

УТВЕРЖДАЮ:



**Перспективное десятидневное меню для детей 2-7 лет ДС
на зимний и весенний период 2025г.**

УТВЕРЖДАЮ:



УТВЕРЖДАЮ:

2024

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "НВ - Групп"
(Редькина В.В.)

2024

День первый ЗИМА-ВЕСНА 2025г													
Возрастная категория 1,5-7 лет													
Наименование блюда	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность,	Витамин С	Технологическая и нормативная	№ рецепт.	
Завтрак													
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,07	СБ, ДЮУ 2016г	7	
Масло сливочное (НДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДЮУ 2016г	6	
Каша вязкая овсяная "Геркулес"	ДС	160/5/5	170	180/5/5	190	4,81	6,76	3,92	199	0	СБ, ДЮУ 2016г	182	
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	2,4	0,25	14,9	70,5	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож	
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	150	180	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	СБ, ДЮУ 2016г	414	
Итого за завтрак			365		415	12,42	16	33,25	429,5	1,24			
Второй завтрак													
Плоды свежие (яблоко)	ДС	120	120	120	120	0,48	0,48	11	52,8	12	СБ, ДЮУ 2016г	386	
Итого за второй завтрак	ДС		120		120	0,48	0,48	11	76	12			
Обед													
Овощи натуральные свежие или соленные (огурец или помидор)*	ДС	30	30	50	50	0,5	0	2,3	10	12,5	СР во всех ОУ 2017г.	70/71	
Суп картофельный с рисовой крупой	ДС	150	150	180	180	1,42	1,97	10,5	65,34	5,94	СБ, ДЮУ 2016г	86	
Бытчки из говядины	ДС	50	50	70	70	10,9	8,25	11,25	162,17	11	СБ, ДЮУ 2016г	299	
Макаронные изделия отварные (с маслом	ДС	120/5	125	130/5	135	4,94	3,79	23,73	148,94	0	СБ, ДЮУ 2016г	219	
Компот из сухофруктов	ДС	150	150	180	180	0,4	0,018	24,99	101,7	0,36	СБ, ДЮУ 2016г	394	
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож	
Итого за обед			565		675	21,68	14,538	93,21	587,35	29,8			
Полдник													
Вулочка слобная	ДС	50	50	50	50	3,4	7	24,6	180	0	пром произв		
Чай с сахаром и лимоном	ДС	150/7	157	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ, ДЮУ 2016г	412	
Итого полдник	ДС		207		237	3,52	7,02	34,8	221	2,83			
Итого за день	ДС		1257		1447	38,1	38,038	172,26	1313,85	45,87			

День второй
ЗИМА-ВЕСНА 2025г
Возрастная категория 1,5-7 лет

Наименование блюда	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак												
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,07	СБ, ДЮУ 2016г	7
Масло оливочное (МДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДЮУ 2016г	6
Каши вязкая молочная из крупы рисовой с маслом и сахаром	ДС	150/5	155	170/5	175	2,68	4,58	33,5	186,16	0	СБ, ДЮУ 2016г	182
Чай с сахаром	ДС	150	150	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	СБ, ДЮУ 2016г	411
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Итого за завтрак			350		400	6,62	11,34	53,4	342,16	0,1		
Второй завтрак												
Плюды свежие (бадан)	ДС	1	1	1	1	3	1	42	190	20	СБ, ДЮУ 2016г	386
Итого второй завтрак			200		200	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Овощи натуральные свежие или соленные (огурец или помидор)*	ДС	30	30	50	50	0,5	0	2,3	10	12,5	СР во всех ОУ 2017г.	70/71
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	ДС	150/3	153	180/4	184	1,31	3,54	9,17	73,8	7,41	СБ, ДЮУ 2016г	63
Котлеты рыбные запеченные	ДС	50	50	70	70	11,18	3,9	7,12	108	0,76	СБ, ДЮУ 2016г	271
Картофель отварной или пюре картофельное с маслом сливочным	ДС	120/5	125	130/5	135	2,75	4,32	18,4	123,53	16,34	СБ, ДЮУ 2016г	336/339
Компот из ягод замороженных	ДС	150	150	180	180	0,2	0,1	10,7	44	16,5	ЕСТНРЬКИ 2021	492
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Итого за обед			568		679	19,46	12,37	68,13	458,53	53,51		
Полдник												
Ябло отварное	ДС	45	45	45	45	5,08	0	0,28	63	0	СБ, ДЮУ 2016г	227
Икра кабачковая пром производства для детского питания	ДС	20	20	30	30	0,36	1,41	2,36	23,5	2,25	СБ, ДЮУ 2016г	57
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Какао с молоком	ДС	150	150	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ, ДЮУ 2016г	416
Итого полдник			245		285	10,63	4,76	28,3	240,5	3,68		
Итого за второй день			1363		1564	37,19	28,95	160,83	1117,19	69,29		

