Заведующим МБДОУ **УТВЕРЖДЕНО** 

«Детский сад№186»

M.C. Пачковских

Tales14.07. ACAS

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №186»

(МБДОУ «Детский сад №186»)

# Основное организованное меню

Возрастная категория: 2-3 года

г.Барнаул

#### Меню приготавливаемых блюд

К СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рецептуры

Прием пищи

Наименование блюда Вес блюда Возрастная категория: от 2 до 3 лет Белки Пищевые вещества Жиры Углеводы Энергетическая ценность

																			Water St						T			ete 2000				
	Итол	Итог									HH		Wash	VHHT		W <sub>2</sub>													rabilian	39BTnon	Неделя 1	
	го за день	0 за ужин	#Dy NI	The same of the sa	ОПИВ	, c	чаи с лимоном	ЛЛЕО ПШЕНИЧНЫЙ	Соус молочный сладкий	(запечённый)	Пудинг из творога	о за полдник	Месломолочный продукт	Печенье	гото за обед	CON MONOTHEIN	Cor agrama.	Упеб паспов	Хлеб пиварная порционная	( BARTA CERTAIN	паша рассыпчатая (перловая)	1 уляш из сердца	картофелем со сметаной	Щи из свежей капусты с	0го за завтрак	шиповника	Сливочным маслом	Хлеб пшеничный со	маслом			
1040	1645	540	100		40	i i	180	20	40		160	200	170	30	550	150	40	20	30		110	50		150	355	180		20.5	150			
42,0	12,04	13.62	0,340	0,00	5.08	i	0.0	1.6	2.07	0,00	3 3 5	4 93	4.35	0.58	17.77	0.38	رن داری	1,6	0.8	以傳送技	3.08	6.43	2,28	0,66		0.54	1.02		4.5		Белки	
47,0	11,78		0.4	4,6		1	O,i.	1.02		5,56	7.4.2	2,73	0,0/	10:00	10.50	05.0	0   0	0   5	10.0	0.1	0.74		5,0	12,08		9	3,6		8,48		Жиры	
203	45,42		9,8	0,28		12,49	9,4	3,04		10,41	23,06	7,56	15,5	62,56	9.31	18,0	4.4	0.05		19,72	0.67		5,41	71,96		8,96	12,0		51,0		Углеводы	
1400.0	283.60	9	<u>×</u>	63		38	46,0	25		30,69	228,5	118,5	110	564,89	78	88	46	313		159	108,09		80.6	322.9		79	107,9		136		ценность	TOUTION
					8 9	79	147	351		235		401 <sub>B</sub>	32		442	148	147	168	Voc	171,3	152	ç	67			398	-		204			-
	42,0 47,0 203	1645 12,04 11,78 45,42 47,0 203	540     12,64     11,78     45,42       1645     42,0     47,0     203	100     0,340     0,4     9,8       540     12,64     11,78     45,42       1645     42,0     47,0     203	100     0,340     0,4     9,8       540     12,64     11,78     45,42       1645     42,0     47,0     203	40     5,08     4,6     0,28     63       100     0,340     0,4     9,8     81       540     12,64     11,78     45,42     283,69       1645     42,0     47,0     203     1400.0	40     5.08     4.6     0,28     63       100     0,340     0.4     9,8     81       540     12,64     11,78     45,42     283,69       1645     42,0     47,0     203     1400.0	OHOM     180     0,2     9,4     46,0       40     5,08     4,6     12,49     38       100     0,340     0,4     0,28     63       540     12,64     11,78     45,42     283,69       1645     42,0     47,0     203     1400.0	ичный         20         1,6         1,02         3,04         25           эном         180         0,2         9,4         46,0         9,4           40         5,08         4,6         0,28         63           100         0,340         0,4         9,8         81           540         12,64         11,78         45,42         283,69           1645         42,0         47,0         203         1400.0	чный сладкий         40         2.07         1.02         3,04         25           ичный         20         1,6         0,2         9,4         46,0         25           оном         180         0,2         -         12,49         38         46,0         38           эном         40         5,08         4,6         0,28         63         63           100         0,340         0,4         9,8         81           540         12,64         11,78         45,42         283,69           1645         42,0         47,0         203         1400.0	нй)     2.05     2.06     10,41     30.69       чный сладкий     40     2.07     1.02     3,04     25       ичный сладкий     20     1.6     0,2     3,04     25       эном     180     0,2     9,4     46,0     46,0       эном     40     5,08     4,6     0,28     38       100     0,340     0,4     9,8     63       540     12,64     11,78     45,42     283,69       1645     42,0     47,0     203     1400.0	Пудинг из творога (запечёный)         160         3.35         4.42         23,06         228,5           Соус молочный сладкий         40         2,07         1,02         3,04         25           Улеб пшеничный сладкий         20         1,6         0,2         9,4         46,0         25           чай с лимоном         180         0,2         -         12,49         38           яйцо         40         5,08         4,6         0,2         9,4         46,0           фрукт         100         0,340         0,4         9,8         63           Итого за ужин         540         12,64         11,78         45,42         283,69           Итого за день         1645         42,0         47,0         203         1400.0	200     4,93     3,73     7,56     118.5       эрога     160     3,35     4,42     23,06     228.5       Най сладкий     40     2,07     1,02     3,04     25       вый сладкий     20     1,6     0,2     3,04     25       м     180     0,2     -     12,49     38       40     5,08     4,6     0,28     63       100     