

**Ежедневное организованное меню для детей 3-7 лет**

**Дата: 16.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая вязкая молочная	200	3,08	10,86	8,62	143,45	261
	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	3,2	24,07	137,42	414
	Бутерброды с маслом	37	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	Фрукт свежий	100	0,44	0,33	11,33	51,7	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>537</b>	<b>7.96</b>	<b>16</b>	<b>53.89</b>	<b>392.79</b>	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200	5,23	13,9	34,71	279,99	69
	Плов из курицы	180	22,1	19,16	6,96	306,9	321
	Компот из сухофруктов с вит	200	0,46	0,1	24,14	100,09	394
	Хлеб пшеничный	45	2,56	0,27	16,6	79,31	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Соленый огурец	50	0,02	0,002	0,04	0,32	
<b>Итого за обед:</b>		<b>700</b>	<b>33.01</b>	<b>33.91</b>	<b>95.81</b>	<b>836.21</b>	
Полдник	Ватрушка	70	5,14	6,04	30,37	197,98	441
	молоко	200	13,5	12,5	54	395	420
<b>Итого за полдник:</b>		<b>270</b>	<b>18.64</b>	<b>18.54</b>	<b>84.37</b>	<b>592.98</b>	
Ужин	Чай с сахаром	200	0,05	0,01	19,3	77,51	411
	Хлеб пшеничный (30г и 40 г )	40	2,28	0,24	14,76	70,5	114
	Морковная запеканка	210	11,31	12,79	2,71	170,52	229
<b>Итого за ужин:</b>		<b>450</b>	<b>13.64</b>	<b>13.04</b>	<b>36.77</b>	<b>318.53</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1957</b>	<b>73.6</b>	<b>85.29</b>	<b>273.03</b>	<b>2184.33</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 2-3 лет**

**Дата: 16.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая вязкая молочная	150	2,31	8,15	6,46	107,59	261
	Кофейный напиток на молоке	150	2,18	2,4	18,05	103,08	414
	Бутерброды с маслом	37	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	фрукт свежий	95	0,42	0,31	10,76	49,11	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>432</b>	<b>6.45</b>	<b>12.47</b>	<b>45.14</b>	<b>318</b>	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150	3,92	10,43	26,03	209,99	69
	Плов из курицы	160	19,64	17,03	6,18	272,29	321
	Компот из сухофруктов с вит	150	0,34	0,08	18,1	75,07	394
	Хлеб пшеничный	25	1,42	0,15	9,23	44,06	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Соленый огурец	30	0,01	0,002	0,03	0,2	
<b>Итого за обед:</b>		<b>540</b>	<b>27.97</b>	<b>28.17</b>	<b>72.93</b>	<b>671.21</b>	
Полдник	Ватрушка	50	3,67	4,31	21,07	141,45	441
	Кисломолочный продукт	150	10,13	9,38	40,5	296,25	420
<b>Итого за полдник:</b>		<b>200</b>	<b>13.8</b>	<b>13.69</b>	<b>61.57</b>	<b>437.7</b>	
Ужин	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	14,48	58,14	411
	Хлеб пшеничный (30г и 40 г )	30	1,71	0,18	11,07	52,88	114
	Морковная запеканка	220	11,31	12,79	2,71	170,52	229
<b>Итого за ужин:</b>		<b>400</b>	<b>13.06</b>	<b>12.98</b>	<b>28.26</b>	<b>281.54</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1572</b>	<b>61,28</b>	<b>67.31</b>	<b>207.9</b>	<b>1718,45</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 3-7 лет**

**Дата: 17.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша овсяная Геркулес вязкая с сахаром молочная	200	9,79	6,63	50,08	299,57	182
	Какао с молоком	200	4,21	4,33	16,69	123,79	416
	Бутерброды с маслом	40	1,54	1,61	9,87	60,22	27
	фрукт свежий	100	1,65	0,55	23,1	105,6	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>17.19</b>	<b>13.12</b>	<b>99.74</b>	<b>589.18</b>	
Обед	сок	200	0,02	0,01	26,17	104,33	401
	Суп картофельный с вермишелью	200	3,03	11,98	25,59	213,37	88
	Свекла тушенная со сметаной	110	2,26	3,55	11,38	86,78	145
	Хлеб пшеничный	45	2,56	0,27	16,6	79,31	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Овощи отварные (морковь)	50	0,67	2,29	3,56	38,68	427
	Биточки рубленые из курицы паровые	80	14,21	10,59	3,21	176,62	323
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>25.39</b>	<b>29.17</b>	<b>99.87</b>	<b>768.69</b>	
Полдник	Крендель сахарный	70	5,18	7,36	40,91	250,7	443
	молоко	200	1,35	0,27	27,27	124,2	418
<b>Итого за полдник:</b>		<b>270</b>	<b>6.53</b>	<b>7.63</b>	<b>68.18</b>	<b>374.9</b>	
Ужин	Котлеты картофельные	180	7,,26	15,12	30,34	332,38	150
	Сельдь	60	10,18	15,5	2,68	0	359
	Чай с сахаром	200	0,05	0,01	19,3	77,51	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 40 г)	40	2,28	0,24	14,76	70,5	114
<b>Итого за ужин:</b>		<b>480</b>	<b>19.77</b>	<b>30.87</b>	<b>67.08</b>	<b>480.39</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2000</b>	<b>68.88</b>	<b>80.79</b>	<b>334.87</b>	<b>2391.71</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 2-3 лет**

