

Приём пищи с 1 до 3 лет 1 неделя день 1	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
День 1				
Завтрак:	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	150	163,0000	
	Бутерброд с маслом/хлеб пшеничный	20/4/20	78,0/58,372	
	Чай с сахаром	150	39,7950	
2-й завтрак:	Фрукты и ягоды свежие (банан)/напиток апельсиновый	95/100	91,2/52,5	
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем/суп овощной на курином бульоне	180/180/7	61,02/94,176	
	Пюре картофельное	120	103,1460	
	Котлета мясная рубленая/котлета рубленая из птицы	60/60	114,554/103,0	
	Салат из кукурузы консервированной/салат из свеклы и соевых огурцов	30/40	29,79/34,175	
	Компот из сухофруктов (курага)	150	84,7500	
	Хлеб пшеничный	30	64,3300	
	Хлеб ржаной	30	75,6000	
Полдник:	Ватрушка с повидлом	70	288,3500	
	Кофейный напиток с молоком/ряженка	150/150	119,67/88,5	
Итого за первый день			818,9710	168-76
Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 1	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
Завтрак:	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	215,1600	
	Бутерброд с маслом/хлеб пшеничный	30/5/25	108,0/72,965	
	Чай с сахаром	200	53,0600	
2-й завтрак:	Напиток апельсиновый/фрукты и ягоды свежие(банан)	100/100	52,5/1,09375	
Обед:	Салат из кукурузы консервированной/салат из свеклы и соевых огурцов	50/60	14,89/44,778	
	Щи из свежей капусты с картофелем/суп овощной на курином бульоне	200/200/8	67,8/104,64	
	Пюре картофельное	150	128,9925	
	Котлета мясная рубленая/котлета рубленая из птицы	80/80	117,6032/137,3	
	Компот из сухофруктов(курага)	200	112,7000	
	Хлеб пшеничный	40	116,7440	
	Хлеб ржаной	40	75,6000	
Полдник:	Ватрушка с повидлом	80	289,4800	
	Кофейный напиток с молоком/ряженка	200/180	119,67/106,2	
Итого за первый день			991,7365	168-08

И.о. директора ТБОУ СОШ с. Шингоны
Старшая м/с

Терехович
Терехович Е.Н.



с 1 до 3 лет	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
1 неделя день 2	Завтрак: Каша пшеничная молочная жидкая	150	144,9900	875,6250
	Бутерброд с джемом или повидлом	20/5	61,0000	
	Какао с молоком	150	100,5000	
	2-й завтрак: отвар шиповника/плоды и ягоды свежие(апельсин)	100/95	37,88/40,85	
	Обед: Салат из свежей капусты	40	16,2440	
	Свекольник со сметаной на м/к бульоне/суп рисовый куриный	180/180	81,59/92,034	
	Макаронны отварные со сливочным маслом	110	168,4900	
	Гуляш в томатно-сметанном соусе/куриная подлива	50/60	78,12/129,94	
	Компот из свежемороженых фруктов(вишня, смородина)	150	30,3200	
	Хлеб пшеничный	30	64,3300	
Хлеб ржаной	30	75,6000		
Полдник: Венская булочка	70	250,6000		
Чай сладкий с лимоном/кефир	150/150	39,43/88,5		
Итого за второй день 912,0740				
Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 2	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
	Завтрак: Каша пшеничная молочная жидкая	200	193,3200	875,6250
	Бутерброд с джемом или повидлом	30/8	61,0000	
	Какао с молоком	200	134,0000	
	2-й завтрак: Плоды и ягоды свежие (апельсин)/отвар шиповника	150/100	64,5/37,88	
	Обед: Салат из свежей капусты	60	50,4910	
	Свекольник со сметаной на м/к бульоне/суп рисовый куриный	200/200/20	90,66/102,26	
	Макаронны отварные со сливочным маслом	130	199,1200	
	Гуляш в томатно-сметанном соусе/куриная подлива	80/80	124,99/173,25	
	Компот из свежемороженых фруктов(вишня, смородина)	200	45,3500	
Хлеб пшеничный	40	116,7440		
Хлеб ржаной	40	75,6000		
Полдник: Булочка венская	80	286,4000		
Чай сладкий с лимоном/кефир	200/180	53,06/106,2		
Итого за второй день 875,6250				

И.о. директора ТБОУ СОШ с.Шинони *Теродичев* Горюхиной Е.Ю.
 Старшая м/с *Всч* Чулочникова Е.Н.