0,340     0,4     9,8     81       540     12,64     11,78     45,42     283,69       1645     42,0     47,0     203     1400,0	Итого за полуник         170         4.35         3.75         15.5         110           Итого за полуник         200         4,93         3.75         7,56         118.5         110           Пулнит из творога (запечёный)         160         3.35         4,42         23,06         228.5         18.5           Соус молочный сладкий         40         2,07         1,02         3,04         25           Улеб пшеничный         20         1,6         0,2         3,04         25           яйцо         40         5,08         4,6         0,2         9,4         46,0           фрукт         100         0,340         0,4         9,8         63           Итого за ужин         540         12,64         11,78         45,42         283,69           Итого за день         1645         42,0         47,0         203         1100	Печенье   30   0.58   10.50   62.56   564,89   10.70   10.70   10.50   10.41   30.69   10.50   10.41   25   25   25   25   25   25   25   2	No.   10   10   13   10   10   10   10   10	Итого за полочный         150         0.38         0.38         18.0         88           Итого за полочный продукт         150         0.38         0.38         9.31         78           Итого за полочный продукт         170         435         0.58         0.67         18.58         62.56         564.89           Итого за полочный продукт         160         3.0         0.58         0.67         15.5         110           Итого за полочный продукт         200         4.35         3.75         7.56         118.5           Пудинг из творога (Запеченый)         40         2.07         1.02         23.06         228.5           Соус молочный сладкий         40         2.07         1.02         3.04         25           Улеб пшеничный         20         1.6         0.2         3.04         25           Чай с лимоном         180         0.2         -         12.49         38           фукт         40         5.08         4.6         0.2         9.4         46.0           Фукт         100         0.340         0.340         0.4         9.8         81           Итого за день         1645         42,0         47,0         203         100.0<	Натого за обеду   150   0.32   0.1   18.0   88     Натого за обеду   550   0.38   0	Избороманий сов выминий продукт         20         1.6         0.2         0.00         5.2           Итого за обед печеные продукт         150         3.2         0.4         18.0         88           Итого за полдины продукт продукт         170         4.35         0.38         0.38         9.31         78           Итого за полдины продукт	Nac привовная порционная   30   0.8   0.04   0.05   5.2     Nac ржаной   40   3.2   0.4   18.0   8.8     Nac ржаной   40   3.2   0.4   18.0   8.8     Nac ржаной   40   3.2   0.4   18.0   8.8     Nac ржаной   40   3.2   0.38   0.38   0.38   0.38   0.38   0.38     Nac ржаной   40   0.58   0.58   0.57   18.58   0.58   0.57     Падник из творога   160   3.35   3.75   7.56   118.5   110     Падник из творога   160   3.35   3.75   7.56   118.5     Падник из творога   160   3.35   3.75   7.56   118.5     Падник из творога   160   3.35   3.75   3.06   228.5     Падник из творога   160   3.35   3.75   3.04   25     Падник из творога   160   3.35   3.75   3.04   2.5     Падник из творога   1.02   3.04   4.6   2.5     Падник из творога   1.02   3.04   4.6   0.2     Падник из творога   1.02   1.02   1.02     Падник из творога	Свыхдлом Хлеб пивеничный         30         0.8         0.04         19.72         159           Итого за обед Кисломопочный сладкий         20         1.6         0.2         9.4         46         88           Итого за обед Кисломопочный продукт         150         0.38         0.38         0.38         9.3         46           Итого за полдинк Кисломопочный сладкий         200         4.93         3.75         18.58         62.56         564.89           Итого за полдинк Кисломопочный сладкий         40         2.07         4.93         3.75         7.56         118.5           Правивенничный         40         2.07         1.02         3.04         228.5         10.0           Иза с лимоном         180         0.2         0.2         3.04         25.         118.5           Фрукт         100         5.08         4.6         0.2         3.04         2.5         3.06           Итого за ужин         540         12,64         11,78         4.6         0.28         81           Итого за день         1645         42,0         47,0         47,0         20,3         10,0	Кайда рассыпнатам (пердювая)         110         3.08         6.24         0.67         108.09           Свяслом         30         0.8         0.22         19.72         159           Клеб ражной         40         3.0         0.8         0.01         0.05         5.2           Итого за обел         150         0.38         0.01         0.05         5.2         159           Итого за обел         550         17.77         18.58         0.38         9.31         78           Итого за поворога         160         