

Утверждено:

Заведующий ДКДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 12

ШАХТЕРСКОГО МО ДНР

С.А. Болдырева

Приказ №

12 от 16.09.2024



ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОГО КАЗЕННОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ДЕТСКИЙ САД № 12 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА ШАХТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
на 2024 – 2025 учебный год**

г. Шахтёрск

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюда(г)						Энергетическая ценность, ккал		Распределение еды по калорийности в течении дня, %	
		Ясли	Сад	Белки		Жиры		Углеводы					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ПОНЕДЕЛЬНИК													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №313	Каша гречневая со сливочным маслом	75	90	2.2	3.6	1.3	2.2	10.3	17.1	121.8	146.2	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 374	Рыба, тушенная с овощами	40	50	7.7	12.1	10.3	16.3	14.7	23.1	75.8.0	94.8	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №7	Сыр твердый	4	6	0	0	2.5	4.1	0	0	14.4	21.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. №113	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	16.2	19.4	61.7	74.0	х	х
Итого		322	401	11.5	18.2	15.5	24.8	57.2	79.6	418.0	525.2	20	20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №368	Фрукты/Сок	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	х	х
Итого		90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	5	5
ОБЕД													

М.П. Могильный Н.Р. №76	Рассольник «Ленинградский» на к/б со сметаной	180	200	2.0	2.6	2.6	3.4	13.2	17.6	87.7	97.4	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 63	Пюре картофельное	100	130	1.9	2.7	4.1	5.9	9.0	12.9	86.0	111.7	х	х
М.И. Снигур Н.Р. №100	Печень жареная с луком	50	70	5.5	8.2	2.3	3.5	1.7	2.5	71.5	100.1	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 82	Икра свекольная с луком	30	40	1.6	2.2	3.5	4.7	6.1	8.2	20.1	26.8	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	2.4	4.5	0.3	0.6	14.6	26.8	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
А.И. Здобнов Н.Р. № 874	Кисель из смеси сухофруктов	150	180	0.3	0.36	0	0	72.6	87.1	72.6	87.1	х	х
Итого		560	685	13.7	20.6	12.8	18.1	117.2	155.1	476.6	602.3	40	40
ПОЛДНИК													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 34	Каша манная молочная	180	200	7.2	8.0	8.2	9.1	25.1	27.9	199.2	221.4	х	х
	Кондитерские изделия	24	40	1.02	3.1	0.6	1.7	3.3	10.0	40.1	66.9	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 45	Кофейный напиток	150	180	2.4	3.0	2.6	3.2	15.3	18.4	119.7	143.6	х	х
Итого		354	420	13.0	18.6	11.7	14.6	63.7	83.1	359.0	431.9	25	25
Всего за день		1326	1601	38.4	57.8	40.2	57.9	247.1	242.0	1321.3	1630.8	85	85
ВТОРНИК													
ЗАВТРАК													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 49	Макароны отварные со сливочным маслом	60	90	2.8	4.6	3.0	5.0	15.2	25.4	91.9	137.9	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №213	Яйцо вареное	1/2	1/2	2.5	2.5	2.3	2.3	0.14	0.14	78.8	78.8	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 19	Икра кабачковая	30	40	0.5	0.6	1.9	2.5	2.2	3.0	35.7	47.6	х	х
М.П. Могильный	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х

Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №7	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 45	Кофейный напиток	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	119.7	143.6	х	х
Итого		318	405	6.9	12.5	8.0	13.6	36.8	57.7	470.4	596.5	20	20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №368	Фрукты/Сок	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	х	х
Итого	х	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 7	Борщ на костном бульоне со сметаной	180	250	6.7	9.3	1.1	1.5	4.1	5.8	139.0	193.0	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 63	Пюре картофельное со сливочным маслом	100	130	13.0	16.2	10.4	13.1	18.4	23.1	86.0	111.3	х	х
М.И. Снигур Н.Р. №76	Рулет из мяса, фаршированный яйцом и сыром	50	70	5.6	8.4	3.2	4.8	1.2	1.8	70.0	98.0	х	х
Л.С. Коровка Н.Р. 433	Огурец консервированный	15	20	0.1	0.2	0	0	0.3	0.3	2.0	2.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 40	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0.5	0.5	0	0	21.8	26.1	72.6	87.1	х	х
Итог		565	715	37.9	49.4	17.5	23.8	50.7	63.0	508.3	671.3	40	40
ПОЛДНИК													
М.И. Снигур Н.Р. 175	Хворост	50	60	9.5	12.0	16.0	20.2	15.6	19.7	197.8	237.4	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 35	Кисломолочный напиток	150	180	4.5	5.4	1.5	1.8	6.0	7.2	100.5	120.6	х	х
Итого		200	240	14.0	19.4	17.5	21.8	21.6	26.9	298.2	358.0	25	25
Всего за день		1178	1460	59.0	81.7	43.2	59.6	113.0	156.4	1352.1	1701.0	85	85