День третий
ЗИМА-ВЕСНА 2025г
Возрастная категория 1,5-7 лет

Наименование блюда	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак												
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,07	СБ, ДОУ 2016г	7
Масло сливочное (МДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДОУ 2016г	6
Суп молочный с макаронными изделиями	ДС	160	160	180	180	5,18	0,23	16,95	130,68	0,82	СБ, ДОУ 2016г	100
Чай с сахаром и лимоном	ДС	150/7	157	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ, ДОУ 2016г	412
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Итого за завтрак			362		412	9,18	6,99	37,06	287,68	3,72		
Второй завтрак												
Гренок свежие (апельсин)	ДС	1	1	1	1	0,9	0,2	23,07	98	60	СБ, ДОУ 2016г	386
Итого за второй завтрак			200		200	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Икра морковная	ДС	30	30	50	50	1,1	2,3	5,44	46,85	2,56	СБ, ДОУ 2016г	55
Суп картофельный с горохом душистым	ДС	150	150	180	180	3,95	3,79	11,75	97,02	4,19	СБ, ДОУ 2016г	87
Котлеты рубленые из птицы	ДС	50	50	70	70	13,6	3,21	11,64	129,5	0,12	СБ, ДОУ 2016г	322
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	ДС	120/5	125	130/5	135	7,73	5,48	34,78	219,38	0	СБ, ДОУ 2016г	330
Сок яблочный	ДС	150	150	180	180	0,9	0	18,18	76	3,6	СБ, ДОУ 2016г	418
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Итого за обед			565		675	30,8	15,29	102,23	667,95	10,47		
Поддник												
Булочка слобная	ДС	50	50	50	50	6,6	3,9	20,84	144	0,03	СБ, ДОУ 2016г	450
Кефир	ДС	150	150	180	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	СБ, ДОУ 2016г	420
Итого поддник			200		230	11,82	8,4	28,04	234	1,29		
Итого за третий день			1327		1517	52,28	31,16	178,33	1265,63	27,48		

День четвертый ЗИМА-ВЕСНА 2725г Возрастная категория 1,5-7 лет													
Наименование бл. вида	листа	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.	
Завтрак													
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,07	СБ, ДЮУ 2016г	7	
Маслосливочное (Н/ДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДЮУ 2016г	6	
Запеканка из творога с морковью со ступенным	ДС	150/20	170	170/20	190	22,15	19,55	45,18	444,6	1,34	СБ, ДЮУ 2016г	252	
Какао с молоком	ДС	150	150	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ, ДЮУ 2016г	416	
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож	
Итого за завтрак													
Второй завтрак													
Кисломолочные напитки (кефир, ряженка, снежок, йогурт, бифидок)	ДС	100	100	100	100	5,22	4,5	7,2	90	1,26	СБ, ДЮУ 2016г	420	
Итого второй завтрак													
Обед													
Овощи натуральные-свежие или соленные (отурец или помидор)*	ДС	30	30	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СР во всех ОУ 2017г.	70/71	
Щи из свежей капусты с картофелем	ДС	150/3	153	180/4	180/4	1,25	3,51	6,11	61,02	13,29	СБ, ДЮУ 2016г	73	
Птица тушенная в соусе сметанно-томатном	ДС	50/30	80	70/40	130	15,94	4,4	3,81	118,08	0,01	СБ, ДЮУ 2016г	318	
Макаронные изделия отварные (с маслом сливочным)	ДС	150	150	6,73	7,14	37,56	241,38	0	Б, ДЮУ 2016	202	СБ, ДЮУ 2016г	179	
Компот из свежих плодов	ДС	150	150	180	180	0,14	0,14	21,49	87,8	1,55	СБ, ДЮУ 2016г	390	
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож	
Итого за обед													
Полдник													
Печенье	ДС	30	30	30	30	1,35	3,1	11,8	101	0	прм произв	к/к	
Чай с молоком	ДС	150	150	180	180	2,67	2,67	2,34	14,31	89	СБ, ДЮУ 2016г	413	
Итого полдник													
Итого за четвертый день													
			1258		1142,14	121,68	287,79	142,8	1210,01	318,14			

