

ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ И ДОШКОЛЬНЫЕ ГРУППЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ТУКАЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РТ НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ 2025 г. (12 час)											
	1 день. Пн										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	7,23	8,35	33,44	297,82	0,04	0,20	0,90	182,00	0,40
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,05	0,17	1,43	137,00	0,43
	Итого за прием пищи:		14,10	15,57	68,65	532,22	0,16	0,45	2,33	329,40	1,64
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,72	3,06	3,30	43,80	0,02	0,00	7,80	20,40	0,56
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО)	200	1,56	2,17	11,60	282,01	0,08	0,05	6,58	18,40	0,70
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	120/30	30,54	4,99	23,56	159,03	0,06	0,03	0,01	12,19	0,97
	КОТЛЕТЫ ГОВЯЖЬИ	70	10,89	8,09	10,99	161,13	0,07	0,11	0,11	30,63	1,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,75	20,05	103,00	0,13	0,03	0,00	16,50	2,20
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		48,03	19,10	90,88	835,97	0,37	0,48	16,05	112,62	5,75
	Полдник										
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,00	20,20	85,33	0,03	0,03	4,00	14,00	2,80
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	89,76	0,00	0,00	0,00	5,44	0,34
	Итого за прием пищи:		2,50	2,36	35,08	175,09	0,03	0,03	4,00	19,44	3,14
	Ужин										
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,04	8,56	37,71	219,79	0,05	0,00	0,00	266,00	0,40
	ОЛАДЫ С МАСЛОМ	60/5	4,56	4,06	27,75	46,20	0,09	0,08	0,24	51,10	0,85
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	Итого за прием пищи:		15,82	13,04	94,77	400,39	0,21	0,10	0,27	336,31	2,33
	Всего за день:		80,85	50,47	299,18	1987,67	0,79	1,36	32,65	813,77	15,06

	2 день. Вт										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,64	9,36	38,15	331,39	0,09	0,20	0,90	9,00	0,70
	БАТОН С СЫРОМ	40/10	5,36	3,27	19,68	279,40	0,05	0,09	0,07	96,10	0,54
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	Итого за прием пищи:		14,06	12,65	67,82	650,79	0,14	0,29	1,00	115,10	1,52
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,29	3,87	8,74	135,00	0,02	0,03	8,43	37,74	0,86
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	70	7,72	6,38	2,05	96,25	0,02	0,06	0,01	23,86	0,71
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,31	4,50	38,83	221,14	0,12	0,05	0,00	24,03	2,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,75	20,05	103,00	0,13	0,03	0,00	16,50	2,20
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		19,64	15,54	91,05	642,39	0,30	0,43	9,99	116,63	6,73
	Полдник										
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,60	2,64	5,06	56,23	0,01	0,01	1,37	11,00	0,60
	Итого за прием пищи:		3,60	2,64	5,06	56,23	0,01	0,01	1,37	11,00	0,60
	Ужин										
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	9,00	7,50	26,48	210,00	0,05	0,05	0,15	168,00	1,05
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,50	5,58	23,17	157,50	0,04	0,00	0,00	8,08	0,38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89,00	0,04	0,14	1,20	113,90	0,37
	Итого за прием пищи:		18,33	15,82	83,28	550,90	0,20	0,21	1,35	299,19	2,60
	Всего за день:		56,03	47,05	257,01	1944,31	0,67	1,24	23,71	557,92	13,65

	3 день. Ср										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200/5	7,46	8,86	36,71	316,27	0,12	0,27	5,92	96,50	1,10
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	ЧАЙ С КУРАГОЙ	180/9/8	0,12	0,02	10,20	70,60	0,00	0,00	2,83	12,80	0,32
	Итого за прием пищи:		10,78	12,91	66,30	514,27	0,19	0,35	8,75	119,70	2,23
	II Завтрак										
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,60	2,64	5,06	56,23	0,01	0,01	1,37	11,00	0,60
	Итого за прием пищи:		3,60	2,64	5,06	56,23	0,01	0,01	1,37	11,00	0,60
	Обед										
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,83	3,71	5,07	56,88	0,03	0,03	6,15	13,92	0,51
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,15	2,27	13,31	83,80	0,09	0,05	6,60	19,68	0,87
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,43	137,18	0,14	0,11	18,15	36,98	1,09
	КОТЛЕТЫ ШКОЛЬНЫЕ	70	10,71	7,70	9,31	149,10	0,10	0,11	0,00	35,00	1,45
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,10	0,02	0,00	13,20	1,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		20,27	19,12	85,54	596,36	0,47	0,58	32,45	133,28	5,95
	Полдник										
	РЯЖЕНКА	100	2,90	2,50	4,00	50,50	0,04	0,16	0,70	120,40	0,10
	Итого за прием пищи:		2,90	2,50	4,00	50,50	0,04	0,16	0,70	120,40	0,10
	Ужин										
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	7,82	3,16	28,30	386,00	0,07	0,07	0,08	48,90	0,40
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	89,76	0,00	0,00	0,00	5,44	0,34
	Итого за прием пищи:		9,38	5,54	53,17	515,76	0,07	0,07	0,11	64,34	1,02
	Всего за день:		46,93	42,71	214,07	1733,12	0,78	1,17	43,38	448,72	9,90