3.2         0.4         18.0         9.3         88           Итого за печённый с лимономый сальный сальный сальный сальный сальный сальный сальный с лимоном         180         3.35         5.56         10.41         30.69           Укаб пшеничный с лимоном         180         0.27         1.02         3.04         228.5         110           Алеб пшеничный с лимоном         180         0.2         0.2         3.04         228.5         10.41         30.69           Укаб пшеничный с лимоном         180         0.2         0.2         3.04         225         228.5           Чай с лимоном         180         0.2         0.2         3.04         2.5         2.4	Канда раскличатая (пердовая)         50         6.43         6.31         0.67         108.09           Смяслом         3.08         6.22         19.72         159           Канда раскличатая (пердовая)         30         0.8         0.04         0.22         19.72         159           Кисто отварная порционная         30         0.8         0.04         0.05         5.2         159           Итого за обед         150         0.38         0.04         0.02         9.4         46         88           Итого за поплания         550         17.77         18.58         0.67         15.5         180           Итого за поплания         200         4.93         3.75         7.56         118.5           100 данеченьяй продукт         160         3.35         5.56         10.41         30.69           100 данеченьяй слажий         40         2.07         1.02         3.06         228.5           100 данеченьяй слажий         40         2.07         1.02         3.04         25           200 майс данеченьяй слажий         20         1.6         0.2         3.04         25           200 майс данеченьяй слажий         20         0.2         0.2         3.04	Rajiroфеzient ос сметаной   5.0   5.41   80.6     F. Jahli II вердица   5.0   6.43   6.34   0.67   108.09     C. Niccion   110   3.08   6.22   19.72   159     C. Niccion   20   1.6   0.2   0.2   0.4   4.6     H. Toro за обед   5.0   0.38   0.04   0.05   5.2     Cos вблочный продукт   170   4.35   0.67   108.59     H. Toro за ужин   540   0.34   0.67   0.28   6.3     Фрукт   1645   42.0   47.0   20.3   0.34   0.63     H. Toro за ужин   540   12.64   11.78   45.42   283.69     H. Toro за ужин   540   12.64   11.78   45.42   283.69     Rajido   100   10.4   10.2   10.2   10.2   10.2     Rajido   100   10.3   10.0   10.2   10.2   10.2     Rajido   100   10.3   10.0   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2     Rajido   100   10.3   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2     Rajido   100   10.3   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2   10.2	Hill III III III CERENCE KRITYCTISI	HYDYO 33 338F/PAK   355   6.66   12.08   71.96   322.9   110   12.08   71.96   322.9   110   3.08   5.0   5.41   80.6   12.08   12.08   12.08   12.08   12.08   12.08   12.08   12.08   12.09   12.0	Hroro за завтраж   180   0.54     8.96   79         Hills is casedi sanyeris (светаной калимата (перамая)   110   3.08   5.0   5.41   80.6   159   168.09   159   169.09   159   169.09   159   169.09   159   169.09   1	Harmatoon Harmatoon   1.02   1.03   1.03   1.20   107.9     Harmatoon Harmatoon   1.03   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05     Harmatoon   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05   1.05	Nacé nuceriministico   20%   1.62   3.6   12.0   107.9     Hamiros is moxos   180   0.54   - 8.96   79     Hamiros is moxos   385   6.66   12.08   71.96   332.9     Hamiros is moxos   180   0.54   - 8.96   79     Hamiros is moxos   180   0.54   0.65   12.08   71.96   332.9     Kalia paccambatis   150   0.23   0.63   0.54   0.67   19.72   159     Kalia paccambatis (nephonas)   100   3.08   0.02   19.72   159     Kalia paccambatis (nephonas)   170   0.58   0.02   19.72   159     Kalia paccambatis (nephonas)   180   0.16   0.2   0.05   18.0     Kalia paccambatis (nephonas)   170   0.58   0.02   0.04   0.05   18.0     Kalia paccambatis (nephonas)   180   0.16   0.2   0.04   0.05   18.0     Haron 3a (Maria in pagyari   170   4.33   3.75   18.58   0.28   0.24   18.0     Haron 3a (Maria in pagyari   160   3.33   3.75   1.02   3.04   2.28     Harin 3a (Maria in pagyari   160   0.20   1.6   0.2   0.4   0.24   0.65     Haron 3a (Maria in pagyari   100   0.340   0.4   0.8   0.2     Haron 3a (Maria in pagyari   100   0.340   0.4   0.8   0.2   0.2     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4   0.4   0.8   0.3     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4   0.4   0.8   0.3     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4   0.4   0.8   0.3     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4   0.4   0.4   0.8   0.3     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4   0.4   0.4   0.4   0.4   0.4     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4   0.4   0.4   0.4   0.4   0.4     Haron 3a (Maria in pagyari   164   0.340   0.4	Micrion   Micr	Macaponia Oriaspinace   180   4.5   8.48   51.0   136	Paik   Marsapostal ornapatale c   150   4.5   8.48   51.0   136