**Дата: 17.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша овсяная Геркулес вязкая с сахаром молочная	150	7,34	6,63	50,08	299,57	182
	Какао с молоком	150	3,15	4,33	16,69	123,79	416
	Бутерброды с маслом	40	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	фрукт свежий	95	1,57	0,52	21,94	100,32	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>	<b>13.6</b>	<b>13.09</b>	<b>98.58</b>	<b>583.9</b>	
Обед	сок	150	0,02	0,01	19,62	78,25	401
	Суп картофельный с вермишелью	150	2,27	8,99	19,19	160,02	88
	Свекла тушеная со сметаной	100	2,05	3,23	10,35	78,89	145
	Хлеб пшеничный	25	1,42	0,15	9,6	44,06	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Овощи отварные (морковь)	30	0,34	1,14	1,78	38,68	427
	Биточки рубленые из курицы паровые	50	10,15	10,59	2,29	126,21	323
<b>Итого за обед:</b>		<b>530</b>	<b>21.89</b>	<b>24.59</b>	<b>76.19</b>	<b>595.71</b>	
Полдник	Крендель сахарный	50	3,7	5,26	29,22	179,07	443
	молоко	150	1,01	0,2	20,45	93,15	418
<b>Итого за полдник:</b>		<b>200</b>	<b>4.71</b>	<b>5.46</b>	<b>49.67</b>	<b>272.22</b>	
Ужин	Котлеты картофельные	180	7,26	15,12	30,34	322,38	150
	Сельдь малосоленая	40	6,78	10,33	1,79	125,63	359
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	14,48	58,14	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 40 г)	30	1,71	0,18	11,07	52,88	114
<b>Итого за ужин:</b>		<b>400</b>	<b>15.79</b>	<b>25.64</b>	<b>57.68</b>	<b>559.03</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1565</b>	<b>55,99</b>	<b>68,78</b>	<b>282,12</b>	<b>2010,86</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 3-7 лет**

**Дата: 18.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброды с маслом	40	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	Кофейный напиток с молоком	200	2,9	3,2	24,07	137,42	414
	Каша пшенная жидкая с сахаром и с маслом молочная	200	4,32	5,77	40,82	232,06	199
	Фрукт свежий	100	0,44	0,44	10,78	51,7	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>9.2</b>	<b>11.02</b>	<b>85.54</b>	<b>481.4</b>	
Обед	Борщ с картофелем со сметаной	200	4,38	15,16	37,48	290,88	64
	Азу мясное	80	10,68	10,24	12,24	183,68	370
	Макароны отварные ( с маслом) (гарнир)	120	4,42	3,5	27,34	147,26	335
	Компот из плодов или ягод сушеных с.вит	200	0,41	0	22,02	89,84	531
	Хлеб пшеничный	45	2,56	0,27	16,6	79,31	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Овощ свежий	50	0,98	2,77	8,91	66,24	33
<b>Итого за обед:</b>		<b>720</b>	<b>26.07</b>	<b>43.41</b>	<b>137.95</b>	<b>926.81</b>	
Полдник	Булочка дорожная	70	4,46	1,74	36,6	183,72	584
	Кисломолочный продукт	200	14,5	12,5	21	270	15
<b>Итого за полдник:</b>		<b>270</b>	<b>18.96</b>	<b>14.24</b>	<b>57.6</b>	<b>453.72</b>	
Ужин	Рыба тушеная с овощами	220	34,55	20,91	8,56	361,06	261
	Чай с сахаром	200	0,05	0,01	19,3	77,51	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 40 г)	40	2,28	0,24	14,76	70,5	114
<b>Итого за ужин:</b>							
<b>Итого за день:</b>		<b>1990</b>	<b>91.11</b>	<b>78.84</b>	<b>323.71</b>	<b>2371</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 2-3 лет**