СРЕДА													
ЗАВТРАК													
Л.Е. Курнешова Н.Р. №10	Суп молочный пшеничный	180	200	4.3	4.8	4.6	5.1	15.2	16.8	202.4	224.9	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №7	Сыр твердый	4	6	0	0	2.5	4.1	0	0	14.4	21.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. №113	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	61.7	74.0	х	х
Итого		387	456	5.9	7.3	8.5	11.4	47.1	55.9	422.8	509.1	20	20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №368	Фрукты/Сок	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	х	х
Итого		90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешова Н.Р. №95	Суп картофельный рыбный	180	200	7.9	11.0	7.9	11.0	15.7	21.8	145.6	155.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. №64	Рагу овощное	100	150	1.9	2.7	4.1	5.9	9.0	12.9	81.4	122.2	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №433	Помидор консервированный	15	20	0.1	0.2	0	0	0.3	0.3	2.0	2.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
А.И. Здобнов Н.Р. № 874	Кисель из смеси сухофруктов	150	180	0.5	0.5	0	0	21.8	26.1	72.6	87.1	х	х
Итого		495	615	11.4	16.1	13.2	18.9	46.9	61.2	440.3	546.5	42	43
ПОЛДНИК													

Л.Е. Курнешова Н.Р. № 47	Запеканка с творогом, рисом и изюмом	100	120	4.3	4.8	4.6	5.1	15.2	16.8	165.6	198.7	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. №119	Соус фруктовый	50	50	2.4	4.5	0.3	0.6	14.6	26.8	34.7	57.8	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 35	Кисломолочный напиток	150	180	4.5	5.4	1.5	1.8	6.0	7.2	100.5	120.6	x	x
Итог		300	350	11.2	14.7	6.4	7.5	35.8	50.8	300.8	377.1	20	20
Всего за день		1272	1516	28.7	38.5	28.3	38.2	133.7	176.7	1231.6	1504.1	87	88
ЧЕТВЕРГ													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №313	Каша рисовая сладкая со сливочным маслом	90	120	2.2	3.7	2.5	4.2	17.0	28.4	80.6	107.4	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 22	Какао с молоком	150	180	4.5	5.4	5.0	5.9	7.4	8.8	83.3	100.0	x	x
Итого		293	370	20.5	31.7	17.5	25.2	31.5	52.7	308.2	396.0	20	20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №385	Фрукты/Сок	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	x	x
Итого	x	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешова Н.Р. №99	Свекольник на к/б со сметаной	180	250	7.9	11.0	7.9	11.0	15.7	21.8	128.3	178.3	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 49	Макароны отварные со сливочным маслом	60	90	2.8	4.6	3.0	5.0	15.2	25.4	91.9	137.9	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №255	Котлета рыбная Сметано-томатный соус	60/20	80/30	2.8/ 0.37	5.6/ 0.6	1.5/ 3.2	3.0/ 4.8	1.3/ 1.7	2.6/ 2.5	124.0 32.8	165.3 49.3	x	x

Л.С. Коровка Н.Р. 433	Помидор консервированный	15	20	0.1	0.2	0	0	0.3	0.3	2.0	2.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №399	Сок томатный/фруктовый	150	180	1.5	1.8	0.1	0.2	4.3	5.2	27.0	32.4	х	х
Итого		535	715	13.0	18.7	11.0	16.3	108.0	138.7	427.0	548.1	40	40
ПОЛДНИК													
М.И. Снигур Стр.273	Сырники со сметаной	75	95	1.8	3.0	7.0	11.7	11.8	19.7	226.4	286.8	х	х
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 35	Кисломолочный напиток	150	180	4.5	5.4	1.5	1.8	6.0	7.2	55.0	67.0	х	х
Итог		225	275	6.3	8.4	8.5	13.5	17.8	26.9	281.4	353.8	20	20
Всего за день		1173	1460	40.0	59.2	37.2	55.4	161.2	227.1	1091.8	1373.1	88	93
ПЯТНИЦА													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №216	Омлет с сыром	50	90	8.0	12.0	5.7	8.5	2.2	3.2	113.9	204.9	х	х
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 19	Икра кабачковая	30	40	0.5	0.6	1.9	2.5	2.2	3.0	35.7	47.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №6	Кондитерские изделия	12	20	1.02	3.1	0.6	1.7	3.3	10.0	20.1	33.5	х	х
Л.Е. Курнешева Н.Р. №113	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	61.7	74.0	х	х
Итого		292	395	12.7	20.5	13.6	20.7	32.7	48.3	370.1	539.3	25	25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №368	Фрукты/Сок	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	х	х