Каша Полтавская жидкая на молоке со сливочным маслом Хлеб пшеничный со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Кофейный напиток с молоком Глого за завтрак Суп картофельный с бобовыми Зразы мясные из говядины с яйцом Пюре картофельное Огурец маринованный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кисель из ягоды протёртой консервированной Кисель протёртой консервированной Булочка домашняя Кисломолочный продукт  Суфле рыбное Хлеб пшеничный чай с сахаром Фрукт		1400,00	203,0	47,0	42,0	1520	Итого за день	ТП
Наименование битода   Вес батода   Вес батода   Вес батода   Белин   Жиры   Углеводы   исиность   исиность		246,08	38,11	10,08	8,15	420	ого за ужин	Ито
Наименование блюла   Вес блюда   Пишевые вещества   Энергегическая пентары   Наименование блюла   Вес блюда   Вестки   Жиры   Углеводы   Пенность   Пен		8.1	9,8	0,4	0,34	100	рукт	
Наименование банода   Вес банода   Белки   Жиры   Углеводы   Пишевые вещества   Диергетическая диальная на долже осинаютным маслом   145   4,08   4,08   4,08   25,05   114.0	136	30	8,98	ı	0,8	130	with a constitution	
Наименование банода   Вес банода   Бсяки   Жиры   Углеводы   Пишевые вещества   Эпергетическая пидак   На	147	46	9,4	0.2	1,0	150	Ağ c cayanov	c
Наименование блюда   Вес блюда   Белки   Жиры   Углеводы   Пишевые вешества   Энергетическая использя кадана жадама на молоке со синяочным маслом   145   4,08   4,08   4,08   25,05   114,0	367	89,08	9,93	9,48	5,41	150	урле рыоное	
втрак инини наименование блюда         Вес блюда         Наименование блюда         Вес блюда         Пишевые вещества         Углеводы         пенность           грак молоке со сливочным молоком мо		365,4	36,72	1,21	10,02			
Наименование блюда   Вес блюда   Белки   Жиры   Углеводы   Пенность   Велки   Жиры   Углеводы   Пенность	118		3/32		10.03	200	О ЗА ПОЛЛНИК	Итог
Наименование блюда   Вес блюда   Нишевые вещества   Энергетическая и не педпа   145   4.08   4.08   25.05   114.0   114.0   2.075   1.62   3.6   12   78.0   114.0   2.075   1.62   3.6   12   78.0   114.0   2.075   1.62   3.6   12   78.0   114.0   12   78.0   12   78.	401	100.8	5,4	3.0	4,2	160	унсломолочный продукт	
Ипиции         Наименование блюда         Вес блюда         Пишевые вещества         Углеводы         Энергетическая илениеты           11         Белки         Жиры         Углеводы         114.0 <td< td=""><td>469</td><td>183.6</td><td>21,52</td><td>8.21</td><td>5,82</td><td>00</td><td>Унспомоноши В против</td><td>7</td></td<>	469	183.6	21,52	8.21	5,82	00	Унспомоноши В против	7
Наименование блюда   Вес блюда   Белки   Жиры   Углеводы   Пишевые вещества   Энергетическая   пенность   Каша Полтавская жидкая на		512,67	86,16	16,06	15,76	550	гого за обед	_
Наименование блюда   Вес блюда   Пищевые вещества   Энергетическая пенность   Белки   Жиры   Углеводы   114.0	383	83.2	15,03	ı	0,05	130	консервированной	
11   Наименование блюда   Вес блюда   Белки   Жиры   Углеводы   Пишевые вещества   Энергетическая не пенность   Белки   Жиры   Углеводы   Пенность   Пе	148	88	18	0.4	0.12	150	Кисель из яголы протёртов	
Наименование блюда   Вес блюда   Белки   Жиры   Углеводы   пенность   141   Жиры   Углеводы   1140   114	147	46	9,4	0,2	1.6	20	Улео пшеничным	
Наименование блюда   Вес блюда   Пишевые вешества   Энергетическая исиность   Итого за завграк   Суп каргофельные из говядины с бобовыми   150   1.29   2.56   3.62   10.78   9.01   123.0	653	6.5	2,16	0.03	0,46	30	Улоб пистемаринованный	
Наименование блюда         Вес блюда         Пищевые вещества         Углеводы         Энергетическая инность           11         Каша Полтавская жидкая на молоке со сливочным маслом дляе маслом         145         4.08         4.08         25.05         114.0           Кофейный напиток с молоком был маслом дляем дляе	321	87	10,78	3.52	2,56	0111	Пюре картофельное	
Ипици         Наименование блюда         Вес блюда         Пишевые вещества         Углеводы         Энергетическая           8Трак         Каша Полтавская жидкая на молоке со сливочным маслом жаслом кофейный напиток с молоком 180         1.62         3.6         12         78.0           Итого за завтрак с молоком с уп картофельный с бобовыми         150         8,07         9,68         42,01         275,85           Суп картофельный с бобовыми         150         1.29         2.57         21,78         78,97	801	123.0	9,01	9.34	6,6	50	зразы мясные из говядины с яйцом	
Ипини         Наименование блюда         Вес блюда         Пищевые вещества         Энергетическая           3Трак         Каша Полтавская жидкая на молоке со сливочным маслом жидкая на хлеб пщеничный со сливочным маслом маслом маслом кофейный налиток с молоком         145         4.08         4.08         25.05         114.0           Кофейный налиток с молоком         180         2.37         2         11.96         83.85           Итого за завтрак         350         8,07         9.68         42,01         275.85	102	78.97	21.78	2.57	1,29	150	Суп картофельный с бобовыми	
Ипици         Наименование блюда         Вес блюда         Пищевые вещества         Энергетическая писическая писиче		275,85	42,01	9.68	8,07	350	ого за завтрак	
Ипици         Наименование блюда         Вес блюда         Пищевые вещества         Энергетическая пенность           11         Белки         Жиры         Углеводы           3Трак молоке со сливочным маслом масло	54	83.85	11,96	2	2,37	180	пофенный напиток с молоком	
Миници         Наименование блюда         Вес блюда         Пищевые вещества         Энергетическая пенность           11         Белки         Жиры         Углеводы         114.0           3трак         Каша Полтавская жидкая на молоке со сливочным маслом         145         4,08         4,08         25,05         114.0		78,0	12	3.6	1,62	20/5	маслом	
М пищи Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Энергетическая ценность  Белки Жиры Углеводы	182	114,0	25,05	4,08	4,08	145	Каша Полтавская жидкая на молоке со сливочным маслом	Завтрак
нищи Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Энергетическая ценность  Белки Жиры Углеволы								Неделя I День 2
Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Энергетическая ценность			Углеводы	Жиры	Белки			
Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Энергетическая	on Provent Por	ценность						
	№ пенентупы	Энепгетическая		Пищевые вещества		Вес блюда	Наименование блюда	прием пищи

