

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад №115



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ "ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД"**  
**ДЛЯ ДЕТЕЙ (от 3 до 7 лет), ПОСЕЩАЮЩИХ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -ДЕТСКИЙ САД № 115**  
(с 10,5 часовым пребыванием детей)

г.Екатеринбург

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

1 день, неделя первая

Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	жиры, г	углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша ячневая молочная	200	5	6,02	24,26	185,08	0,00	4.14/4
Чай с молоком	200	2,64	2,82	13,36	96,76	0,03	7.079
Битон с маслом	36	2,16	5,41	14,85	106,83	0,00	7.035/3
<b>итого за прием:</b>	<b>436</b>	<b>9,8</b>	<b>14,25</b>	<b>52,47</b>	<b>388,67</b>	<b>0,03</b>	
<b>10-00</b>							
Сок в ассортименте	180	0,9	0,18	18,18	82,8	10,00	4.20/10
<b>итого за прием:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>82,8</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	60	2,2	2,9	89,1	74,1	0	7.32/1/5
Суп крестьянский со сметаной	200	1,82	4,48	11,54	96,8	5,4	7.264
Капустя тушеная	180	3,54	6,18	16,56	122,25	16,00	7.8/3/4
Котлета из говядины	80	12,42	10,88	3,74	179,33	11,30	7.н163
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,02	17,7	77,08	50,00	7.115/1
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5	0,00	7.003
<b>итого за прием:</b>	<b>760</b>	<b>23,68</b>	<b>24,96</b>	<b>158,44</b>	<b>638,06</b>	<b>82,70</b>	
<b>Полдник</b>							
Макаронные изделия в молоке	150	3,45	4,51	11,26	109,17	1,10	7.н132/4
Кисло-молочный продукт	150	4,18	4,78	6,18	83,86	0,4	7.075
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,6	75	0,00	7.052
Кондитерское изделие	25	2,6	1,3	19,2	114,5	0,0	7.298
<b>итого за прием:</b>	<b>355</b>	<b>12,73</b>	<b>10,86</b>	<b>53,24</b>	<b>382,53</b>	<b>1,1</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1740</b>	<b>48,4</b>	<b>69,76</b>	<b>236,46</b>	<b>1530,63</b>	<b>93,9</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>-5,6</b>	<b>9,76</b>	<b>-24,54</b>	<b>-269,37</b>		

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

2 день, неделя первая

Наименование изделий (блюдо)	Выход,г	Химический состав			Энергетическая ценность,ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки,г	жиры,г	углеводы,г			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)	180	4,95	5,72	25,77	190,62	0,00	7.19/4/1
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,82	17,18	117,12	1,20	7.067
Батон с маслом, сыром	49	4,97	7,54	19	151,73	0,11	7.352
<b>итого за прием:</b>	<b>429</b>	<b>12,72</b>	<b>16,08</b>	<b>61,95</b>	<b>459,47</b>	<b>1,31</b>	
<b>10-00</b>							
Фрукты в ассортименте	140	0,68	0,64	19,33	81	10,00	4.19/10
<b>итого за прием:</b>	<b>140</b>	<b>0,68</b>	<b>0,64</b>	<b>19,33</b>	<b>81</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из белокочанной капусты	60	0,88	3,71	6,24	52,58	3,85	4.6/1
Суп гороховый	200	3,9	3,48	15,7	104,3	6,50	7.086
Пюре картофельное	150	3,04	5,14	19,87	155,59	18,50	7.3/3
Суфле рыбное	80	16,81	7,016	2,61	154,73	0,00	7.61p/1
Напиток из шиповника	200	0,32	0	18,18	75,16	50	7.063
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5	0,00	7.003
<b>итого за прием:</b>	<b>700</b>	<b>28,15</b>	<b>19,846</b>	<b>82,4</b>	<b>630,86</b>	<b>78,85</b>	
<b>Ужин/поздний полдник</b>							
Рагу овощное	130	2,08	3,35	14,39	98,4		7.18/3/2
Чай с сахаром	200	0	0	11,82	49,28	0,03	7.354/3
Кондитерское изделие	15	0,54	0,46	15,4	67	0,01	7.221/2
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,4	76	0,0	7.052
<b>итого за прием:</b>	<b>375</b>	<b>5,12</b>	<b>4,08</b>	<b>58,01</b>	<b>290,68</b>	<b>0,04</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1644</b>	<b>46,67</b>	<b>40,646</b>	<b>221,69</b>	<b>1462,01</b>	<b>90,21</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13		54	60	261	1800		
<i>отклонение:</i>		-7,33	-19,354	-39,31	-337,99	90,21	