**Дата: 18.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброды с маслом	37	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,18	2,4	18,05	103,08	414
	Каша пшенная жидкая с сахаром и с маслом молочная	150	3,24	4,33	30,62	174,05	199
	Фрукт свежий	95	0,42	0,42	10,24	49,11	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>432</b>	<b>6.96</b>	<b>8.76</b>	<b>68.78</b>	<b>386.46</b>	
Обед	Борщ с картофелем со сметаной	150	3,28	11,37	28,11	218,16	64
	Азу мясное	70	9,34	8,96	10,71	160,73	370
	Макароны отварные ( с маслом) (гарнир)	110	3,69	2,92	22,78	122,72	335
	Компот из плодов или ягод сушеных (яблоки) с вит	150	0,31	0	16,52	67,38	531
	Хлеб пшеничный	25	1,42	0,15	9,23	44,06	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Овощ свежий	30	0,59	1,66	5,35	39,75	33
<b>Итого за обед:</b>		<b>560</b>	<b>21.27</b>	<b>25.54</b>	<b>106.06</b>	<b>722.4</b>	
Полдник	Булочка дорожная	60	3,82	1,49	31,37	157,47	584
	Кисломолочный продукт	150	10,88	9,38	15,75	202,5	15
<b>Итого за полдник:</b>		<b>210</b>	<b>14.7</b>	<b>10.87</b>	<b>47.12</b>	<b>359.97</b>	
Ужин	Рыба тушеная с овощами	220	34,55	20,91	8,56	361,06	261
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	14,48	58,14	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 40 г)	30	1,71	0,18	11,07	52,88	114
<b>Итого за ужин:</b>		<b>400</b>	<b>36.3</b>	<b>21.1</b>	<b>34.11</b>	<b>472.08</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1602</b>	<b>79,23</b>	<b>66,27</b>	<b>256,07</b>	<b>1940,91</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 3-7 лет**

**Дата: 19.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная вязкая с маслом молочная	200	8,99	10,18	37,5	278,14	182
	Бутерброды с маслом	40	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	Какао с молоком	200	4,21	4,33	16,69	123,89	416
	фрукт свежий	100	0,44	0,33	11,33	51,7	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>15.18</b>	<b>16.45</b>	<b>75.39</b>	<b>513.25</b>	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	4,53	14,46	20,92	226,82	91
	Тефтели из печени с рисом	70	1,89	3,56	4,12	58,84	301
	Хлеб пшеничный	45	2,56	0,27	16,6	79,31	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Пюре картофельное	110	2,51	3,59	11,67	105,78	339
	сок	200	0,01	0	18,35	74,8	517
	Овощ свежий	40	0,35	3,8	2,19	43,82	54
	<b>Итого за обед:</b>		<b>690</b>	<b>14.49</b>	<b>26.16</b>	<b>87.21</b>	<b>658.97</b>
Полдник	Кондитерское изделие	50	0,98	1,16	27,06	123,9	
	молоко	200	1,35	0,27	27,27	124,2	418
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>2.33</b>	<b>1.43</b>	<b>54.33</b>	<b>248.1</b>	
Ужин	Чай с сахаром	200	0,05	0,01	19,3	77,51	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 40 г)	40	2,28	0,24	14,76	70,5	114
	Яйца вареные	40	3,81	3,45	0,21	47,1	306
	Рагу овощное(1 й вариант)	180	4,34	6,22	21,24	159,93	362
<b>Итого за ужин:</b>		<b>460</b>	<b>10.48</b>	<b>9.92</b>	<b>55.51</b>	<b>355.04</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1940</b>	<b>42.48</b>	<b>53.96</b>	<b>272.44</b>	<b>1776.06</b>	

**Ежедневное организованное меню для детей 2-3 лет**

**Дата: 19.05.2023**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная вязкая с маслом молочная	150	6,74	7,64	28,13	208,63	182
	Бутерброды с маслом	40	1,54	1,61	9,87	60,22	1
	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	92,9	416
	фрукт свежий	95	0,42	0,31	10,76	49,11	386
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>	<b>11.85</b>	<b>12.8</b>	<b>61.27</b>	<b>410.86</b>	
Обед	Суп картофельный с клецками	150	3,4	10,84	15,69	170,08	91
	Тефтели из печени с рисом	60	1,62	3,05	3,54	50,44	301
	Хлеб пшеничный	25	1,42	0,15	9,23	44,06	114
	Хлеб ржаной	25	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Пюре картофельное	100	2,28	3,26	10,61	96,16	339
	сок	150	0,01	0	13,76	56,1	517
	Овощ свежий	40	0,35	3,8	2,19	43,82	54
	<b>Итого за обед:</b>		<b>550</b>	<b>11.72</b>	<b>21.58</b>	<b>68.38</b>	<b>530.26</b>
Полдник	Кондитерское изделие	50	0,98	1,16	27,06	123,9	
	молоко	150	1,01	0,2	20,45	93,15	418
<b>Итого за полдник:</b>		<b>200</b>	<b>1.99</b>	<b>1.36</b>	<b>47.51</b>	<b>217.05</b>	
Ужин	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	14,48	58,14	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 40 г)	30	1,71	0,18	11,07	52,88	114
	Яйца вареные	40	3,81	3,45	0,21	47,1	306
	Рагу овощное(1 й вариант)	180	4,34	6,22	21,24	159,93	362
<b>Итого за ужин:</b>		<b>400</b>	<b>9.9</b>	<b>9.86</b>	<b>47</b>	<b>318.05</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1585</b>	<b>35,46</b>	<b>45,6</b>	<b>224,16</b>	<b>1476,22</b>	