#### Возрастная категория: от 2 до 3 лет Меню приготавливаемых блюд

Горошек консервированный     30       Хлеб ржаной     20       Итого за обед     580       Полдник     Булочка российская     40       Итого за полдник     200       Ужин     Рагу из овощей лыеничный продукт     160       Ужин     Рай с сахаром     180       Яйцо     40       Итого за ужин     40       Итого за ужин     40	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Рулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Хлеб пшеничный Чай с сахаром Яйцо	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Рулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Яйцо	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Вулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Хлеб пшеничный Чай с сахаром Яйцо	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Рулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Рулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Вулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Хлеб пшеничный	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Вулочка российская Кисломолочный продукт Итого за полдник Рагу из овощей Улеб писсым Консервированный продукт	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Пого за обед Булочка российская Кисломолочный продукт	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Итого за обед Булочка российская Кисломолочный продукт	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Итого за обед Булочка российская Кисломолочный продукт	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Итого за обед Булочка российская	Горошек консервированный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Итого за обед	сервированный ный	шек консервированный пшеничный ржаной	лек консервированный пшеничный ржаной	пшеничный	шек консервированный		COACE STATE OF THE PROPERTY OF	CBEKIJA TVIJJEHAR B CVARIATION 30	Гречневой со сметаной	ый с крупой	Итого за завтрак 350	Monarca a management	Хлеб пшеничный со сливочным 20/5/10 маслом и с сыром	A,	Завтрак Каша кукурузная жидкая на 135	День 3	Неделя 1		наименование олюда Вес блюда	
10,0			0,340	5,08		1,2	1,6	1,78	8,9	i	42	4.7	11,37	0.9	3.2	1,0	1.6	0.39	1,/9				11.73	3.15	3.0		5 5 58		Белки		люда	Бозрастная категория:
The second secon	10,63		0,4	4,6			0.2	5.43	9,98	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		6 98	11.56	0.2	0.4	0.2	0.00	0.03	Ļ.,	3,4	3.03	10,41	114.81	2.72	8,04	7,00	A 05		Жиры		Пишевые вещества	петория: от 2 до 3 лет
000	36 24		9,8	0,28	Č	, t	9.4	3.76	46,86	5.4	440	11.46	71.05	17.7	18	9,4	2.16		21,99	0.76	1,04	48,85		12.96	9,43	20,46	27.17		Углеводы		88	
たっしませる	275.26		81	63		46	37	40.26	279.5	100.8	1/8./	1707	\$12.24	936	88	46	24.75		77	124,49	74	333		89	116,0	128.0		-		ценность	Энергетическая	
				213	00.1	136	1 (7/20	449		101	45/	457		442	841	147			220	286	317			83	2	280					№ рецептуры	