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

3 день, неделя первая

Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	жиры, г	углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша гречневая молочная с маслом	180	3,7	3,76	19,29	126,16	0	7.2/4/1
Какао с молоком	200	3,08	3,12	15,78	111,94	1,45	7.285
Батон с маслом	36	2,16	5,41	14,85	106,83	0	7.035/3
<b>итого за прием:</b>	<b>416</b>	<b>8,94</b>	<b>12,29</b>	<b>49,92</b>	<b>344,93</b>	<b>1,45</b>	
<b>10-00</b>							
Фрукты в ассортименте	140	0,68	0,64	19,33	81,00	10	4,19/10
<b>итого за прием:</b>	<b>140</b>	<b>0,68</b>		<b>19,33</b>	<b>81</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из отварного картофеля с морской капустой	50	0,75	4,28	6,17	72,61		7.33/1/1
Борщ со сметаной	200	1,42	4,06	8,72	78,58	8	7.136
Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,23	5,14	36,18	225,6		7.151
Печень в молочном соусе	100	14,05	7,92	5,34	163,9	20,8	7.10/8/1
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,50		7.003
Компот из кураги и изюма	200	0,38	0	18,7	76,42	21,60	7.4/10/4
<b>итого за прием:</b>	<b>720</b>	<b>25,03</b>	<b>21,9</b>	<b>94,91</b>	<b>705,56</b>	<b>21,60</b>	
<b>Полдник</b>							
Суфле творожное	100	12,17	14,81	13,14	261,73	0,00	7.11/66-2
Кисель-молочные продукты	150	4,18	4,78	6,18	83,86	0,35	7.075
Ватрушка с джемом	90	6,3	5,09	52,54	302,85	0,00	7.0150
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,6	75,00	0	7.052
<b>итого за прием:</b>	<b>370</b>	<b>25,15</b>	<b>24,95</b>	<b>88,46</b>	<b>723,44</b>	<b>0,35</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1646</b>	<b>59,8</b>	<b>59,14</b>	<b>252,62</b>	<b>1854,93</b>	<b>33,40</b>	
<b>Норма (дошкольные организации, 3-7 лет, СанПиН 2.4.1.3049-13)</b>							
		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>5,8</b>	<b>-0,86</b>	<b>-8,38</b>	<b>54,93</b>	<b>33,40</b>	

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

4 день, неделя первая

Наименование изделий (блюда)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеница молочная с маслом сливочным	180	5,8	5,68	28,17	208,33	0,0	7.11/4/1
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,82	17,18	117,12	1,20	7.06/7
Батон с маслом, сыром	49	4,97	7,54	19	151,73	0,00	7.35/2
<b>итого за прием:</b>	<b>429</b>	<b>13,57</b>	<b>16,04</b>	<b>64,35</b>	<b>477,18</b>	<b>1,20</b>	
<b>10-00</b>							
Фрукты в ассортименте	140	0,68	0,64	19,33	81	10,00	4.19/10
<b>итого за прием:</b>	<b>140</b>	<b>0,68</b>	<b>0,64</b>	<b>19,33</b>	<b>81</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из отварной свеклы	50	0,01	4,44	4,58	63	0,00	4.21/1
Суп овощной на курином бульоне	200	1,52	1,08	9,7	55,38	33,74	7.10/6
Плов из мяса-куры	180	17,42	16,27	26,71	347,92	3,2	4.4/9.
Компот из яблок	200	0,08	0,06	14,78	61,78		7.19/7/1
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5		7.00/3
<b>итого за прием:</b>	<b>620</b>	<b>22,83</b>	<b>22,35</b>	<b>75,57</b>	<b>616,58</b>	<b>36,94</b>	
<b>Полдник</b>							
Омлет натуральный	100	7,86	10,07	2,53	147,25	0,34	7.н038/1
Кондитерское изделие	35	1,6	0,93	25,9	116,6	0,01	7.08/1
Чай с сахаром	200	0	0	11,82	49,28	0,18	7.354/3
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,4	76		7.05/2
<b>итого за прием:</b>	<b>365</b>	<b>11,96</b>	<b>11,27</b>	<b>56,65</b>	<b>389,13</b>	<b>0,53</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1655</b>	<b>49,04</b>	<b>50,3</b>	<b>215,9</b>	<b>1563,89</b>	<b>48,67</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>-4,96</b>	<b>-9,7</b>	<b>-45,1</b>	<b>-236,11</b>	<b>48,67</b>	

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

5 день, неделя первая.

Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша геркулесовая молочная	180	5,27	7,07	25,75	188,6	0,00	7.8/4/1
Чай с молоком	200	2,64	2,82	13,36	96,76	0,18	7,079
Ватон с маслом	36	2,16	5,41	14,85	106,83	0,00	7,035/3
<b>итого за прием:</b>	<b>416</b>	<b>10,07</b>	<b>15,3</b>	<b>53,96</b>	<b>392,19</b>	<b>0,18</b>	
<b>10-00</b>							
Сок в ассортименте	180	0,9	0,18	18,18	82,8	10,00	4.20/10
<b>итого за прием:</b>	<b>200</b>	<b>0,9</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>82,8</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из белокочанной капусты с кукурузой	50	0,86	3,4	6,83	57,94		4.4/1
Суп-пюре из разных овощей	200	2,42	3,9	10,3	91,86		7.27/2
Алч	180	12,94	12,4	18,27	256,59		7,152/6
Напиток Витошка	200	0	0	0,38	1,6	0,36	4.18/10
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5		7,003
<b>итого за прием:</b>	<b>670</b>	<b>19,42</b>	<b>20,2</b>	<b>55,58</b>	<b>496,49</b>	<b>0,36</b>	
<b>Удлиненный полдник</b>							
Запеканка из творога с изюмом	100	12,78	15,96	16,71	289,25		7,11/5
Кисло-молочные продукты	150	4,18	4,78	6,18	83,86	0,35	7,075
Сдоба обыкновенная	90	8,32	6,03	55,74	316,08		7,8/12/2
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,6	75	0,00	7,052
	30						
<b>итого за прием:</b>	<b>350</b>	<b>25,28</b>	<b>26,77</b>	<b>78,63</b>	<b>689,19</b>	<b>0,35</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1636</b>	<b>55,67</b>	<b>62,45</b>	<b>206,35</b>	<b>1660,67</b>	<b>10,89</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет Сан. Ин		54	60	261	1800		
2.4.1.3049-13							
<b>отклонение:</b>		<b>1,67</b>	<b>2,45</b>	<b>-54,65</b>	<b>-139,33</b>	<b>10,89</b>	

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

I день, неделя вторая

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная молочная	180	5,81	5,68	29,08	208,33		7.15/4/1
Каша с молоком	200	3,08	3,12	15,78	111,94	1,45	7.285
Батон с маслом	36	2,16	5,41	10,85	106,83	0,00	7.035/3
<b>итого за прием:</b>	<b>416</b>	<b>11,05</b>	<b>14,21</b>	<b>59,71</b>	<b>427,1</b>	<b>1,45</b>	
<b>10-00</b>							
Сок в ассортименте	180	0,9	0,18	18,18	82,8	10,00	4.20/10
<b>итого за прием:</b>	<b>200</b>	<b>0,9</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>82,8</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из морской капусты с морковью и яйцом	50	1,11	7,6	3,45	84,56	0	7.19/1
Рассольник со сметаной	200	2,02	3,52	14,1	101,9	8,1	7.165-1/2
Голубцы	180	12,4	14,83	11,84	247,95	20,00	7.31/8/2
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,02	17,7	77,08	50,00	7.115/1
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5	0,00	7.003
<b>итого за прием:</b>	<b>670</b>	<b>19,23</b>	<b>26,47</b>	<b>66,89</b>	<b>599,99</b>	<b>78,06</b>	
<b>Полдник</b>							
Суп молочный с крупой	200	4,24	6,36	18,5	159,56	1,10	7.22/2/4
Кисло-молочный продукт	150	4,18	4,78	6,18	83,86	0,4	7.075
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,6	75	0,00	7.052
Кондитерское изделие	25	2,6	1,3	19,2	114,5	0,0	7.298
<b>итого за прием:</b>	<b>405</b>	<b>13,52</b>	<b>12,71</b>	<b>60,48</b>	<b>432,92</b>	<b>0,36</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1691</b>	<b>44,7</b>	<b>53,57</b>	<b>205,26</b>	<b>1542,81</b>	<b>89,87</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПин 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

