

УТВЕРЖДАЮ

Директор СПб ГБУ

«Центр содействия семейному

воспитанию №

К.В.Мамаев

10.09.2025 г.



Циклическое сбалансированное меню для организации  
питания СПб ГБУ «Центр содействия семейному  
воспитанию № 12»  
Возраст 3---7 лет

## 1 день (Здо 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
Cб.2008	13	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
Cб.2008	14	Сыр (порциями)	11	2,3	2,9	6	40	0
ттк	16887	Хлопья кукурузные с молоком	200	30	5	46	200	1
Cб.2008	432	Кофейный напиток	200	2,7	2,2	13,6	85,5	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>416</b>	<b>37,45</b>	<b>14,25</b>	<b>83,605</b>	<b>450,5</b>	<b>2</b>
<b>2 завтрак</b>								
Cб.1240 блю.	458	Бананы свежие	230	0,3	0,3	7	33	3
к/к	к/к	Йогурт	125	3	6,4	9,4	45	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>3,3</b>	<b>6,7</b>	<b>16,4</b>	<b>78</b>	<b>5</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Перец сладкий (порционно)	50	1,5	0,2	11,6	25	5
Cб.2008	76	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	3,2	5,6	8	112	5
Cб.2008	258	Жаркое по-домашнему	180	9	20	10	288	5
Cб.2008	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	180	0,6	0,1	25	104	15
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>19</b>	<b>26,2</b>	<b>87,4</b>	<b>687,4</b>	<b>30</b>
<b>Полдник</b>								
Cб.2008	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	115	15,2	23	75	185	0
Cб.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>315</b>	<b>15,7</b>	<b>23,1</b>	<b>84,9</b>	<b>228</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
Cб.2008	13	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
Cб.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
ттк	155	Капуста тушёная со свининой(Бигос)	200	3	10	15	103	10
Cб.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	8,2	33	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>8,35</b>	<b>18,85</b>	<b>23,505</b>	<b>237</b>	<b>10</b>
<b>2 Ужин</b>								
к/к	к/к	Сушки	25	2,2	2,85	8,2	101,5	0
Cб.2008	435	Ряженка	200	6	0,2	8	62	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>225</b>	<b>8,2</b>	<b>3,05</b>	<b>16,2</b>	<b>163,5</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2206,0</b>	<b>101,7</b>	<b>101,9</b>	<b>315,0</b>	<b>1811,4</b>	<b>51</b>

	Среднедневная сбалансированность		0,9	4		
--	----------------------------------	--	-----	---	--	--

Выполнение меню: 99%

2 день (3 до 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	189	Каша пшённая жидккая	205	12	6,4	25,3	178	1
C6.2008	433	Какао с молоком	180	2,61	2,25	22,32	120	1
C6.2008	14	Сыр(порциями)	11	4	3	2	30	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>431</b>	<b>21,06</b>	<b>15,8</b>	<b>67,625</b>	<b>453</b>	<b>2</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Йогурт	125	7	4,3	10	55	1
к/к	к/к	Мандарин свежий	230	0	0,3	0	35	7
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7</b>	<b>4,6</b>	<b>10</b>	<b>90</b>	<b>8</b>
<b>Обед</b>								
ТТК	435	Салат из свежих помидор и лука порея с раст маслом	60	5,6	4	2,6	50	6
C6.2008	95/307	Суп из овощей с курой и сметаной	200	12,3	8	11,1	120	2
C6.2008	314	Котлета рубленная из курицы	80	18,9	11,4	13,6	150	2
C6.2008	331	Макароны отварные	150	5	4	25	143	0
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "с"	200	0,6	0,1	31,7	131	15
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>47,1</b>	<b>27,8</b>	<b>116,8</b>	<b>752,4</b>	<b>25</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК	13072	Сосиска в тесте	60	8	6	35	150	0
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>260</b>	<b>8,5</b>	<b>3,2</b>	<b>44,9</b>	<b>193</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
		Салат из квашенной капусты с растительным маслом(с 01.03.репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	80	1,3	3	5	49,8	3,5
C6.2008	40							
C6.2008	228	Рыба отварная	40	12	0,4	0	48	0
C6.2008	379	Маринад овощной	50	7	3,2	3,2	40	1
C6.2008	335	Картофельное пюре	150	2	5,2	18	125	5

Сб.2008	431	Чай с лимоном	188	0,1	0	10,2	41,8	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>563</b>	<b>27,15</b>	<b>16,25</b>	<b>62,905</b>	<b>469,8</b>	<b>12,5</b>
<b>2 Ужин</b>								
Сб.2008	435	Биойогурт	200	6	2	8,4	80	1
к/к	к/к	Конфеты помадная	25	0,84	2,07	22,83	95,3	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>225</b>	<b>6,84</b>	<b>4,07</b>	<b>31,23</b>	<b>175,3</b>	<b>1</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2229,0</b>	<b>110,7</b>	<b>67,1</b>	<b>323,5</b>	<b>2043,5</b>	<b>50,5</b>
		Среднедневная сбалансированность		0,9	1,01	4		