	4 день. Чт										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,64	8,56	38,71	326,19	0,10	0,20	0,90	186,00	0,70
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	Итого за прием пищи:		11,90	12,61	68,09	493,59	0,17	0,28	0,93	206,40	1,79
	II Завтрак										
	КЕФИР	100	2,90	2,50	40,67	50,50	0,04	0,13	0,70	120,40	0,10
	Итого за прием пищи:		2,90	2,50	40,67	50,50	0,04	0,13	0,70	120,40	0,10
	Обед										
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,92	4,00	6,80	80,80	0,06	0,05	3,48	23,00	0,72
	ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	210	22,26	7,73	35,69	401,00	0,08	0,08	1,01	20,70	1,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,75	20,05	103,00	0,13	0,03	0,00	16,50	2,20
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		28,50	12,52	83,92	671,80	0,28	0,42	6,04	74,70	5,06
	Полдник										
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,00	20,20	85,33	0,03	0,03	4,00	14,00	2,80
	Итого за прием пищи:		1,00	0,00	20,20	85,33	0,03	0,03	4,00	14,00	2,80
	Ужин										
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ПАРОВОЙ	105	9,29	16,62	1,86	317,00	0,06	0,38	0,19	77,58	1,90
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,02	0,01	0,00	3,30	0,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	Итого за прием пищи:		14,28	18,45	53,67	561,20	0,15	0,41	0,22	100,09	3,22
	Всего за день:		58,58	46,08	266,55	1862,42	0,67	1,27	11,89	515,59	12,97

	5 день. Пт										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	7,85	9,96	30,71	303,71	0,11	0,20	0,90	191,00	0,90
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89,00	0,04	0,14	1,20	113,90	0,37
	Итого за прием пищи:		13,72	16,33	64,41	520,11	0,22	0,42	2,10	315,30	2,08
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,72	3,60	6,72	62,40	0,03	0,00	1,80	14,40	0,38
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,10	4,08	10,60	87,60	0,07	0,09	5,68	13,40	0,69
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,31	4,50	38,83	221,14	0,12	0,05	0,00	24,03	2,69
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	9	1,1	7	74	0,05	0,05	0	37	0,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,10	0,02	0,00	13,20	1,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		21,65	13,92	100,57	614,54	0,38	0,47	9,03	116,53	6,21
	Полдник										
	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	7,50	30,00	0,00	0,00	0,00	1,70	0,01
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	89,76	0,00	0,00	0,00	5,44	0,34
	Итого за прием пищи:		1,50	2,36	22,38	119,76	0,00	0,00	0,00	7,14	0,35
	Ужин										
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	5,16	6,52	32,18	208,00	0,06	0,02	1,34	128,20	0,14
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,80	2,80	21,70	216,20	0,05	0,03	0,00	49,00	0,36
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/9/7	0,12	0,02	10,20	41,00	0,00	0,00	2,83	12,80	0,32
	Итого за прием пищи:		16,24	9,74	83,40	559,60	0,18	0,07	4,17	199,21	1,62
	Всего за день:		53,51	42,75	280,56	1858,01	0,80	1,26	25,30	654,18	12,46

