

УТВЕРЖДАЮ:
Главный специалист отдела
дошкольного образования
 Фатхуллина Г.А.

Г по 25.05.18Г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 21.05	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
510./04	Каша ячневая вязкая	200	150	4,40	3,30	4,20	3,15	8,00	6,00	28,40	21,30	202,40	151,80	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,82	1,36	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			10,25	8,69	5,83	4,78	12,70	10,70	69,40	54,65	410,82	330,72	0,00	0,00
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-129	Салат "Здоровье"	50	45	3,16	2,84	0,66	0,59	7,02	6,32	3,11	2,80	78,28	70,45	3,22	2,90
138/04	Суп картоф. с перлов. крупой	200	150	4,15	3,11	2,00	1,50	2,20	1,65	13,60	10,20	82,20	61,65	6,60	4,95
ТТК-400	Капуста тушеная с мясом	50/150	50/150	41,73	41,73	12,14	12,14	8,96	8,96	9,40	9,40	166,80	166,80	24,50	24,50
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,62	1,22	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			53,86	51,84	20,25	19,12	19,04	17,74	110,39	74,22	607,36	494,22	29,77	27,69
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Со вкусом топл. молока"	180/18	180/18	11,80	11,80	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	Итого			11,80	11,80	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	149	135	11,97	10,84	0,60	0,54	0,00	0,00	14,60	13,23	56,62	51,30	23,84	21,60
388/04	Биточки рыбные	75	75	23,06	23,06	11,14	11,14	7,03	7,03	6,56	6,56	134,05	134,05	1,68	1,68
318/10	Картофель отварной	150	130	8,54	7,40	2,87	2,49	4,32	3,74	23,00	19,93	142,35	123,37	21,00	18,20
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			45,23	42,82	16,39	15,90	11,75	11,17	5					

ВТОРНИК 22.05															
Завтрак															
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,15	4,15	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	6,83	5,12	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,02	5,02	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			17,00	14,29	11,61	9,68	11,83	9,63	52,50	43,88	363,01	300,97	2,47	2,01
2 Завтрак															
707./04	Сок разливной	170	170	4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
Обед															
612./04	Маринад овощной	50	50	2,08	2,08	0,40	0,40	5,00	5,00	4,80	4,80	65,80	65,80	2,56	2,56
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,18	12,95	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские"	75	75	18,27	18,27	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	3,36	2,59	27,52	21,17	9,02	6,94	60,74	46,72	434,23	334,02	0,00	0,00
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,66	2,00	0,20	0,15	0,00	0,00	21,60	16,20	87,20	65,40	25,80	19,35
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			43,75	40,83	46,61	40,10	25,62	21,76	135,44	110,88	981,31	772,65	24,36	19,77
Полдник															
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
Ужин															
ТТК-868	Пудинг "Творожный" с яблоками с соус смет "Сластена"	150/30	100/50	50,13	35,85	20,86	14,10	21,40	14,72	25,76	18,50	379,18	262,98	2,076	1,42
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			51,79	37,37	22,64	15,83	21,80	15,12	40,54	32,08	453,08	331,90	2,12	1,45
	Итого за день			127,49	107,44	86,17	70,92	63,75	51,01	247,59	205,95	1935,58	1543,70	34,81	29,09
СРЕДА 23.05															
Завтрак															
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,06	9,43	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,01	4,84	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			22,10	18,30	7,58	6,37	12,11	10,50	45,86	37,03	321,42	268,22	1,17	0,98
2 Завтрак															
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
Обед															
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	50	2,65	2,65	0,50	0,50	3,00	3,00	4,00	4,00	45,00	45,00	4,31	4,31
124/04	Щи из свежей капусты с карт. на мясокостн бульоне со смет.	200/10	150/10	7,41	6,00	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13