## Выполнение меню: 97%

### З день (3 до 7)

C6.2008	219	Сырники из творога с вареньем	115	24	15	23	210	1,3
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>315</b>	<b>28,6</b>	<b>15,1</b>	<b>32,9</b>	<b>253</b>	<b>3,3</b>

**Ужин**

C6.2008	13	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
		Винегрет с сельдью/салат из вар.овощей с сельдью(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)						
C6.2008	46		80	2,1	8,2	4,1	89	12
C6.2008	266	Плов по-узбекски	200	18	26	33	256	1,2
C6.1996	431	Чай с молоком	200	0,2	0,1	15	20	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>25</b>	<b>34,6</b>	<b>78,6</b>	<b>492,2</b>	<b>2,7</b>

**2 Ужин**

к/к	к/к	Булочка сдобная	40	5,6	6,4	34,3	120	0
C6.2008	435	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200	6	4,5	8	62	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>240</b>	<b>11,6</b>	<b>10,9</b>	<b>42,3</b>	<b>182</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2670</b>	<b>107</b>	<b>118</b>	<b>334</b>	<b>2028</b>	<b>53</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>0,97</b>	<b>0,97</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню:

98%

**4 день (3 до 7)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	189	Каша "Дружба"	200/5	7,3	7	32	201,3	1,7
C6.2008	14	Сыр(порциями)	11	4	3	2	30	0
C6.2008	433	Какао с молоком	200	2,61	2,25	22,32	120	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>22,2</b>	<b>30,8</b>	<b>109</b>	<b>802</b>	<b>2,7</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Апельсин свежий	250	3	0,4	13	26	7
к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке/ кипяченое	200	6	6,4	9,4	120	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>9</b>	<b>6,8</b>	<b>22,4</b>	<b>146</b>	<b>8</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Салат из свежих огурцов с раст маслом	80	0,6	0,08	2	11	1

C6.2008	88/252	Щи из квашеной капусты с картофелем, сметаной, говядиной	200	5,2	7	7,4	114,3	7
C6.2008	500/261	Суфле из печени	90	18	10	10	189	8
C6.2008	331	Макароны отварные	150	5,3	4,6	30,94	188	0
C6.2008	400	Компот из плодов консервированных с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	131	10
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>34,4</b>	<b>22,08</b>	<b>114,84</b>	<b>791,7</b>	<b>26</b>

#### Полдник

C6.2008	451	Пирожок с капустой	60	4	5,3	28	205	4,1
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>4,5</b>	<b>5,4</b>	<b>37,9</b>	<b>248</b>	<b>6,1</b>

#### Ужин

C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	51	Винегрет(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	80	0,8	6	4	68	6
C6.2008	230	Рыба припущеная	40	12,3	3,9	2,5	94,5	1
C6.2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	141	5
C6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>24,3</b>	<b>29</b>	<b>98,7</b>	<b>735</b>	<b>12</b>

#### 2 Ужин

к/к	176,02	Биойогурт	200	5	9	5	108	1
к/к	к/к	Печенье "Крекер"	30	3,39	4,02	20,13	85	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>9,39</b>	<b>6,02</b>	<b>28,53</b>	<b>165</b>	<b>1</b>
		<b>Итого за день</b>		<b>94,2</b>	<b>97</b>	<b>365,2</b>	<b>1987</b>	<b>55,8</b>
		Среднедневная сбалансированность		1	0,95	4		

Выполнение меню: 103%

#### 5 день ( 3 до 7 )

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценност (кал)	С мг
				Б	Ж	У		
завтрак								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0