Итого		90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 88	Суп гороховый с гречками на к/б	180	200	7.1	9.8	4.9	6.8	23.2	32.2	129.6	144.1	х	х
Н.Н. Злобина Н.Р. 88	Плов из мяса птицы	130	150	10.2	15.4	6.1	9.2	24.2	36.4	110.3	127.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №60	Отварная морковь с зеленым горошком	30	40	0.9	1.3	0	0	3.2	4.5	23.1	30.8	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
А.И. Здобнов Н.Р. № 874	Кисель из смеси сухофруктов	150	180	0.3	0.4	0	0	72.6	87.1	72.6	87.1	х	х
Итого		550	665	13.3	15.8	12.3	19.0	28.7	40.4	621.5	773.9	43	48
ПОЛДНИК													
М.И. Снигур Стр.268,273	Пирожок духовой с творогом и изюмом	90	110	4.3	4.8	4.6	5.1	15.2	16.8	149.0	182.1	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 35	Кисломолочный напиток	150	180	4.5	5.4	1.5	1.8	6.0	7.2	55.0	67.0	х	х
Итого		240	290	8.8	10.2	6.1	6.9	21.2	24.0	204.0	249.1	20	20
Всего за день		1172	1445	35.0	46.9	32.2	47.0	86.5	121.5	1263.3	1633.7	90	90
Всего за первую неделю		6121	7482	201.1	284.1	180.8	258.1	521.5	923.8	6260.1	7842.7	88	88

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюда (г)						Энергетическая ценность, ккал		Распределение еды по калорийности в течении дня	
		Ясли	Сад	Белки		Жиры		Углеводы					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ПОНЕДЕЛЬНИК													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №313	Каша рисовая со сливочным маслом	75	90	2.2	3.6	1.3	2.2	10.3	17.1	104.9	125.8	х	х
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 374	Рыба, тушенная с овощами	40	50	7.7	12.1	10.3	16.3	14.7	23.1	75.8	94.8	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.5	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №7	Сыр твердый	4	6	0	0	2.5	4.1	0	0	14.4	21.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	х	х
Л.Е. Курнешева Н.Р. №113	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	16.2	19.4	61.7	74.0	х	х
Итого		322	396	11.2	21.5	8.7	15.6	53.9	89.6	401.1	504.8	25	25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №368	Фрукты/Сок	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	х	х
Итого	х	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 98	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	200	1.5	2.1	2.2	3.1	9.1	12.6	103.7	115.2	х	х

Л.Е. Курнешева Н.Р. № 63	Пюре картофельное со сливочным маслом	120	130	13.0	16.2	10.4	13.1	18.4	23.1	86.0	111.7	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №305	Котлета рубленая	60	80	5.6	8.4	3.2	4.8	1.2	1.8	103.0	141.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №433	Помидор консервированный	15	20	0.1	0.2	0	0	0.3	0.3	2.0	2.6	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	2.4	4.5	0.3	0.6	14.6	26.8	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
А.И. Здобнов Н.Р. № 874	Кисель из смеси сухофруктов	150	180	0.3	0.4	0	0	72.6	87.1	72.6	87.1	x	x
Итог		575	675	14.3	22.7	8.1	12.0	116.2	157.2	404.6	602.7	43	45
ПОЛДНИК													
Л.Е. Курнешева Н.Р. №10	Суп молочный с макаронами	180	200	4.3	4.8	4.6	5.1	15.2	16.8	168.3	187.4	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №6	Кондитерские изделия	24	40	1.0	3.1	0.6	1.7	3.3	10.0	23.5	70.5	x	x
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 45	Кофейный напиток	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	119.7	143.6	x	x
Итого		354	420	11.7	13.4	10.3	11.5	27.5	31.2	311.5	401.5	20	20
Всего за день		1341	1586	37.4	20.6	27.3	39.5	201.5	286.8	1184.9	1580.4	93	95
ВТОРНИК													
ЗАВТРАК													
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 34	Каша манная молочная	180	200	7.2	8.0	8.2	9.1	25.1	27.9	199.2	221.4	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №7	Сыр твердый	4	6	0	0	2.5	4.1	0	0	14.4	21.6	x	x
М.П. Могильный	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	x	x