День пятый
ЗИМА-ВЕСНА 2025г

Возрастная катгория 1,5-7 лет

Наименование бл. для	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамины С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак												
Икра кабачковая псд производства для детского питания	ДС	30	30	40	40	0,36	1,41	2,36	23,5	2,25	СР во всех ОУ 2017г.	57
Омлет с сыром	ДС	140	140	150	150	16,06	27,88	2,47	324,7	0,3	СБ.ДЮУ 2016г	230
Чай с лимоном и сахаром	ДС	150/7	157	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ.ДЮУ 2016г	412
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ.ДЮУ 2016г	прилож
Итого за завтрак			357		407	18,06	29,47	24,87	436,2	5,38		
Второй завтрак												
Сок яблочный	ДС	100	100	100	100	0,5	0	10,1	42,2	2	СБ.ДЮУ 2016г	418
Итого второй завтрак			130		130	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Овощи натуральны.свежие или соленные (огурец или помидор)*	ДС	30	30	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СР во всех ОУ 2017г.	70/71
Суп картофельный с вермишелью	ДС	150	150	180	180	1,94	2,04	12,34	75,42	5,94	СБ.ДЮУ 2016г	88
Тефтели мясные 1-й вариантс соусом сметанным	ДС	50/20	70	70/20	90	6,4	7,16	8,38	123,75	0,59	СБ.ДЮУ 2016г	303/331
Рис припущенный	ДС	120/5	125	130/5	135	3,28	3,87	33	179,96	0	СБ.ДЮУ 2016г	333
Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	ДС	150	150	180	180	0,13	0,05	24,55	117,18	1,1	СБ.ДЮУ 2016г	396
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ.ДЮУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ.ДЮУ 2016г	прилож
Итого за обед			585		695	15,82	13,73	100,61	606,51	16,38		
Полдник												
Кондитерское изделие	ДС	50	50	50	50	0,48	0,48	11	76	12	пом произв	
Молоко кипячёное	ДС	150	150	180	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	СБ.ДЮУ 2016г	419
Итого полдник			200		230	5,96	5,36	20,07	178	14,46		
Итого за пятый день			1272		1462	40,32	49,04	156,55	1296,71	48,22		

День шестой ЗИМА-ВЕСНА 2025г Возрастная категория 1,5-7 лет												
Наименование блюда	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак												
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,07	СБ, ДОУ 2016г	7
Масло сливочное (МДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДОУ 2016г	6
Каша жидкая молотая из крупы рисовой с маслом и сахаром	ДС	150/5/5	160	160/5/5	170	2,25	4,13	28,54	160,44	0	СР во всех ОУ 2017г	199
Чай с сахаром и лимоном	ДС	150/7	157	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ, ДОУ 2016г	412
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Итого за завтрак			362		402	6,25	10,89	48,65	317,44	2,9		
Второй завтрак												
Кисломолочные напитки (кефир, ряженка, снежок, йогурт, бифидок)	ДС	100	100	100	100	5,22	4,5	7,2	90	1,26	СБ, ДОУ 2016г	420
Итого второй завтрак			200		200	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Овощи натуральные свежие или соленные (огурец или помидор)	ДС	30	30	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СР во всех ОУ 2017г.	70/71
Суп из овощей	ДС	150	150	180	180	1,06	3,54	4,38	54,9	7,11	СР во всех ОУ 2017г.	99
Пшеница рубленая из говядины	ДС	50	50	70	70	10,9	8,25	11,25	162,17	11	СБ, ДОУ 2016г	299
Каша пшеничная рассыпчатая	ДС	120/5	125	130/5	135	5,7	4,05	34,97	199,13	0	СБ, ДОУ 2016г	330
Сок яблочный	ДС	150	150	180	180	0,9	0	18,18	76	3,6	СБ, ДОУ 2016г	418
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Итого за обед			565		675	22,63	16,45	91,12	602,4	30,46		
Полдник												
Булочка сдобная	ДС	50	50	50	50	5,43	3,3	36,6	197	0	п/п	
Чай с сахаром	ДС	150	150	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	СБ, ДОУ 2016г	411
Итого полдник			200		230	5,49	3,32	46,59	237	0,03		
Итого за шестой день			1327		1507	34,85	31,14	197,36	1232,84	45,39		