C6.2008	14	Сыр(порциями)	11	5	6,5	0	80	0
C6.2008	112	Суп молочный с макаронными изделиями	205	5,7	4,9	21,7	155	1
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	2,7	2,2	13,6	85,5	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>451</b>	<b>15,85</b>	<b>17,75</b>	<b>53,305</b>	<b>445,5</b>	<b>2</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Киви	230	0	0,4	13	30	5
к/к	к/к	Йогурт	125	7	4,3	10	55	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7</b>	<b>4,7</b>	<b>23</b>	<b>85</b>	<b>6</b>
<b>Обед</b>								
C6.2008	23	Салат из свежих огурцов и помидоров (с 01.03. репчатый лук,	70	2,2	4	2	45	5
C6.2008	99/252	Суп картофельный с бобовыми и говядиной	200	4,1	5,8	18,6	126	6
C6.2008	228/378	Рыба отварная, соус польский	65	4,2	15,85	0,25	120	1
C6.2008	333	Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	148	11
C6.2008	402	Компот из чернослива, с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	120	10
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>745</b>	<b>22,3</b>	<b>30,75</b>	<b>108,85</b>	<b>717,4</b>	<b>33</b>
<b>Полдник</b>								
C6.2008	454	Пицца "Школьная"	80	8	9	10	230	0
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>280</b>	<b>8,5</b>	<b>9,1</b>	<b>19,9</b>	<b>273</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
к/к C6.2008	к/к 745	Икра кабачковая/Салат из свежих огурцов и редиса	50/80	1	4,2	5,3	43	12
C6.2008	303	Перец фаршированный мясом и рисом	200	7	27	28	153	1,8
C6.2008	371	Соус сметанный	30	0,7	2,5	2,9	37	0,2
C6.2008	431	Чай с лимоном	180	0,3	0,1	15	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный "Столичный" обогащенный	20	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>465</b>	<b>14,35</b>	<b>38,42</b>	<b>91,405</b>	<b>514,5</b>	<b>17</b>
<b>2 Ужин</b>								
C6.2008	435	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200	6	0,2	8	62	2
к/к	к/к	Вафли витаминизированные	30	2,5	5	11	55	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>8,5</b>	<b>5,2</b>	<b>19</b>	<b>117</b>	<b>3</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2526</b>	<b>76,5</b>	<b>105,92</b>	<b>315,46</b>	<b>2152,4</b>	<b>63</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>1,01</b>	<b>1,01</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню: 97%

## 6 день (3 до 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008 к/к	13 к/к	Масло сливочное (порциями) Горошек зелёный	5 50	0,05 1,8	4,15 0,05	0,005 4,9	38 27	0 2
C6.2008	214	Омлет натуральный	65	7	12	10	120	0
C6.2008	254	Сосиска отварная	50	4,2	10,2	12	101	0
C6.2008 к/к	433 к/к	Какао с молоком Батон обогащенный с микронутриетами	200 30	2,61 2,4	2,25 0	22,32 18	120 87	1 0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>18,1</b>	<b>28,7</b>	<b>67,2</b>	<b>493,0</b>	<b>3</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Киви свежее	230	0,8	0,04	10	14	7
к/к	к/к	Молоко кипяченое	200	6	6,4	9,4	60	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>6,8</b>	<b>6,44</b>	<b>19,4</b>	<b>74</b>	<b>7</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Огурец свежий (порционно)	50	0,85	0,15	5	13	5
C6.2008	100/307	Суп картофельный с макаронами изделиями и курицей	200	8,7	3,6	16,2	133,2	0
C6.2008	312	Птица, тушеная в сметанном соусе	110	5,89	11,5	13,6	160	9
C6.2008	141	Рагу из овощей	180	7,5	11,2	29	170	0
C6.2008	401	Компот из изюма с витамином "С"	200	0,2	0,1	28,1	115	10
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>27,84</b>	<b>40</b>	<b>124,7</b>	<b>749,6</b>	<b>24</b>
<b>35,6</b>								
C6.2008	225	Пудинг из творога со сгущенным молоком	115	8	8	21	196	0
к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке 2,5%	200	6,1	5,3	10,1	113	3
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>315</b>	<b>14,1</b>	<b>13,3</b>	<b>31,1</b>	<b>309</b>	<b>3</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	4,1	4,6	0,3	63	0
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	28	Салат из свеклы с чесноком	80	1	0,08	20	32	5
C6.2008	248	Рыба запечённая с сыром	60	6,5	3,6	5,6	105	0
C6.2008	334	Картофель в молоке	150	5,3	5,9	32	150	8
C6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>585</b>	<b>21,85</b>	<b>18,73</b>	<b>99,405</b>	<b>575,2</b>	<b>13</b>
<b>2 Ужин</b>								
C6.2008 к/к	442 к/к	Сок яблочный Зефир	200 25	0 0,5	0,1 0	9,9 15	43 60	2 0

		Итого за прием пищи:	225	0,5	0,1	24,9	103	2
		Итого за день	2755,0	89,2	107,2	366,7	2303,8	52,0
		Среднедневная сбалансированность		1	1	4		