Хл Чаі Итог Итог	Ф O C N	Итој И	Обед Т	Завтрак	Прием пищи Неделя 1 День 4
Хлеб пшеничный Чай с лимоном Итого за ужин Итого за день	Картофель запечённый с сыром Огурец соленый Фрукт	Итого за обед Ватрушки Кисломолочный продукт	Итого за завтрак Суп картофельный с клёцками на курином бульоне Бигус с курпцей Морковь отварная поршионная Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сущёных фруктов	Каша Манная жилкая на молоке со сливочным масло Хлеб пшеничный со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком	Наименование блюда
20 150 450 1560	150 1.59 30 0.46	550 50 160 210	350 150 160 30 20 40	150 20/5/ 175	Вес блюда
1,6 0,18 4,17 42,0		0.33 20,76 5.3 4.2	7,77 9,51 3,12 3 1,6 3,2	3.78 1.62 2.37	Белкн
0,4 0,2 - - 3,85 47,0	7, <b>45</b> 3,22 0.03	0.01 17,84 4.45 3,0	17,86 10,07 4.26 2.9 0,2	12.26 3.6 2	Пищевые вещества
9,8 9,4 12,44 33,94 203,0	32,61 0.14 2.16	20,83 71,59 27.21 5.4	64,86 6.71 11,45 5.2 9,4	40,9 12	за Углеводы
81 46 35 184 1400,02	372,3 15.5 6.5	88 84 517,91 271.5	326,53 85.3 139.0 75.61 46	134,78 107,9 83.85	Энергетическая ценность
147 270	217	74 74 21	47 328 11 147	181	№ рецептуры

22101	Итого	ИТОГО	13 6d&	day.	Lan.	Xn	Mc	У ЖИН ИНЦО		Umara	To ske di	Mi	TIP THE PERSON AND TH		Ито	100		< >	K			C	Ито			- -	Завтрак	Неделя 1		трисм инщи	Thursday,
такого за депр	0.39 116111	ИТОГО ЗА УЖИН	7	THE C STRINGHOM	i c minorio	Хлеб пшеничный	Морковь тушеная	ПО	ет гот о за полдник		-	Молоко кипяченное	приних	Salar OOCA	Итого за обел	Сок яблочный	АЛЕО РЖАНОП	Улео ищенияный	Ульб питемная Порционная	BOLLD MAKEL KENTTHEN	TIOR H3 MAGOS TODA	Суп овощной со сметаной	Итого за завтрак	NAKAO C MOJIOKOM	маслом	Маслом Хлеб пизатителя	Суп молочный с макаронными изделиями со сливочным			Наименование блюда	
1510		400	100	180	Į ž	000	160	40	200		90	165	S	200	200	160	40	20	30	160		150	350	180	20/5		145			Вес блюда	
42,0	0./0	270	0.340	0.2	1.6	2.30	3 56	3,08	8.41		7, 30	L 1×	3.83	16,32	0.9		رد	1,6	0.39	9.19		1.04	8,49	3,15	1,62		3,72	DEJKII	70		
47.0	15.54	3 -	0.4	ı	0.2	10.34	1,0	46	4.3		4,08		0.20	12,94	0,4	1,00	0 2 1	0.0	0,03	9.0	1.,,,,	202	14.22	2,72	3.6		7.9	Жиры		Пишевые вещества	
203.0	30,79	9.0	2;03	260	9.4	8.62	0,28	0.20	10.0		7.58	11,41	11.10	121 16	17.7	18.0			2 16	6881	3.09	4/,00	17.0%	12,96	12.0		22.09	Углеводы		ä	
1400	325 88	8	. C. ⊗	200	\$ 7	97.88	63	223			85	158	500,42	500 12	93	88	46	9,90	0.02	110.10		350,7		89	107.9		153.8		ценность	Энергетическая	
			270	147/205	715	015				811	400	Ċ.		442	113	148	147		304		770			397	_		16			№ рецептуры	

Неделя 2 День 6	Прнем пищи
	Наименование блюда
	Вес блюда
Белки Жиры Углеводы	Пищевые вещества
ценность	Энергетическая
	№ рецептуры