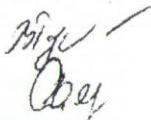
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	24,10	22,02	37,56	28,17	15,50	11,62	58,98	44,23	525,40	394,05	0,51	0,38
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,05	2,28	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			40,41	35,89	40,19	29,89	24,30	19,51	129,58	103,32	922,94	692,49	19,65	15,82
	Поддник														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	146	146	9,05	9,05	1,31	1,31	0,00	0,00	11,83	11,83	62,78	62,78	22,39	22,39
ТТК-730	Фрикад. рыбные "Капелька" с соус. томатн	50/30	50/30	8,96	8,96	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	102,70	102,70	3,59	3,59
	Картофельное пюре	150	130	8,98	7,78	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			28,65	27,31	13,37	12,92	10,64	10,00	53,18	49,26	379,38	355,73	44,12	41,70
	Итого за день			113,88	102,98	70,95	58,54	55,31	47,89	243,53	203,92	1796,87	1482,00	68,50	61,95
	ЧЕТВЕРГ 24.05														
	Завтрак														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
311./04	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	11,67	9,13	4,40	4,12	4,06	4,03	26,99	25,31	162,00	154,00	0,00	0,00
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,02	5,02	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			21,72	18,18	8,98	8,21	12,00	11,43	60,21	54,73	384,68	354,64	1,43	1,20
	2 Завтрак														
707./04	Сок разливной	160	160	4,32	4,32	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			4,32	4,32	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Обед														
43./04	Салат из свежей капусты (с зел.луком)	60	50	3,64	3,04	0,84	0,70	3,05	2,54	5,18	4,32	51,53	42,94	20,96	17,47
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	15,08	13,77	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	15,82	15,82	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
516./04	Макароны отварные	130	100	3,33	2,56	4,97	3,82	4,41	3,39	27,03	20,79	167,70	129,00	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,62	1,22	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			42,69	39,35	20,20	19,79	25,07	22,89	114,19	91,03	775,31	619,26	24,86	19,46
	Поддник														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Ужин														

294/96	Сырники из творога с соусом молочным сладким	150/30	100/50	51,62	36,05	28,60	19,64	20,35	14,92	21,06	18,00	381,79	284,84	0,46	0,41
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			53,28	37,57	30,38	21,37	20,75	15,32	35,84	31,58	455,69	353,76	0,50	0,44
	Итого за день			132,37	109,78	64,87	54,68	62,32	54,14	228,75	195,85	1751,46	1463,44	32,45	26,76
	<u>ПЯТНИЦА 25.05</u>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,15	4,15	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,17	4,17	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с рисом	200	150	6,95	5,21	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,01	4,84	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			21,28	18,37	16,61	14,66	15,60	13,53	44,34	35,79	384,75	323,75	2,21	1,79
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	<u>Обед</u>														
	Огурец свежий порционный	53	45	5,13	4,35	0,42	0,36	0,00	0,00	1,38	1,17	7,16	6,08	5,30	4,50
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	7,38	5,99	2,04	1,60	5,02	4,14	13,12	7,76	105,82	74,70	14,30	10,80
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	16,30	16,30	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	2,95	2,27	3,90	3,00	5,85	4,50	19,37	14,90	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,24	2,43	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			38,20	34,28	21,41	19,30	21,73	19,45	121,35	78,80	679,79	528,70	19,94	15,64
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
733/04	Оладьи	50	50	0,98	0,98	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			11,34	11,34	8,35	8,35	6,69	6,69	28,45	28,45	207,48	207,48	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	149	135	11,97	10,84	0,60	0,54	0,00	0,00	14,60	13,23	56,62	51,30	23,84	21,60
541/04	Рагу овощное	180	150	11,90	9,92	3,60	3,00	14,94	12,45	20,70	17,25	231,66	193,05	9,48	7,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			25,53	22,28	5,98	5,27	15,34	12,85	50,08	44,06	362,18	313,27	33,36	29,53
	Итого за день			108,71	97,39	56,85	51,63	63,12	55,90	250,22	192,50	1709,96	1441,38	59,07	50,41

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	608,18	537,33	283,06	220,33	295,00	246,56	1240,2	1011,7	8834,5	7348,7	262,02	236,25
В среднем в день	121,64	107,47	56,61	44,07	59,00	49,31	248,03	202,35	1766,91	1469,74	52,40	47,25

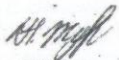
Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор



В.П. Гусева

Зам. директора по произ-ву



Р.И. Самигулова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Прокофьева