2 день, неделя вторая

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	жиры, г	углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша ассорти из гречи и риса молочная	200	5,42	7,08	23,5	189,18	0	7.н026
Чай с молоком	200	2,64	2,82	13,36	96,76	0,18	7.079
Батон с маслом, сыром	49	4,97	7,54	19	151,73	0,00	7.352
<b>итого за прием:</b>	<b>449</b>	<b>13,03</b>	<b>17,44</b>	<b>55,86</b>	<b>437,67</b>	<b>0,18</b>	
<b>10-00</b>							
Фрукты в ассортименте	140	0,68	0,64	19,33	81	10,00	4.19/10
<b>итого за прием:</b>	<b>140</b>	<b>0,68</b>	<b>0,64</b>	<b>19,33</b>	<b>81</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из отварной свеклы с чесноком	50	0,71	1,51	5,39	36,08	4,50	7.143
Щи со сметаной	200	1,68	2,76	8,14	64,92	55,30	7.н145
Картофель отварной	150	2,68	5,04	23,4	160,15		7.1/3/4
Биточки рыбные	80	15,06	6,12	7,18	156,88	1,80	7.355
Напиток из шиповника	200	0,32	0	18,18	75,16	0	7.063
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5	0,00	7.003
<b>итого за прием:</b>	<b>720</b>	<b>23,65</b>	<b>15,93</b>	<b>82,09</b>	<b>581,69</b>	<b>61,60</b>	
<b>Полдник</b>							
Омлет натуральный	100	7,86	10,07	2,53	147,25	0,34	7.н038/1
Кондитерское изделия	35	1,6	0,93	25,9	116,6	0,01	7.081
Чай с сахаром	200	0	0	11,82	49,28	0,18	7.354/3
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,4	76	0,0	7.052
<b>итого за прием:</b>	<b>360</b>	<b>11,96</b>	<b>11,27</b>	<b>56,65</b>	<b>389,13</b>	<b>0,05</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1669</b>	<b>49,32</b>	<b>45,28</b>	<b>213,93</b>	<b>1489,49</b>	<b>71,83</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПин 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>-4,68</b>	<b>-14,72</b>	<b>-47,07</b>	<b>-310,51</b>	<b>71,83</b>	



## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

3 день, неделя вторая

Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	жиры, г	углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная ассорти из риса и пшена	200	4,54	5,3	21,7	149,68	0,00	7.091
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,82	17,18	117,12	1,20	7.067
Батон с маслом	36	2,16	5,41	14,85	106,83	0,00	7.035/3
<b>итого за прием:</b>	<b>436</b>	<b>9,5</b>	<b>13,53</b>	<b>53,73</b>	<b>373,63</b>	<b>1,20</b>	
<b>10-00</b>							
Фрукты в ассортименте	140	0,68	0,64	19,33	81	10,00	4.19/10
<b>итого за прием:</b>	<b>200</b>	<b>0,68</b>	<b>0,64</b>	<b>19,33</b>	<b>81</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из отварного картофеля с кукурузой	50	0,95	3,09	7,91	69,21		7.27/1/1
Свекольник со сметаной	200	1,78	4,1	13,76	100,98	8,78	7.258
Картофель и овощи в соусе	150	2,23	4,93	15,07	122,01		7.н227
Суфле из пшена	100	22,89	8,4	3,03	195,98	15,90	7.35/8/4
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5	0,00	7.003
Компот из кураги и изюма	200	0,38	0	18,7	76,42	0	7.4/10/4
<b>итого за прием:</b>	<b>740</b>	<b>31,43</b>	<b>21,02</b>	<b>78,27</b>	<b>653,1</b>	<b>24,68</b>	
<b>Полдник</b>							
Запеканка из творога	100	13,27	16,27	12,67	278,77	0,40	7.9/5
Кисло-молочные продукты	150	4,18	4,78	6,18	83,86	0,35	7.075
Ватрушка со сметаной	80	2,47	3,86	13,08	106,7		7.6/12/1
Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,5	0,27	16,6	75	0,00	7.052
<b>итого за прием:</b>	<b>360</b>	<b>22,42</b>	<b>25,18</b>	<b>48,53</b>	<b>544,33</b>	<b>0,35</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1736</b>	<b>64,03</b>	<b>60,37</b>	<b>199,86</b>	<b>1652,06</b>	<b>36,23</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>10,03</b>	<b>0,37</b>	<b>-61,14</b>	<b>-147,94</b>	<b>36,23</b>	