Н.Р. №1													
Л.Е. Курнешова Н.Р. №113	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	16.2	19.4	61.7	74.0	x	x
Итого		387	456	10.4	15.9	6.5	9.3	67.5	101.3	419.6	505.6	25	25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №385	Фрукты/Сок	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	x	x
Итого		90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	5	5
ОБЕД													
М.П. Могильный Н.Р. №83	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	200	7.9	11.0	7.9	11.0	15.7	21.8	80.8	89.8	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 49	Макароны отварные со сливочным маслом	60	90	2.8	4.6	3.0	5.0	15.2	25.4	91.9	137.9	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. №46	Куры отварные измельченные	60	90	5.6	8.4	3.2	4.8	1.2	1.8	139.3	208.9	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №19	Огурец соленый с луком и растительном маслом	30	40	0.2	0.4	0	0	0.6	0.6	17.9	23.9	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 40	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0.5	0.5	0	0	21.8	26.1	72.6	87.1	x	x
Итог		530	665	29.4	40.4	17.5	24.7	67.4	95.5	541.2	726.9	43	45
ПОЛДНИК													
М.П. Могильный Н.Р. №241	Вареники ленивые	65	70	8.5	10.6	9.5	11.9	29.7	37.1	157.3	169.2	x	x
Л.Е. Курнешова	Молочный соус	20	30	3.0	0.9	11.5	3.5	7.5	2.3	27.5	41.3	x	x

Н.Р. №119													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 35	Кисломолочный напиток	150	180	4.5	5.4	1.5	1.8	6.0	7.2	55.0	67.0	x	x
Итого		235	280	16.0	16.9	22.5	17.2	43.2	46.6	239.8	277.5	20	20
Всего за день		1242	1491	56.0	17.6	46.7	51.6	182.0	252.2	1268.3	1581.4	93	95
СРЕДА													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №315	Каша пшённая со сливочным маслом	100	120	2.2	3.6	1.3	2.2	10.3	17.1	124.5	149.4	x	x
М.И. Снигур Стр.255	Печень в сметане	55	65	11.7	17.6	7.6	11.4	3.4	5.1	50.2	79.1	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №7	Сыр твердый	4	6	0	0	2.5	4.1	0	0	14.4	21.6	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 22	Какао с молоком	150	180	4.5	5.4	5.0	5.9	7.4	8.8	83.3	100.0	x	x
Итого		362	446	23.3	35.8	14.5	29.7	57.4	96.3	416.7	538.7	20	20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №385	Фрукты/Сок	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	x	x
Итого	x	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	5	5
ОБЕД													
М.П. Могильный Н.Р. №86	Суп-лапша с курицей	180	200	1.5	2.1	2.2	3.1	9.1	12.6	299.9	333.2	x	x
Л.Е. Курнешова Н.Р. №51	Пюре гороховое со сливочным маслом	120	150	1.9	2.7	4.1	5.9	9.0	12.9	121.8	152.3	x	x
Л. С. Коровка Н.Р. № 174	Тефтели мясные с рисом	55	70	7.4	9.4	15.2	19.3	4.7	6.0	118.3	150.5	x	x

М.П. Могильный Н.Р. №34	Свекла отварная с зеленым горошком	40	50	11.1	13.3	2.0	2.4	5.1	6.1	30.8	38.6	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
Л.Е. Курнешева Н.Р. №39	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0.5	0.5	0	0	21.8	26.1	72.6	87.1	x	x
Итого		595	715	23.0	30.8	11.3	15.7	73.7	104.1	782.1	941.0	40	40
ПОЛДНИК													
М.И. Снигур Н.Р. №197	Оладьи с повидлом	80/24	90/40	5.9	6.7	7.1	8.0	19.6	22.1	156.0	175.5	x	x
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 45	Кофейный напиток	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	119.7	143.6	x	x
Итог		280	325	11.2	14.7	6.4	7.5	35.8	50.8	275.7	319.1	20	20
Всего		1332	1586	57.7	81.7	32.4	53.3	170.8	260.0	1449.7	1874.0	85	85
ЧЕТВЕРГ													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №216	Омлет с сыром	50	90	8.2	14.7	14.8	27.6	3.2	2.3	113.9	204.9	x	x
Л.Е. Курнешева Н.Р. № 19	Икра кабачковая	30	40	0.5	0.6	1.9	2.5	2.2	3.0	35.7	47.6	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	x	x
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	x	x
Л.Е. Курнешева Н.Р. №113	Чай с молоком	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	84.8	121.7	x	x
Итого		287	386	12.4	23.3	17.7	32.5	39.2	61.2	378.7	562.8	20	20
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													