День сельмой
ЗИМА-ВЕСНА 2025г

Возрастная категория 1,5-7 лет

Наименование блт для	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамины С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак												
Масло сливочное (МДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДЮУ 2016г	6
Запеканка из творога со стухенным молоком	ДС	150/20	170	170/20	190	33,32	2,29	32,59	469,3	0,46	СБ, ДЮУ 2016г	251
Какао с молоком	ДС	150	150	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ, ДЮУ 2016г	416
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Итого за завтрак			355		405	38,55	9,27	58,32	656,3	1,89		
Второй завтрак												
Плоды свежие (яблоко)	ДС	130	130	130	130	0,48	0,48	11	52,8	12	СБ, ДЮУ 2016г	386
Итого второй завтрак	ДС		130		130	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Икра овощная (свекольная)	ДС	30	30	50	50	1,17	2,3	6,17	50,05	3,36	СБ, ДЮУ 2016г	55
Рассольник ленинградский с перловой крупой	ДС	150	150	180	180	1,51	3,68	11,94	86,94	5,43	СБ, ДЮУ 2016г	82
Котлеты рубленные из птицы	ДС	50	50	70	70	13,6	3,21	11,64	129,5	0,12	СБ, ДЮУ 2016г	322
Макаронные изделия отварные (с маслом сливочным)	ДС	120/5	125	130/5	135	4,94	3,79	23,73	148,94	0	СБ, ДЮУ 2016г	203
Компот из свежих плодов	ДС	150	150	180	180	0,14	0,14	21,49	87,8	1,55	СБ, ДЮУ 2016г	380
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДЮУ 2016г	прилож
Итого за обед			565		675	24,88	13,63	95,41	602,43	10,46		
Полдник												
Кондитерское изделие	ДС	50	50	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	пром произв	
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	150	180	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	СБ, ДЮУ 2016г	414
Итого полдник			200		230	6,35	6,41	42,26	251	1,18		
Итого за сельмой день			1250		1440	70,26	29,79	206,99	1585,73	25,53		

День восьмой

ЗИМА-ВЕСНА 2025г

Возрастная категория 1,5-7 лет

Наименование блюда	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак												
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,07	СБ, ДОУ 2016г	7
Масло сливочное (СМДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	0	СБ, ДОУ 2016г	6
Каша вязкая овсяная "Терулис"	ДС	160/5/5	170	180/5/5	190	4,81	6,76	3,92	199	0	СБ, ДОУ 2016г	182
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г.	прилож
Чай с сахаром	ДС	150	150	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	СБ, ДОУ 2016г	411
Итого за завтрак			365		415	8,75	13,52	23,82	355	0,1		
Второй завтрак												
Фрукты свежие (апельсин)	ДС	200	200	200	200	0,9	0,2	23,07	98	60	СБ, ДОУ 2016г	386
Итого второй завтрак			200		200	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Икра морковная	ДС	30	30	50	50	1,1	2,3	5,44	46,85	2,56	СБ, ДОУ 2016г	55
Суп картофельный с рисовой крупой	ДС	150	150	180	180	1,42	1,97	10,5	65,34	5,94	СБ, ДОУ 2016г	86
Виточки рыбные запеченные (с соусом сметанным)	ДС	50/20	70	70/30	100	9,58	3,24	7,6	98	2,6	СБ, ДОУ 2016г	271/372
Картофель отварной или пюре картофельное с маслом сливочным	ДС	120/5	125	130/5	135	2,75	4,32	18,4	123,53	16,34	СБ, ДОУ 2016г	336/339
Компот из смеси сухофруктов	ДС	150	150	180	180	0,14	0,14	21,49	87,8	1,55	СБ, ДОУ 2016г	390
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Итого за обед			585		705	18,51	12,48	83,87	520,72	28,99		
Полдник												
Оладьи с повидлом	ДС	50/5	55	60/5	65	4,56	4,06	27,75	166	0,24	СБ, ДОУ 2016г	432
Чай с молоком	ДС	150	150	180	180	2,67	2,34	13,57	92,4	1,43	СБ, ДОУ 2016г	413
Итого полдник			205		245	7,23	6,4	41,32	258,4	1,67		
Итого за восьмой день			1355		1565	34,97	32,88	160,01	1210,12	42,76		