	6 день. Пн										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,64	9,36	38,15	331,39	0,09	0,20	0,90	9,00	0,70
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,05	0,17	1,43	137,00	0,43
	Итого за прием пищи:		15,51	16,58	73,36	565,79	0,21	0,45	2,33	156,40	1,94
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,72	3,06	3,30	43,80	0,02	0,00	7,80	20,40	0,56
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,39	4,22	13,06	107,80	0,18	0,06	4,65	30,46	1,62
	ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	210	22,26	7,73	35,69	401,00	0,08	0,08	1,01	20,70	1,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,75	20,05	103,00	0,13	0,03	0,00	16,50	2,20
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		31,69	15,80	93,48	742,60	0,42	0,43	15,01	102,56	6,52
	Полдник										
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,00	20,20	85,33	0,03	0,03	4,00	14,00	2,80
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	89,76	0,00	0,00	0,00	5,44	0,34
	Итого за прием пищи:		2,50	2,36	35,08	175,09	0,03	0,03	4,00	19,44	3,14
	Ужин										
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ПАРОВОЙ	105	9,29	16,62	1,86	317,00	0,06	0,38	0,19	77,58	1,90
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,50	5,58	23,17	157,50	0,04	0,00	0,00	8,08	0,38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	Итого за прием пищи:		16,01	22,62	54,34	608,90	0,17	0,40	0,22	104,87	3,36
	Всего за день:		66,11	57,76	266,06	2136,38	0,85	1,61	31,56	399,27	17,16

	7 день. ВТ										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,05	5,60	18,25	147,60	0,09	0,22	0,91	161,62	0,53
	БАТОН С СЫРОМ	40/10	5,36	3,27	19,68	279,40	0,05	0,09	0,07	96,10	0,54
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	Итого за прием пищи:		11,47	8,89	47,92	467,00	0,14	0,31	1,01	267,72	1,35
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,66	4,56	54,60	0,01	0,00	4,62	20,40	0,78
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧКА)	200	1,58	2,19	11,66	282,60	0,08	0,05	6,60	18,44	0,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,43	137,18	0,14	0,11	18,15	36,98	1,09
	КОТЛЕТЫ ШКОЛЬНЫЕ	70	10,71	7,70	9,31	149,10	0,10	0,11	0,00	35,00	1,45
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,75	20,05	103,00	0,13	0,03	0,00	16,50	2,20
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		20,51	19,14	87,39	813,48	0,47	0,56	30,92	141,82	6,50
	Полдник										
	РЯЖЕНКА	100	2,90	2,50	4,00	50,50	0,04	0,16	0,70	120,40	0,10
	Итого за прием пищи:		2,90	2,50	4,00	50,50	0,04	0,16	0,70	120,40	0,10
	Ужин										
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,64	8,56	38,71	326,19	0,10	0,20	0,90	186,00	0,70
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	ОЛАДЫ С МАСЛОМ	60/5	4,56	4,06	27,75	46,20	0,09	0,08	0,24	51,10	0,85
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	Итого за прием пищи:		16,42	13,04	95,77	506,79	0,26	0,30	1,17	256,31	2,63
	Всего за день:		51,70	43,97	244,88	1881,77	0,93	1,63	43,80	802,25	12,78

	8 день. Ср										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	7,85	9,96	30,71	303,71	0,11	0,20	0,90	191,00	0,90
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89,00	0,04	0,14	1,20	113,90	0,37
	Итого за прием пищи:		13,72	16,33	64,41	520,11	0,22	0,42	2,10	315,30	2,08
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,92	4,00	6,80	80,80	0,06	0,05	3,48	23,00	0,72
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/4	4,85	3,78	23,62	179,20	0,05	0,02	0,00	4,33	0,99
	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ	50/30	9,41	7,30	10,86	226,40	0,05	0,10	0,00	41,44	0,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,10	0,02	0,00	13,20	1,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		19,70	15,72	78,70	655,80	0,27	0,45	5,03	96,47	4,67
	Полдник										
	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	75,75	0,06	0,20	1,05	180,60	0,15
	Итого за прием пищи:		4,35	3,75	6,00	75,75	0,06	0,20	1,05	180,60	0,15
	Ужин										
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	7,82	3,16	28,30	386,00	0,07	0,07	0,08	48,90	0,40
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	ВАФЛИ	20	0,64	0,56	16,02	71,68	0,01	0,01	0,00	6,80	0,43
	Итого за прием пищи:		8,52	3,74	54,31	497,68	0,08	0,08	0,11	65,70	1,11
	Всего за день:		46,69	39,94	213,22	1793,34	0,65	1,45	18,29	674,07	10,21