	Ужин	Полдник	Обед	
Хлеб пшеничный Чай с лимоном фрукт Итого за ужин Итого за день	Итого за поллинк  Сырники из творога Соус молочный яйцо	Пуляш из отварного мяса Макаронные изделия отварные с маслом Кабачковая икра Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок яблочный Итого за обед	маслом Напиток из плодов шиповника Итого за завтрак Борш с капустой и картофелем со сметаной	Сливочным маслом Хлаб пивники: З
30 180 100 540 1700	170 200 150 40	70 120 30 20 40 180 610	20/5 180 3 <b>50</b>	145
2.4 0.2 0,340 14.42	4.35 4.35 4.33 4.33 2.07	2.5 3.91 0.54 1.6 3.2 0.38 13,41	0.61 9,24	7.01
4,6 0,3 0,4 9.88 47,0	0.67 3.75 4.42 3.56 1.02	4,18 4,71 2,12 0,2 0,4 0,38 18,39	3.6 0,25 14,31 6,4	10.46
0.28 14.1 13.8 9.8 45.55 203	7.56 7.56 23.06 4.53 3.04	13.97 25.8 3.47 8.37 18 9.31	17.08 48.84 6.63	19.76
63 69 47 81 309.2	110 118.5 228.5 24.2	161.7 125.9 35.1 42.89 88 78 602.87	107.9 79 259,43 71.28	72.53
147	152 401 <sub>B</sub> 245	277 205 125 147 148 442	398	171

К СанПин 2.3/2.4.3590-20

Неделя 2 День 7	Прнем пищи
	Наименование блюда
	Вес блюда
Белки Жиры Углеводы	Пищевые вещества
ценность	Энергетическая
	№ рецентуры

		И						УЖИН			МИНПГОТ										Обед					Sabipak
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	or out haven	Итого за ужин	and a cavaloom	Hall C cavanon	Хлеб пшеничный		Запеканка из сердца	Фрукт	Итого за полдник	<b>МИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ</b>	Булочка российская	Итого за обед	консервированной	Кисель из ягоды протёртой	Хлео ржаной	Хлео пшеничный	зелёный горошек	Капуста тушёная с курицей	курином бульоне	макаронными изделиями на	Суп картофельный с	Итого за завтрак	Кофейный напиток с молоком	маслом	Хлеб пшеничный со сливочным	молоке со сливочным маслом
1520	420	30	150		70		150	100	200	160	40	550		150	40	20	30	160			150	350	180		20.5	145
42,0	14.21		0,8	1,0		1	11 17	0.34	9.27	4 2	5.07	8.88	3,000	0.05	3.7	1.6	0.57	1.85		1,01		9.64	2.37		-60	5.65
47,0	14.47			0,2		13.87	1	10.00	10.06	3 0 5	7.06	2		U,#	0,1	2.07	2.02	500		5,/	10.4/	10 01	3	5.0	7, 1	4.87
203.0	42 U 7		8.98	9.4		13.86	9.8	18.18	10.4	12.78	72,32	0, 2,	15.03	8	4.4	16.2	34.5	-		13.28	50.46	11.96		12.0		26.50
328.09	330 00	Ç	0.5	16		171.09	81	215.9	8.001	115.1	534,26		88,97	88	46	24.8	176.49		201 TAY (2004) (2004) (2004)	0.011	321.75	83,85		107.9		130
		130	147		9	311			401в	472			335	148	147	<i>'</i> 21	96		100	103		395		99	, NS	91

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества		Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеволы		
Неделя 2 День 8				2000	o intervati		
Завтрак	Каша манная жидкая на молоке со сливочным маслом	150	3,78	12,26	32,51	134,78	181
	Хлеб пшеничный со	20.5/10	3.0	8.04	9.43	116	Л
	сливочным маслом и сыром				The state of the s	,	7.
	Какао с молоком	180	3,15	2,72	12,96	89	397
Ито	Итого за завтрак	355	9.93	23.02	54.9	339 78	
Обед	Суп свекольник со сметаной	150	1.2	3,77	7.47	132.7	<b>1</b> 22
	Котлета мясная рубленая из говядины	50	5.19	3.12	5.13	77.9	101/395
	Каша рассыпчатая (ячневая)	120	3.63	1.84	16.77	158	961
	Огурец солёный	30	0.39	0,03	2,16	6.5	
	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9,4	46.0	147
	Хлеб ржаной	10	3,2	0.4	18.0	88	84.1
	Сок яблочный	180	0,9	0,4	17.7	93.6	442
	Итого за обед	580	16.11	9.76	76.73	602.7	i
Полдник	Печенье	30	0.58	0.67	15.5	011	152
	Молоко кипяченое	180	5.0	4.9	7.7	88	401в
Итог	Итого за полдник	210	5.58	5,57	23.2	198.0	
	Пудинг рыбный запечённый	160	5.16	3.45	16,2	31,52	285
	Яйцо	40	3.08	4,6	0.28	63	
	Хлеб пшеничный	20	1.6	0,2	9,4	46	147
	Чай с лимоном	180	0.2	XII S	12,49	38	270
	фрукт	100	0,340	0,4	9,8	<u>&amp;</u>	11
Ито	Итого за ужин	500	10,38	8.65	48.17	259.52	
Ито	Итого за день	1545	42,0	47,0	203,0	1400	