Выполнение меню: 97%

### 7 день (3 до 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЕНДР- Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	7	Бутерброд с рыбными гастр.продуктами	60	5,5	6	16	147	0
C6.2008	189	Каша манная жидкая	160	7,7		34,5	202	1,7
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	2,7	2,2	13,6	85,5	1
к/к	к/к	Творожок детский	100	4,5	4,8	12,3	63	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,4</b>	<b>13</b>	<b>76,4</b>	<b>497,5</b>	<b>2,7</b>
<b>2 Завтрак</b>								
к/к	к/к	Апельсин свежий	230	3	0,4	13	13	10
к/к	к/к	Йогурт	125	7	4,3	10	55	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>10</b>	<b>4,7</b>	<b>23</b>	<b>68</b>	<b>11</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Огурец свежий/ солёный	50	0,8	0,1	2,5	13,9	6
C6.2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	3,1	5,6	8	96	6
C6.2008	230	Рыба припущеная	40	6	3,9	2,5	94	1
C6.2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	141	5
к/к	10013	Кисель из свежих ягод с витамином "С"	200	0,1	0,04	17,5	54	15
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>17,8</b>	<b>15,34</b>	<b>83,6</b>	<b>557,3</b>	<b>33</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	Мороженое(март-октябрь)	70	3,2	10	15,6	165	0
к/к	к/к	Булочка сдобная	50	2,6	3,2	22,3	129	0
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>320</b>	<b>6,3</b>	<b>13,30</b>	<b>47,8</b>	<b>337</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	51	Винегрет(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	80	0,9	2	5	55	7
ТТК	170,02	Бефстроганов из говядины	100	13	7	8	171,4	0
C6.2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7	38,7	231	0
C6.1996	431	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	3
к/к-	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0

		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>585</b>	<b>27,35</b>	<b>20,55</b>	<b>93,2</b>	<b>682,6</b>	<b>10</b>
<b>2 Ужин</b>								
к/к	к/к	Мармелад желейный	25	1,5	1,2	41	159	0
к/к	к/к	Кисломолочные продукты обогащ. бифидобакт.2,5%жир.	200	2,5	2	3,8	60	0,9
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>225</b>	<b>4,6</b>	<b>4,9</b>	<b>14,8</b>	<b>120</b>	<b>0,9</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2475</b>	<b>83,45</b>	<b>71,39</b>	<b>320,25</b>	<b>1925</b>	<b>48,6</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню: 104%

**8 день (3 до 7)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн. ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
C6.2008	189	Каша жидкая пшённая	200	6,5	9	23	150	1,4
C6.2008	433	Какао с молоком	180	2,61	2,25	22,32	120	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>455,0</b>	<b>16,7</b>	<b>20,0</b>	<b>63,6</b>	<b>458,0</b>	<b>2,4</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Банан	230	0,3	0,25	7	35	6
к/к	к/к	Йогурт	125	7	4,3	10	55	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7,3</b>	<b>4,55</b>	<b>17</b>	<b>90</b>	<b>7</b>
<b>Обед</b>								
к/к	35	Салат из китайской капусты с кукурузой конс	80	2	5	6	50	9
ТТК	744	Суп картофельный с рыбными консервами	200	2	3	18	106	8
C6.2008	262	Гуляш	100	8,1	14,3	14	220	7
C6.2008	331	Макароны отварные	150	5	4	25	133	0
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "С"	200	1,5	5,4	30	100	10
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>790</b>	<b>23,3</b>	<b>32</b>	<b>125,8</b>	<b>767,4</b>	<b>34</b>
<b>Полдник</b>								
C6.2008	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	115	15,6	14	61,5	156	0
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>315</b>	<b>16,1</b>	<b>14,1</b>	<b>71,4</b>	<b>199</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	48	Салат из свеклы с чесноком и сыром	80	5	13	16	150	5
C6.2008	254	Сосиска отварная	50	9	19,5	0,3	132	0
C6.2008	133	Картофель тушёный	150	6	5,6	23	200	7
C6.2008	431	Чай с лимоном	208	0,3	0,1	15	62	3

к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		Итого за прием пищи:	543	25,05	42,65	80,81	516,51	15

**2 Ужин**

к/к	к/к	Сушки	30	2,2	2,85	16,7	101,5	0
Cб.2008	435	Ряженка	200	5	2	7	76	1
		Итого за прием пищи:	230	7,2	4,85	23,7	177,5	0,9
		Итого за день:	2688,0	95,6	118,2	382,3	2208,4	61,3
		Среднедневная сбалансированность		0,9	1	3,9		