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

4-день, неделя вторая

Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	жиры, г	углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каши рисовая молочная	180	5,56	6,17	33,8	224,44	0,00	7.7/4/1
Какао с молоком	200	3,08	3,12	15,78	111,94	1,45	7,285
Батон с маслом, сыром	49	4,97	7,54	19	151,73		7.352
	10						
<b>итого за прием:</b>	<b>395</b>	<b>13,61</b>	<b>16,83</b>	<b>68,58</b>	<b>488,11</b>	<b>1,45</b>	
<b>10-00</b>							
Фрукты в ассортименте	140	0,68	0,64	19,33	81	10,00	4.19/10
<b>итого за прием:</b>	<b>140</b>	<b>0,68</b>	<b>0,64</b>	<b>19,33</b>	<b>81</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из отварного картофеля с сол. огурцом	60	0,88	1,39	6,88	60,49		7.31/1/5
Суп-лапша на курином бульоне	200	1,76	3,06	12,18	88,96		7.20/2
Вигус с мясом кури	180	15,93	3,25	4,72	80,07	16,00	7.350/1
Компот из яблок	200	0,08	0,06	14,78	61,78		7.197/1
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5		7.003
<b>итого за прием:</b>	<b>680</b>	<b>21,85</b>	<b>8,26</b>	<b>58,36</b>	<b>379,8</b>	<b>16,00</b>	
<b>Полдник</b>							
Розовое торе	150	2,79	4,77	18,37	57,38	3,10	7.047
Хлеб пшеничный (Валеток 8)	30	2,5	0,27	16,6	75	0,00	7.052
Кондитерское изделие	25	2,6	1,3	19,2	114,5	0,0	7.298
Чай с сахаром	200	0	0	11,82	49,28	0,18	7.354/3
<b>итого за прием:</b>	<b>395</b>	<b>7,89</b>	<b>6,34</b>	<b>65,99</b>	<b>296,16</b>	<b>3,28</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1610</b>	<b>44,03</b>	<b>32,07</b>	<b>212,26</b>	<b>1245,07</b>	<b>30,93</b>	
Норма (дошкольные организации, 3-7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>-9,97</b>	<b>-27,93</b>	<b>-48,74</b>	<b>-554,93</b>	<b>0,00</b>	

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

5 день, неделя вторая

Наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	№ рецеп.
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная кукурузная	180	4,22	6,66	22,5	182,6	0,00	7.095
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,82	17,18	117,12	1,20	7.067
Батон с маслом	36	2,16	5,41	14,85	106,83	0,00	7.035/3
<b>итого за прием:</b>	<b>416</b>	<b>9,18</b>	<b>14,89</b>	<b>54,53</b>	<b>406,55</b>	<b>1,20</b>	
<b>10-00</b>							
Сок в ассортименте	180	0,9	0,18	18,18	82,8	10,00	4.20/10
<b>итого за прием:</b>	<b>0</b>	<b>0,9</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>82,8</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,96	2,06	6,08	41,48	3,86	7.5/1/1
Суп картофельный с лапшой	200	1,76	1,1	13,16	73,34		7.18/2
Запеканка картофельная фаршированная отварным мясом	180	13,91	13,03	28,2	309,54	19,35	7.36/8/2
Кисель Вишняк	200	0	0	3,46	16	0,36	7.507 <span style="float: right;">7.507/3</span>
Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	19,8	88,5	0,00	7.003
<b>итого за прием:</b>	<b>680</b>	<b>19,83</b>	<b>16,69</b>	<b>70,7</b>	<b>528,86</b>	<b>23,57</b>	
<b>Полдник</b>							
Запеканка творожная с рисом	100	12,12	19,02	16,25	282,7	0,40	7.14/5
Шницель с картофелем	80	5,04	7,04	27,74	212,84		7.148/1
Кисло-молочный продукт	150	4,18	4,78	6,18	83,86	0,4	7.075
Хлеб пшеничный (Вилетек 8)	30	2,5	0,27	16,6	75	0,00	7.052
<b>итого за прием:</b>	<b>360</b>	<b>23,84</b>	<b>31,11</b>	<b>66,77</b>	<b>654,4</b>	<b>0,44</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1456</b>	<b>53,75</b>	<b>62,87</b>	<b>210,18</b>	<b>1672,61</b>	<b>35,21</b>	
Норма (детские организации, 3-7 лет СанПин 2.4.1.3049-13)		54	60	261	1800		
<b>отклонение:</b>		<b>-0,25</b>	<b>2,87</b>	<b>-50,82</b>	<b>-127,39</b>	<b>35,21</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575778

Владелец Бастрикова Ольга Викторовна

Действителен с 11.04.2022 по 11.04.2023