М.П. Могильный Н.Р. №385	Фрукты/Сок	100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	х	х
Итого		100	100	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	75.2	75.2	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешова Н.Р. №99	Свекольник на к/б со сметаной	180	250	7.9	11.0	7.9	11.0	15.7	21.8	128.3	178.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. №51	Жаркое по-домашнему	140	150	1.9	2.7	4.1	5.9	9.0	12.9	196.3	210.4	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №433	Помидор консервированный	15	20	0.1	0.2	0	0	0.3	0.3	2.0	2.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. №39	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0.5	0.5	0	0	21.8	26.1	72.6	87.1	х	х
Итого		535	615	21.0	30.3	26.4	35.9	123.4	167.7	537.9	657.7	45	45
ПОЛДНИК													
Л.Е. Курнешова Н.Р. №23	Капуста тушенная	120	160	3.2	4.3	7.1	9.4	12.2	16.3	96.4	128.5	х	х
М.И. Снигур Н.Р. 193	Пирожок жаренный с горохом	90	100	5.0	5.5	4.5	5.0	38.7	43.0	217.8	242.0	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 45	Кофейный напиток	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	119.7	143.6	х	х
Итого		360	460	11.0	12.7	77.9	16.8	66.9	78.5	433.9	514.1	25	25
Всего		1277	1561	44.6	66.7	122.2	85.6	233.4	316.1	1425.7	1809.8	95	95
ПЯТНИЦА													
ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №313	Каша гречневая со сливочным маслом	75	90	2.2	3.6	1.3	2.2	10.3	17.1	121.8	146.2	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 374	Рыба отварная	55	60	7.7	12.1	10.3	16.3	14.7	23.1	92.0	105.3	х	х
М.П. Могильный	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х

Н.Р. №1													
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №7	Сыр твердый	4	6	0	0	2.5	4.1	0	0	14.4	21.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Масло сливочное	3	5	0.3	0.4	0.1	0.1	15.9	19.1	5.6	9.3	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. №113	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.3	0.4	0.1	0.1	16.2	19.4	61.7	74.0	х	х
Итого		337	406	13.7	23.9	12.6	20.9	59.1	96.4	434.2	535.7	25	25
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
М.П. Могильный Н.Р. №368	Фрукты/Сок	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	х	х
Итого	х	90	95	0.2	0.4	0.2	0.4	3.9	8.8	67.7	71.4	5	5
ОБЕД													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 7	Борщ на костном бульоне со сметаной	180	250	6.7	9.3	1.1	1.5	4.1	5.8	139.0	193.0	х	х
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 63	Пюре картофельное	100	130	1.9	2.7	4.1	5.9	9.0	12.9	86.0	111.7	х	х
М.И. Снигур Стр.233	Оладьи из печени	40	60	8.0	12.0	5.7	8.5	2.2	3.2	91.6	137.4	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №433	Огурец консервированный	15	20	0.1	0.2	0	0	0.3	0.3	2.0	2.6	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб пшеничный	30	40	1.0	1.7	1.2	2.0	0.1	0.1	70.5	94.0	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №1	Хлеб ржаной	20	25	1.0	1.8	2.55	2.75	9.7	10.6	68.2	85.3	х	х
М.П. Могильный Н.Р. №399	Сок томатный /фруктовый	150	180	1.5	1.8	0.1	0.2	4.3	5.2	27.0	32.4	х	х
Итого		535	555	22.1	32.5	14.8	21.4	40.3	62.1	484.3	688.8	45	45
ПОЛДНИК													
М.И. Снигур Стр.259	Пудинг с творогом и яблоком	80	95	4.3	4.8	4.6	5.1	15.2	16.8	177.6	210.9	х	х
Л.Е. Курнешова	Соус фруктовый	50	50	2.4	4.5	0.3	0.6	14.6	26.8	57.8	57.8	х	х

Н.Р. №119													
Л.Е. Курнешова Н.Р. № 35	Кисломолочный напиток	150	180	4.5	5.4	1.5	1.8	6.0	7.2	55.0	67.0	x	x
Итого		254	310	13.4	20.9	7.3	10.3	16.5	21.6	290.4	335.7	20	20
Всего за день		1216	1371	49.4	77.7	34.9	53.0	119.8	188.9	1276.6	1631.6	95	95
Всего за вторую неделю		6408	7595	305.1	264.3	263.5	283.0	9075.0	3004.1	6605.2	8477.2	93	93

Меню составил: заведующий Болдарева С.А.

Контактный телефон: +79493279308.