	9 день. Чт										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,04	8,56	37,71	219,79	0,05	0,00	0,00	266,00	0,40
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	Итого за прием пищи:		11,30	12,61	67,09	387,19	0,12	0,08	0,03	286,40	1,49
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Итого за прием пищи:		0,40	0,40	9,80	44,00	0,02	0,30	10,00	16,00	2,20
	Обед										
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,85	3,05	5,41	52,44	0,02	0,00	19,47	22,42	0,31
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,15	2,27	13,31	83,80	0,09	0,05	6,60	19,68	0,87
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,31	4,50	38,83	221,14	0,12	0,05	0,00	24,03	2,69
	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	14,00	12,60	7,50	199,00	0,07	0,11	0,60	34,00	1,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,75	20,05	103,00	0,13	0,03	0,00	16,50	2,20
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		27,63	23,21	106,48	746,38	0,44	0,50	28,22	131,13	7,61
	Полдник										
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,00	20,20	85,33	0,03	0,03	4,00	14,00	2,80
	Итого за прием пищи:		1,00	0,00	20,20	85,33	0,03	0,03	4,00	14,00	2,80
	Ужин										
	ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	210	22,26	7,73	35,69	401,00	0,08	0,08	1,01	20,70	1,87
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89,00	0,04	0,14	1,20	113,90	0,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,40	0,07	0,02	0,00	9,21	0,80
	Итого за прием пищи:		28,09	10,47	69,32	584,40	0,19	0,24	2,21	143,81	3,04
	Всего за день:		68,42	46,69	272,89	1847,30	0,80	1,15	44,46	591,34	17,14

	10 день. Пт										
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	Завтрак										
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	7,23	8,35	33,44	297,82	0,04	0,20	0,90	182,00	0,40
	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3,20	4,03	19,39	127,40	0,07	0,08	0,00	10,40	0,81
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/9/7	0,12	0,02	10,20	41,00	0,00	0,00	2,83	12,80	0,32
	Итого за прием пищи:		10,55	12,40	63,03	466,22	0,11	0,28	3,73	205,20	1,53
	II Завтрак										
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,00	10,10	42,67	0,02	0,02	2,00	7,00	1,40
	Итого за прием пищи:		0,50	0,00	10,10	42,67	0,02	0,02	2,00	7,00	1,40
	Обед										
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,20	3,60	3,04	159,40	0,03	0,05	6,80	39,60	0,51
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,43	137,18	0,14	0,11	18,15	36,98	1,09
	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70	6,65	7,75	1,55	188,50	0,02	0,13	0,25	12,50	0,58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,20	0,60	16,04	82,40	0,10	0,02	0,00	13,20	1,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,32	0,04	21,38	87,00	0,01	0,26	1,55	14,50	0,27
	Итого за прием пищи:		14,43	16,79	62,44	654,48	0,30	0,57	26,75	116,78	4,21
	Полдник										
	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	7,50	30,00	0,00	0,00	0,00	1,70	0,01
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	89,76	0,00	0,00	0,00	5,44	0,34
	Итого за прием пищи:		1,50	2,36	22,38	119,76	0,00	0,00	0,00	7,14	0,35
	Ужин										
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100/30	8,10	14,82	5,49	407,44	0,05	0,33	0,25	81,62	1,60
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,03	10,00	0,28
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,02	0,01	0,00	3,30	0,24
	Итого за прием пищи:		9,93	16,25	37,98	557,24	0,07	0,34	0,28	94,92	2,12
	Всего за день:		36,91	47,80	195,93	1840,37	0,50	1,21	32,76	431,04	9,61

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 07D8370A58B26F82F5AB008F710E6672
Отпечаток сертификата:
C95BFF26820927098F47D2EA9A55C1B725ADA1A4
Владелец: Панкова Альбина Назировна
Организация: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -
ДЕТСКИЙ САД "СОЛНЫШКО" ТУКАЕВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ
ТАТАРСТАН"
Действителен с 15.08.2024 по 08.11.2025
Дата подписания: 23.06.2025 21:40 (+03:00)
Номер извещения: 0111300039725000006

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат:
02D427D2007FB1C18C44D26FB76F7DA14C
Отпечаток сертификата:
F76BD72715D42636C3863165C03E0F4D4C082D0B
Владелец: Шулин Александр Ильич
Организация: ООО "ГРАНД""
Действителен с 29.05.2024 по 29.08.2025
Дата подписания: 17.06.2025 11:04 (+03:00)
Номер извещения: 0111300039725000006