День девятый
ЗИМА-ВЕСНА 2025г
Возрастная категория 1,5-7 лет

Наименование блюда	диста	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепта.
Завтрак												
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	СБ, ДОУ 2016г	7
Икра кабачковая п.м. производства для детского питания	ДС	30	30	40	40	0,36	1,41	2,36	23,5	2,25	СР во всех ОУ 2017г.	57
Омлет натуральный с маслом сливочным	ДС	140/5	145	150/5	155	13,66	26,33	2,62	302,85	0,24	СБ, ДОУ 2016г	229
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	150	180	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	СБ, ДОУ 2016г	414
Итого за завтрак			355		405	28,39	32,63	32,13	464,35	39,66		
Второй завтрак												
Плоды свежие (яблоко)	ДС	120	120	120	120	0,48	0,48	11	52,8	12	СБ, ДОУ 2016г	386
Итого второй завтрак	ДС		130		130	0,48	0,48	11	76	12		
Обед												
Овощи натуральные свежие или соевые (огурец или помидор) *	ДС	30	30	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СР во всех ОУ 2017г.	70/71
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	ДС	150/3	153	180/4	184	1,31	3,54	9,17	73,8	7,41	СБ, ДОУ 2016г	63
Плов из птицы	ДС	50/120	170	70/130	200	21,12	7,36	33,99	286,67	0,96	СБ, ДОУ 2016г	321
Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	ДС	150	150	180	180	0,13	0,05	24,55	117,18	1,1	СБ, ДОУ 2016г	396
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож
Итого за обед			563		674	26,63	11,56	90,05	587,85	18,22		
Полдник												
П.ренки с сыром	ДС	50	50	50	50	0,48	0,48	11	76	12	СБ, ДОУ 2016г	125
Чай с сахаром	ДС	150	150	180	180	0	0	15	91	12	СБ, ДОУ 2016г	376
Итого полдник			200		230	0,48	0,48	26	167	24		
Итого за девятый день			1248		1439	55,98	45,15	159,18	1295,2	93,88		

День десятый													
ЗИМА-ВЕСНА 2025г													
Возрастная категория 1,5-7 лет													
Наименование блюда	диета	Выход блюда, г 1,5-3 года	Вес блюда, г 1,5-3 года	Выход блюда, г 3-7 лет	Вес блюда, г 3-7 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамины С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.	
Завтрак													
Сыр твердых сортов	ДС	10	10	10	10	10	2,32	2,95	0	36	СБ, ДОУ 2016г	7	
Масло сливочное (МДЖ 72,5%)	ДС	5	5	5	5	5	0,04	3,63	0,07	33	СБ, ДОУ 2016г	6	
Каша манная жидкая с маслом и сахаром	ДС	160/5/5	170	180/5/5	190	2,88	3,52	23,87	138,43	0	СБ, ДОУ 2016г	199	
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	2,4	0,25	14,9	70,5	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож	
Чай с лимоном и сахаром	ДС	150/7	157	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ, ДОУ 2016г	377	
Итого за завтрак													
Второй завтрак													
Сок яблочный	ДС	100	100	100	100	0,5	0	10,1	42,2	2	СБ, ДОУ 2016г	418	
Итого второй завтрак													
Обед													
Овощи натуральные свежие или соленные (огурец или помидор)*	ДС	30	30	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СР во всех ОУ 2017г.	70/71	
Суп картофельный с вермишелью	ДС	150	150	180	180	1,94	2,04	12,34	75,42	5,94	СБ, ДОУ 2016г	88	
Рату из птицы	ДС	50/120	170	70/130	200	14,64	12,17	17,38	237,7	13,4	СР во всех ОУ 2017г.	289	
Компот из свежих плодов	ДС	150	150	180	180	0,14	0,14	21,49	87,8	1,55	СБ, ДОУ 2016г	380	
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	30	30	2	0,35	10,6	52,2	0	СБ, ДОУ 2016г	прилож	
Итого за обед													
Полдник													
Кондитерское изделие	ДС	50	50	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	пром прокзв		
Чай с лимоном и сахаром	ДС	150	150	180	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ, ДОУ 2016г	377	
Итого полдник													
Итого за десятый день													
Итого за весь период													
			12889		14505,14	533,34	601,568	1705,51	12539,4	821,57			
Итого среднее значение за 10 дней													
			1288,9		1450,51	53,33	60,16	170,55	1253,94	82,16			