	Итого за лень	Итого за ужин	<del>-</del>	<del></del>	- L	X	Siil	MC	Y KIH Ka	Итого		7	A CONTINUE OF THE PARTY OF THE		Hora	7	×		7			Land	Итого				Бав I рак	День у	Пен о		Прием пищи
	за Лень	а ужин	Фрукты	Wilder.	Чан с сахаром	Хлеб пшеничный	Яйцо	молоке со сливочным маслом	Каша «Дружба» вязкая на	Итого за полдник		NИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	СДООВ ООЫКНОВЕННАЯ	Cost of Sa Over	TO 39 OFFI	OMFOT H3 CUNCHES	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	КУКУру за консервированная	мясом говядины	Xankor no novamino	Рассольник Ленинградский	Итого за завтрак	кофенный напиток с молоком	Today C	СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	Хлеб пшеничный co				Наименование блюда
1343	10.75	420	100		150	20	40	7	-50	210		170	40	550	150	10	10	0,0	30	160		150	355	180		10/5/10	150				Вес блюда
42,0	,,	717	0,34	Š	0.8	1.6	3.08	1,55	1940	7 15	.,,,,,	435	3.4	12.37	0,160	3.2	1,0	0.39	95.0	4.21		2.81	15.01	2,37		1.6	11,04		Delikh		
47,0	5,93	7 63	0,4	-		0,4	S	0.73	3,35	1	3,73	27.5	10	27 46	0.33	0.4	0.2	0.03		12,18	į	0.00	30.8	12		0.2	5,86		Жиры	тищевые вещества	
203,0	52.88		9,8	8,98	9.4	0,28		24,42	37.56		7.56	54,45	70.00	70.67	72.77	0.81	9.4	2.16		17.53	10.0	41.9		11,96		9,4	20,58		Углеводы		
1400	243,13		81	30	46	63		23.13	301.5		118,5	183	579.52	/6	36.0	000	460	24.75		200.6	144,17	275.85		83,85		46	146			Энергетическая ценность	
		213	212	136	147			144		811	401 <sub>B</sub>	159		123	841	14/	113	=		374	2			395	•		737			№ рецептуры	

Итог		Итог				J	Ужин	Итого			Полинк	Ито					-			Обед	Итог			Завтрак	День 10	Непола 3	прием пищи
Итого за день		Итого за ужин	Фрукты	чан с лимоном	Хлео пшеничный	сыром	Картофель запеченный с	Итого за полдник		Молоко кипяченое	Пряник	Итого за обед	Сок яблочный	Алео ржаной	Алео пшеничный	зеленый горошек	лапуста тушеная	ГУЛет из говядины с яйцом	бобовыми со сметаной	Суп картофельный с	Итого за завтрак	Nакао с молоком	СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	Каша пшенная жидкая на молоке со сливочным маслом			Наименование блюда
1570		420	100	150	20		150	215	100	180	رر ار	580	170	40	20	30	110	60		150	355	180	20.5	150			Вес блюда
42,0	4.05	4.03	0,34	0,18	1,6	1571	101	8.41	4,58	3.03	2 8 2	22.48	0,38	3.2	1,6	2,25	2,57	6	0.40	7.00	7 08	3,15	1.62	2.31		Белки	
47,0	Ė		0,4	1	0,2	U i	ر نا داد نا	<u></u>	4.08	0.22	10:00	28.33	0.38	0.4	0.2	0.09	2,82	9.99		10.27	1000	2.72	3.6	3.95		Жиры	Пищевые вещества
203.0	32,54	2,30	86	15 44	9.4	0.9	19,0	100	7,58	11,42	C.16	01.3	0.31	180	9.4	21.2		9.34	23.79	60.16		12.96	12.0	35,2		Углеводы	38
1400	202	0-	8 5 5	3.5	16	40	223		85	138	608.1	/8	70	90	0.91	P.C.	103	88	157.22	366.9		89	107.9	170			Энергетическая
		213	270	14/				118	400	<u>+</u>		112	841	14/	ì	161	707	707	30			397	2	31			№ рецентуры