Выполнение меню: 100%

**9 день (3 до7)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность калор.	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
Cб.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
Cб.2008	14	Сыр (порциями)	10	2,3	3	8	40	0
Cб.2008	189	Каша геркулесовая жидкая	205	6,3	4,3	20	234	1,7
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
Cб.2008	432	Кофейный напиток	180	2,7	2,2	13,6	85,5	1
		Итого за прием пищи:	430	13,75	13,65	59,605	484,5	2,7
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	2,5	2	3,8	60	0,9
к/к	к/к	Яблоко свежее	230	1	1	4	55	5
		Итого за прием пищи:	355	3,5	3	7,8	115	5,9
<b>Обед</b>								
Cб.2008	20	Салат из соленных/свежих огурцов с растительным маслом	80	2,7	5,1	20	67	6
Cб.2008	76	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,2	5,6	15	112	11
Cб.2008	245	Тефтели рыбные	50	8,4	2,1	15,2	45	1
Cб.2008	333	Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	148	7
Cб.2008	401	Компот из чернослива с витамином "С"	200	0,6	0,2	29,3	124	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		Итого за прием пищи:	540	22,5	18	135,8	654,4	25
<b>Полдник</b>								
Cб.2008	473	Булочка Российская	60	5,5	5,2	50	243	3,3
Cб.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		Итого за прием пищи:	260	6	5,3	59,9	286	5,3
<b>Ужин</b>								
Cб.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0

C6.2008	52	Винегрет с сельдью/салат из вар.овощей с сельдью(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	80	3	1,5	22	80	4,8
C6.2008	298	Суфле из говядины	100	22,4	11,9	1,7	164	0
C6.2009	325	Рис отварной	135	4,1	5,1	22,1	105	0
C6.2008	371	Соус сметанный	30	4,1	2,5	2,9	37	0,2
C6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>38,55</b>	<b>25,55</b>	<b>90,205</b>	<b>611,2</b>	<b>5</b>

## 2 Ужин

к/к	к/к	Конфеты "Ирис"	30	5,3	4,2	6,1	35	1
к/к	176,02	Биойогурт	200	5	9	5	40	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>10,3</b>	<b>13,2</b>	<b>11,1</b>	<b>75</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2415</b>	<b>94,6</b>	<b>78,7</b>	<b>364,41</b>	<b>2226,1</b>	<b>45,9</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>0,9</b>	<b>1</b>	<b>3,9</b>		

Выполнение меню: 104%

## 10 день (3 до 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность <small>(калории)</small>	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	14	Сыр (порциями)	11	2,3	3	20	40	0
C6.2008	184	Каша гречневая вязкая	205	6,8	5,9	26	186	1
C6.2008	433	Какао с молоком	180	2,61	2,25	22,32	120	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>431</b>	<b>14,16</b>	<b>15,3</b>	<b>86,33</b>	<b>471</b>	<b>2,4</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Банан свежий	230	2,7	1,1	20	33	10
к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке/ кипяченое	200	6	6,4	9,4	60	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>8,7</b>	<b>7,5</b>	<b>29,4</b>	<b>93</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
C6.2008	33	Салат из редиса и свежих помидор	100	6	3	21	42	0
C6.2008	91/252	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200	5	7,1	17,2	112,3	8
C6.2008	306	Голубцы ленивые	210	7	27,7	15,5	230	15
C6.2008	371	Соус сметанный	30	0,7	2	3,2	34	0
к/к	10013	Кисель из свежих ягод с витамином "С"	200	0,6	0,2	29,3	80	2
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>24</b>	<b>40,3</b>	<b>119</b>	<b>656,7</b>	<b>25</b>

C6.2008	33	Салат из редиса и свежих помидор	100	6	3	21	42	0
C6.2008	91/252	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200	5	7,1	17,2	112,3	8
C6.2008	306	Голубцы ленивые	210	7	27,7	15,5	230	15
C6.2008	371	Соус сметанный	30	0,7	2	3,2	34	0
к/к	10013	Кисель из свежих ягод с витамином "С"	200	0,6	0,2	29,3	80	2
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>24</b>	<b>40,3</b>	<b>119</b>	<b>656,7</b>	<b>25</b>

Полдник							
C6.2008	219	Сырники из творога с клюквой протертой с сахаром	115	24	11,6	39	251
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43
		Итого за прием пищи:	315	24,5	11,7	48,9	294

Ужин							
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
ТТК	36,14	Картофель с морковью запечённые	200	3,5	18	30	180
C6.2008	242	Шницель рыбный	70	8	8,6	5,8	78,6
C6.2008	431	Чай с лимоном	208	0,3	0,1	15	62
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87
		Итого за прием пищи:	573	21,65	35,75	77,605	548,8

2 Ужин							
C6.2008	435,0	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200	6	0,2	8	62
к/к	к/к	Булочка сдобная	50	2,6	3,2	22,3	129
		Итого за прием пищи:	250	8,6	3,4	30,3	191
		Итого за день	2799	101,61	113,95	391,53	2254,5
		Среднедневная сбалансированность		1,1	1,1	4	

