<b>443,2</b>	<b>0,81</b>	<b>1,0</b>	
<b>10.00 Фрукт</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>15,6</b>	<b>53,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>5,6</b>	<b>53,5</b>			7.131-2
<b>ОБЕД</b>													
Салат из белокочанной капусты с морковью и растит.маслом	40	60	0,7	0,3	4,9	42,8	1,0	4,1	7,3	64,2			7.5/1/2-я, 7.5/1-д
Суп из овощей вегетарианский со сметаной	150	200	1,2	0,4	7,2	75,2	1,6	5,5	9,6	100,3	5,10	6,80	7.14/2/3-я, 7.14/2-д
Рыба под маринадом	120	150	10,9	8,2	8,6	183,1	13,7	10,2	10,8	228,1			7.2/7/2-я, 7.2/7/1-д
Картофель отварной	100	120	1,8	2,8	15,9	102,2	2,3	2,6	20,0	119,2			7.1/3/3-я, 7.63с/1-д
Напиток из шиповника	150	200	0,4	0,0	16,4	67,5	0,5	0,0	21,8	90,0	66,8	89,0	7.15/10/2-я, 7.15/10-д
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0	0	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0	0	7.003-1-я, 7.002/1-д
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>790</b>	<b>17,8</b>	<b>12,1</b>	<b>71,4</b>	<b>553,2</b>	<b>23,3</b>	<b>23,0</b>	<b>97,0</b>	<b>725,5</b>	<b>71,9</b>	<b>95,8</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
Запеканка морковная	130	155	3,2	4,8	25,9	144,4	3,8	5,8	30,9	172,3	2,7	3,3	7.38/3/1-я, 7.38/3/3-д
Соус молочный	30	30	0,6	1,5	1,9	26,2	0,6	1,5	1,9	26,2	0,59	0,8	7.1/1/1/2
Кисло-молочный продукт	150	150	7,5	4,8	12,7	127,3	7,5	4,8	12,7	127,3			7.023
Яйцо вареное	20	20	0,2	2,0	0,1	31,4	0,2	2,0	0,1	31,4			7.1/6/1
Печенье	20	20	2,1	15,4	91,6	41,6	2,1	1,0	15,4	91,6	0	0	7.308/6
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>375</b>	<b>13,3</b>	<b>26,5</b>	<b>132,1</b>	<b>339,5</b>	<b>13,9</b>	<b>13,1</b>	<b>60,8</b>	<b>417,3</b>	<b>3,29</b>	<b>4,1</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1420</b>	<b>1745</b>	<b>40,6</b>	<b>46,6</b>	<b>260,3</b>	<b>1227,5</b>	<b>52,4</b>	<b>49,6</b>	<b>231,9</b>	<b>1639,5</b>	<b>76</b>	<b>101</b>	



Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.Б. Хабиррахманова

неделя: · ВТОРАЯ

день 8

Наименование блюда	выход		ясли			сад			ВИТ С		№ рецептуры		
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		ясли	сад
<b>Завтрак</b>													
Каша манная молочная с маслом	150	200	3,9	4,1	21,3	147,9	5,2	5,4	28,4	197,2	0,3	0,4	7.5/4/2-я, 8.5/4-д
Кофейный напиток на молоке	180	200	2,5	2,5	12,7	94,1	0,3	2,8	14,1	104,5	0,4	0,5	7.13/10/1-я, 7.13/10-д
Батон с маслом	25	30	2,0	5,7	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	0,0	0,0	7.035/2-я, 7.035/3-д
	6	6											
<b>ИТОГО</b>	<b>361</b>	<b>436</b>	<b>8,4</b>	<b>12,3</b>	<b>47,4</b>	<b>345,6</b>	<b>7,9</b>	<b>14,1</b>	<b>58,6</b>	<b>405,6</b>	<b>0,7</b>	<b>0,9</b>	
<b>10.00 сок</b>	<b>100</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>41,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>62,1</b>			7.031-я, 7.031-4-д
<b>ОБЕД</b>													
Салат из отв. карт., кукурузы и репч. лука с растит.маслом	40	60	0,8	2,5	6,3	55,3	1,1	3,7	1,0	83,1	1,3	2,0	7.27/1/2-я, 7.27/1-д
Рассольник "Домашний" со сметаной	150	200	1,4	3,5	9,5	79,6	1,8	4,6	12,7	106,1	2,8	3,7	7.10/2/3-я, 7.10/2-д
Свекла тушеная в сметанном соусе	130	150	2,2	3,2	15,2	93,4	2,5	3,7	17,5	107,8			7.16/3/2-я, 7.16/3-д
Котлета из мяса говядины	70	70	12,9	11,2	3,3	182,6	12,9	11,2	3,3	182,6			7.163/1
Компот из яблок и изюма	150	200	0,1	0,0	0,1	53,8	0,0	0,0	17,3	71,8	37,6	50,1	7.2/10/2-я, 7.2/10-д
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0	0	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0	0	7.Н003-1-я, 7.002/1-д
<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>740</b>	<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>52,8</b>	<b>547,2</b>	<b>22,7</b>	<b>23,8</b>	<b>79,4</b>	<b>675,0</b>	<b>4,1</b>	<b>5,7</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
Макаронные изделия отварные с сыром	130	180	6,1	5,3	28,3	198,7	8,4	7,3	39,2	247,6	0,0	0,0	7.43-2/3/2-я, 7.43-2/3/1-д
Чай с лимоном	150	180	0,0	0,0	6,8	28,9	0,0	0,0	8,4	35,6	0,6	0,8	7.11/10/2-я, 7.11/10/1-д
<b>ИТОГО</b>	<b>280</b>	<b>360</b>	<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>35,1</b>	<b>227,6</b>	<b>8,4</b>	<b>7,3</b>	<b>47,5</b>	<b>283,1</b>	<b>0,6</b>	<b>0,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1321</b>	<b>1686</b>	<b>35,1</b>	<b>38,4</b>	<b>145,3</b>	<b>1161,8</b>	<b>39,7</b>	<b>45,4</b>	<b>200,7</b>	<b>1425,8</b>	<b>5,4</b>	<b>7,4</b>	