Выполнение меню: 104%

### 11 день (3 до 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	112	Каша пшеничная жидкая	155/5	5,7	4,9	21,7	155	1
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	2,7	2,2	13,6	85,5	1
C6.2008	11	Сыр (порциями)	10	2,3	3	0	40	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
к/к	к/к	Творожок детский	100	4,5	4,8	12,3	63	0
		Итого за прием пищи:	340	11,9	10	43,9	275,5	1

2 завтрак							
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	2,5	2	3,8	60
C6.1240 блю.	458	Яблоко свежее	230	0,3	0,3	6,5	25
		Итого за прием пищи:	355	2,8	2,3	10,3	85

Обед							
к/к	к/к	Салат из китайской капусты с кукурузой конс.и свежими яблоками с раст.маслом	70	1	7	2	60
C6.2008	95/252	Суп из овощей со сметаной	250/5	5	5,5	10,2	111,3
C6.2008	230	Рыба припущенная	40	12	3,9	2,5	94
C6.2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	141
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "С"	200	0,6	5,4	31,7	131

к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	35	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>455</b>	<b>20,4</b>	<b>15</b>	<b>87,3</b>	<b>524,4</b>	<b>21</b>

**Полдник**

Cб.2008	451	Пирожок с картофелем и зеленым луком	80	2	2,1	25	143	4
Cб.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>280</b>	<b>2,5</b>	<b>2,2</b>	<b>34,9</b>	<b>186</b>	<b>6</b>

**Ужин**

Cб.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
Cб.2008	14	Сыр (порциями)	10	2,3	3	0	40	0
Cб.2008	283/364	Тефтели в томатном соусе	80	8	15	11,7	120	7
Cб.2008	349	Рагу овощное с цветной капустой	180	7,5	11,2	20	124	7
Cб.1996	431	Чай с молоком	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>	<b>22,75</b>	<b>33,75</b>	<b>73,205</b>	<b>509,2</b>	<b>14</b>

**2 Ужин**

к/к	к/к	Биойогурт	200	6	2	8,4	80	1
к/к	к/к	Печенье сахарное	30	4,5	9	26	89	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>10,5</b>	<b>11</b>	<b>34,4</b>	<b>169</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2185</b>	<b>70,85</b>	<b>74,25</b>	<b>284,01</b>	<b>1749,1</b>	<b>49,9</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню: 100%

**12 день (3 до 7 лет)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
Cб.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
Cб.2008	14	Сыр (порциями)	10	2,3	3	0	40	0
Cб.2008	189	Каша рисовая жидккая	205	5,2	8,4	28,8	212	1,6
Cб.2008	433	Какао с молоком	180	2,61	2,25	22,32	120	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430,00</b>	<b>12,56</b>	<b>17,80</b>	<b>69,13</b>	<b>497</b>	<b>2,6</b>
<b>2 завтрак</b>								
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	2,5	2	3,8	60	0,9
к/к	к/к	Груша свежая	260	1	1	24	25	7
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>385</b>	<b>3,5</b>	<b>3</b>	<b>27,8</b>	<b>85</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Икра баклажанная /кабачковая пром.производства	60	2,1	6,5	8	94	3

C6.2008	76	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200	3,2	5,6	12,1	112	11
C6.2008	280	Рулет с луком и яйцом	70	17	13	9	234	3
C6.2008	331	Макароны отварные	150	5,5	4,8	31,3	188	0
C6.2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,5	3,2	37	1
C6.2008	402	Компот из кураги чернослива с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	104	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>790</b>	<b>33,7</b>	<b>32,8</b>	<b>128,1</b>	<b>927,4</b>	<b>18</b>

**Полдник**

C6.2008	225	Пудинг из творога со сгущенным молоком	115	11	8	21	196	0
C6.2008	442	Сок яблочный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>315</b>	<b>11,5</b>	<b>8,1</b>	<b>30,9</b>	<b>239</b>	<b>2</b>

**Ужин**

C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	7	0,1	7,3	0,1	68	0
C6.2008	40	Салат из квашенной капусты с растительным маслом (с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	100	1,6	5,1	7,7	83	15
C6.1996	332	Рыба жареная в яйце	80	12	12	5	118	0
C6.2008	125	Картофельное пюре с морковью	210	6	5,8	18,8	138,8	5,3
C6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный "Столичный" обогащенный	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>25</b>	<b>23</b>	<b>87</b>	<b>581</b>	<b>20</b>

**2 Ужин**

к/к	к/к	Пастила	30	0,5	0	32	90	1
C6.2008	435	Биокефир	200	6	2	8	62	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>8,6</b>	<b>3,4</b>	<b>30,3</b>	<b>191</b>	<b>2</b>
		Среднедневная норма						
		Среднедневная сбалансированность						

Выполнение меню: **101%**

**13 день (3 до 7)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		

**Завтрак**

C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	8	Бутерброд с икрой лососёвой	40	5,8	2	9,8	80	0
C6.2008	184	Каша гречневая вязкая	200	5	9,4	35,8	200	1,7
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	2,7	2,2	13,6	85,5	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>13,55</b>	<b>17,75</b>	<b>59,21</b>	<b>403,5</b>	<b>2,7</b>

**2 завтрак**

к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	2,5	2	3,8	60	0,9
C6.1240 блю	458	Виноград	230	0,4	0,4	12	54	5

		<b>Итого за прием пищи:</b>	355	2,9	2,4	15,8	114	5,9
<b>Обед</b>								
C6.2008	235,23	Салат из свежих огурцов, помидор, перца с раст. маслом	80	5	6	10	30	5
C6.2008	105	Суп куриный с вермишелью	200	6,9	6,43	12,56	102,3	8
C6.2008	312	Птица, тушенная в сметанном соусе	110	6,8	13,8	4,3	125	7
C6.2008	326	Рис припущеный	130	3,3	4,7	33,7	120	0,8
C6.2008	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином "C"	200	0,6	0,1	31,7	131	10
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>27</b>	<b>31</b>	<b>125</b>	<b>667</b>	<b>31</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	Булочка сдобная	50	8	3,2	22,3	129	0
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.2008	214	Омлет натуральный	50	5,3	8	9,5	104	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>13,8</b>	<b>11,3</b>	<b>41,7</b>	<b>276</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
		Салат из свежих/ соленых огурцов с растительным маслом(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)						
C6.2008	20	Картофельная запеканка с мясом	70	1,4	2,5	1,3	33	3
C6.2008	299	Соус молочный	200	9,5	15,9	3,1	217	0,8
C6.2008	366	Чай с лимоном	50	2,9	4,7	23,5	148	8
C6.2008	431	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	208	0,3	0,1	15,2	62	3
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
к/к	к/к	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>583</b>	<b>18,85</b>	<b>27,65</b>	<b>69,605</b>	<b>625,2</b>	<b>14,8</b>
<b>2 ужин</b>								
C6.2008	435,0	Кефир А - дет. питания 3,4% жир.	200	3	0,2	8	62	2
к/к	к/к	Конфеты помадные	30	3,6	2	2	89	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>6,6</b>	<b>2,2</b>	<b>10</b>	<b>151</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>2693</b>	<b>83</b>	<b>93</b>	<b>321</b>	<b>2236</b>	<b>58</b>
		<b>Балансированность</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню: 103%

#### 14 день (3 до 7)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	14	Сыр (порциями)	10	2,3	3	0	40	0
C6.2008	189	Каша геркулесовая жидккая	205	6,8	10	25,2	170	1,4
C6.2008	433	Какао с молоком	180	2,61	2,25	22,32	120	1
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0

к/к	к/к	Творожок детский	100	4,5	4,8	12,3	63	0
		Итого за прием пищи:	530	18,66	24,2	77,825	518	2,4
<b>2 Завтрак</b>								
к/к	к/к	Апельсин свежий	230	1	1	34	115	7
к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке	200	6,1	5,3	10,1	60	3
		Итого за прием пищи:	430	7,1	6,3	44,1	175	10
<b>Обед</b>								
ттк	435	Салат из свежих помидор и лука порея с раст маслом	60	1	5	3,6	50	3
C6.2008	100/252	Щи из капусты свежей с картофелем и сметаной	210	5,9	4,1	20	141,3	8
C6.2008	230	Рыба припущеная	40	12	3,9	2,5	94	1
C6.2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	120	5
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "с"	200	0,6	0,1	31,7	104	10
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0
к/к	к/к	Батон обогащенный с микронутриетами	30	2,4	0	18	87	0
		Итого за прием пищи:	720	27,3	18,8	110,9	667,7	27
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	Мороженое(март-октябрь)	70	5,3	8,8	12	104	0
C6.2008	479	Булочка творожная	60	1,5	0,5	10,3	52,4	0
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный	200	0,5	0,1	9,9	43	2
		Итого за прием пищи:	330	7,3	9,4	32,2	95,4	2
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,005	38	0
C6.2008	14	Сыр (порциями)	10	2,3	3	0	40	0
C6.2008	272	Котлета мясная	80	15	11	15	153	0
C6.2008	338	Овощи в молочн соусе	200	14	10	22	102	11
C6.1996	431	Чай с молоком	180	0,3	0,1	15,2	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,3	0,3	8,5	40,2	0
		Салат обогащенный с ржано-пшеничной	20	0	18	18	18	0
		Итого за прием пищи:	525	16	24,4	73,7	464,2	11
<b>Десерт</b>								
к/к	к/к	Шоколад молочный	25	1,8	1,6	49,6	205	0
		Скомченый шоколад об жиц. Бифидобакт.2,5%жир.	200	6	2	3,4	80	1
		Итого за прием пищи:	225	4,3	3,5	52,4	265	0,9
		Итого за день	2760	100,96	86,6	396,125	2205,3	56,3
		Среднедневная сбалансированность		1	1	4		