Основное оргвнизованое меню МБДОУ - детского сада № 313,  
включающее горячее питание



Заведующий МБДОУ - детского сада № 313  
Г.Б. Хабибрахманова

неделя: **ВТОРАЯ** день **9**

Наименование блюда	выход		ясли			сад			вит С		№ рецептуры		
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		ясли	сад
<b>Завтрак</b>													
Суп молочный с лапшой	150	200	2,5	2,9	9,4	79,8	3,3	3,8	12,5	106,4	0,3	0,4	7.21/2/3-я, 7.21/2-д
Какао с молоком	150	200	2,8	2,7	18,0	115,4	3,8	3,6	14,9	115,9	0,3	0,4	7.14/10/2-я, 7.14/10-д
Батон	25	30	1,9	0,8	13,3	58,8	2,3	0,1	16,0	70,5			7.189-8-я, 7.189-4-д
Сыр	10	10	2,4	2,5	0,0	32,4	2,4	2,5	0,0	32,4			7.435/2
<b>итого</b>	<b>325</b>	<b>440</b>	<b>7,2</b>	<b>6,3</b>	<b>40,7</b>	<b>253,9</b>	<b>9,4</b>	<b>7,5</b>	<b>43,4</b>	<b>292,8</b>	<b>0,6</b>	<b>0,8</b>	
<b>10.00 фрукт</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>41,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>62,1</b>			7.031-я, 7.031-4-д
<b>ОБЕД</b>													
Салат из отварной свеклы с чернос растительным маслом	40	60	0,5	3,0	8,8	65,6	0,1	4,4	13,2	98,4	0,80	1,20	7.26/1/2-я, 7.26/1-д
Суп крестьян. на курином бульоне со сметаной	150	150	1,4	1,1	9,8	54,3	1,4	1,1	9,8	54,3	4,80	6,41	7.018/2
Мясо кур отварное в соусе	70	80	0,9	9,4	0,2	139,6	9,7	10,7	2,1	159,6			7.2/9/2-я, 7.2/9/1-д
Каша рисовая рассыпчатая	130	150	3,3	3,6	2,6	155,9	3,8	4,1	30,5	179,9			7.45/3/2-я, 7.45/3-д
Напиток из вишни	180	180	0,0	0,0	13,1	50,7	0,0	0,0	13,1	50,7	38,40	51,20	7.15/13/1
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0,00	0,00	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0,00	0,00	7.0003-1-я, 7.002/1-д
<b>итого</b>	<b>610</b>	<b>680</b>	<b>8,9</b>	<b>17,4</b>	<b>52,9</b>	<b>548,6</b>	<b>19,2</b>	<b>21,0</b>	<b>96,2</b>	<b>666,4</b>	<b>44,00</b>	<b>58,81</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
Запеканка творожная с морковью	150	180	17,44	30,6	21,9	430,0	20,9	36,8	26,2	516,0			7.13/5/1-я, 7.13/5/3-д
Сгущенное молоко	20	20	1,5	1,7	11,5	65,5	1,5	1,7	11,5	65,5			7.351
-ай с молоком	150	150	1,0	1,1	8,4	50,6	1,0	1,1	8,4	50,6	0,20	0,30	7.12/10/2
<b>итого</b>	<b>320</b>	<b>350</b>	<b>19,9</b>	<b>33,4</b>	<b>41,7</b>	<b>546,1</b>	<b>23,4</b>	<b>39,6</b>	<b>46,1</b>	<b>632,1</b>	<b>0,20</b>	<b>0,30</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1405</b>	<b>1620</b>	<b>36,5</b>	<b>57,3</b>	<b>145,3</b>	<b>1389,9</b>	<b>52,7</b>	<b>68,3</b>	<b>200,8</b>	<b>1653,4</b>	<b>44,8</b>	<b>59,9</b>	