Выполнение меню: 102%

\* запрещается приготовление салатов из свежих овощей в период с 01.03

\*зеленый горошек консервированный, кукуруза консервированная используются только после термической обработки

## Ведомость контроля за рационом питания за 14 дней

Категория питающихся: Дошкольники

№ п/п	Наименование группы пищевой	Норма продукта (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека																Отклонение от нормы		
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день			%	абс.	
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	52	55	45	57	47	45	55	45	47	47	45	45	65	65	715	51	2,1	102	1,1
2	Хлеб пшеничный	90	75	68	100	70	95	100	118	106	81	92	75	76	152	82	1290	92	2,4	102,4	2,1
3	Мука пшеничная	25	2	55	25	55	48	6	1	4	40	22	55	1	6	40	360	26	3	103	1
4	Картофель	240	180	243	292	271	246	311	241	262	244	242	258	185	231	251	3457	247	3	103	7
	Картофель		180	243	292	271	246	311	241	262	244	242	258	185	231	251					
5	Овощи свежие, зелень	300	263	247	310	357	466	453	201	271	260	310	343	338	199	263	4281	306	2	102	6
6	Фрукты (плоды) свежие	260	338	269	244	313	202	210	268	240	199	257	255	485	216	220	3716	265	2	102	5
7	Фрукты (плоды) сушеные, в т.ч. шиповник	15		20			20	30		20	30		20	20	20	20	200	14	-5	95	-1
8	Сохи плодово-ягодные, напитки витаминизированные, в т.ч. мгновенные и быстрые	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	207	2807	201	0	100	1	
9	Цыплята 1 категории потрошеные (куры 1 кат. п/п)	30		120				145				15		145			425	30	1	101	0
10	Рыба-филе	42	0	45	68	49	30	43	63	48	75	44	45	43	8	40	601	43	2	102	1
11	Колбасные изделия	10		27			15	50		50							142	10	1	101	0
	Сосиски			29			15	50		51											
12	Молоко, кисломолочные продукты	550	473	553	549	612	545	397	508	615	566	590	589	595	483	654	7729	552	0	100	2
13	Творог (массовая доля жира не более 9%)	50	99		99			93	100	100		85		80		63	719	51	3	103	1
14	Сыр	10	11	11		11	20	5		6	11	11	22	11		22	141	10	1	101	0
15	Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10	6	5	6	14	14	9	9	4	20	16	3	15	11	5	139	10	-1	99	0
16	Масло сливочное	35	78	33	33	35	45	26	23	37	37	26	31	36	34	33	507	36	3	103	1

18

17	Масло растительное	10	7	10	13	11	9	15	7	12	8	10	9	13	13	7	144	10	3	103	0	
18	Яйцо диетическое	1	1		1	1	1	2	1	1,85	1	1	1	1		13,85	1	-1	99	0		
19	Сахар	55	55	70	54	57	49	66	49	67	66	50	55	50	55	52	795	57	3	103	2	
20	Кондитерские изделия	25	0	30	31	30	32	45	36	10	0	31	30	30	25	25	355	25	1	101	0	
21	Чай	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,28	0	0	100	0		
22	Какво	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	4	7,9	0	0	100	0	
	Кофеинный напиток обогащенный ДП		0,3		0,3		0,3		0,3		0,3		0,3		0,3			2,1	0	3,0		0
	Кекао-напиток обогащенный ДП			0,3		0,3		0,3		0,3		0,3		0,3		0,3		2,1	0	3,0		0
23	Дрожжи хлебопекарные	0,4		1		1	1				1		1				0,8	5,8	0	4	104	0
24	Соль	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	70	5	0	100	0	
25	Прочее				2				10			2						1,0				1
	Крахмал картофельный				2				10			2										
26	Мясо бескостное, субпродукты	100	106	0	114	182	131	0	116	100	110	90	100	100	120	106	1375	98	-2	98	-2	
27	1	2																				
28	Крупа, бобовые, макаронные изделия	45	63	75	61	65	62	15	15	70	55	27	15	67	55	16	661	47	5	105	2	
29	Специи	1	1	0	1	1	0	1	2	1	1	1	1	2	1	1	14	1	0	100	0	
	Лавровый лист		1	1	1	1	1	1	1													
	Ванилин			1			1		1					2								

Рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата:

Подпись руководителя организации

ознакомления с табл. проведенной корректировки в соответствии с