Приём пищи с 1 до 3 лет 1 неделя день 3	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
Завтрак:	Каша рисовая молочная	150	157,4100	
	Бутерброд с сыром/хлеб пшеничный	20/6/20	53,296/58,372	
	Кофейный напиток с молоком	150	119,6700	
2-й завтрак:	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)/напиток из свежемороженой фруктов (вишня, смородина)	95/100	44,33/20,21	
Обед:	Салат из моркови и чеснока/салат из соевых стручков	45/30	48,75/19,947	
	Суп "Снежок" с мясом птицы/суп картофельный с фрикадельками	180/13,5 180/18	182,07/106,92	
	Гороховое пюре	110	312,9500	
	Суфле из курицы	60	119,2500	
	Компот из свежих фруктов(яблоко)	150	52,0300	
	Хлеб пшеничный	30	64,3300	
	Хлеб ржаной	30	75,6000	
Подник:	Лакомка творожная/ватрушка с творогом	130/70	331,721/201,11	
	Чай с сахаром/йогурт	150/150	39,795/88,5	
Итого за третий день				901,2400
Итого за третий день				168-92
Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 3	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
Завтрак:	Каша рисовая молочная	200	209,8800	
	Бутерброд с сыром/хлеб пшеничный	30/8/25	83,844/72,965	
	Кофейный напиток с молоком	200	119,6700	
2-й завтрак:	Напиток из свежемороженой фруктов(вишня, смородина)/фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100/100	20,21/47,0	
Обед:	Салат из моркови и чеснока/салат из соевых стручков	60/50	65,0/33,245	
	Суп "Снежок" с мясом птицы/суп картофельный с фрикадельками	200/15 200/20	202,3/118,8	
	Пюре гороховое	130	369,8500	
	Суфле из курицы	80	159,0000	
	Компот из свежих фруктов(яблоко)	200	69,3700	
	Хлеб пшеничный	40	116,7440	
	Хлеб ржаной	40	75,6000	
Подник:	Лакомка "творожная"/ватрушка с творогом	150/80	382,755/229,74	
	Чай с сахаром/йогурт	200/180	53,06/106,2	
Итого за третий день				177-88

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Шингоны
Старшая м/с

Чулочникова Е.Н.

Городинова Е.Ю.



Приём пищи с 1 до 3 лет	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дни		
1 неделя день 4 Завтрак:	Макаронны с сыром	150/5	217,9900			
	Батон	20	20,9600			
	Кофейный напиток с молоком	150	119,6700			
	Сок фруктовый/плоды и ягоды свежие (банан)	100/95	43,0/91,2			
	Обед:	40	58,3530			
	Салат из свежих с черносливом	180/180	131,3/128,808			
	Рассольник домашний со сметаной/рассольник с мясом и сметаной	120	216,4000			
	Каша гречневая рассыпчатая	50/60	112,9/129,94			
	Бефстроганов в сметанном соусе/куриная подлива	150	78,7500			
	Напиток апельсиновый	30	64,3300			
Подник:	Хлеб пшеничный	30	75,6000			
	Хлеб ржаной	60/60	90,29/91,157			
	Рыба по-польски/котлеты или биточки рыбные	15	11,7000			
	Икра кабачковая промышленного производства	20	58,3720			
	Хлеб пшеничный	150/150	39,795/88,5			
	Чай с сахаром/раженка	922,1250				
	Итого за четвертый день					
	Приём пищи с 3 до 7 лет	Макаронны с сыром	200/10		290,6600	Стоимость 1 дни
		Батон	25		26,2000	
		Кофейный напиток с молоком	200		107,0000	
Сок фруктовый/плоды и ягоды свежие (банан)		100/100	43,0/1,093			
Обед:		60	79,6590			
Салат свежая с черносливом		200/200	145,9/143,12			
Рассольник домашний со сметаной/рассольник с мясом и сметаной		150	270,5000			
Каша гречневая рассыпчатая		70/80	180,8/173,25			
Бефстроганов в сметанном соусе/куриная подлива		200	-105,0000			
Напиток апельсиновый		40	116,7440			
2-й завтрак:	Хлеб пшеничный	40	75,6000			
	Хлеб ржаной	80/80	124,763/109,3			
	Рыба по-польски/котлеты или биточки рыбные	20	15,6000			
	Икра кабачковая(промышленного производства)	25	72,9650			
	Хлеб пшеничный	200/180	53,06/106,2			
	Чай с сахаром/раженка	1159,9280				
	Итого за четвертый день					

И.о.директора ГБОУ СОШ с. Шингоны Чулочникова Е.Н.
 Старшая м/с Чулочникова Е.Н.



153-07
 ТСО-32

«ИИНС»

Муниципальное образование

с 1 по 3 лет

1 неделя день 5	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 2 дни
Завтрак:	Каша пшеничная молочная жидкая	150	168,7100
	Хлеб пшеничный	20	58,3720
	Кисель	150	84,6000
2-й завтрак:	Сок фруктовый/напиток лимонный	100/100	43,0/52,5
Обед:	Салат из картофеля с соевым соусом	30	24,0900
	Суп рыбный "Сайра"/или рыбные "Сайра" из свежей капусты	180/180	53,718/90,9
	Рис отварной	120	139,1280
	Тфтели мясные	60	101,5832
	Компот из сухофруктов (Ассорти)	150	84,7500
	Хлеб пшеничный	30	64,3300
	Хлеб ржаной	30	75,6000
Полдник:	Суп молочный с крупой	150	73,3400
	Батон	20	20,9600
	Чай с сахаром/кефир	150/150	39,795/88,5
Итого за пятый день	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дни
Пример пищи с 3 до 7 лет	Наименование блюда		
1 неделя день 5	Каша пшеничная молочная жидкая	200	224,9400
Завтрак:	Хлеб пшеничный	25	72,9650
	Кисель	200	113,0000
2-й завтрак:	Сок фруктовый/напиток лимонный	100/100	43/52,5
Обед:	Салат из картофеля с соевым соусом	50	40,1500
	Суп рыбный "Сайра"/или рыбные "Сайра" из свежей капусты	200/200	59,687/101,0
	Рис отварной	150	173,9100
	Тфтели мясные	80	134,9800
	Компот из смеси сухофруктов (Ассорти)	200	112,7000
	Хлеб пшеничный	40	116,7440
	Хлеб ржаной	40	75,6000
Полдник:	Суп молочный с крупой	200	97,7800
	Батон	25	26,2000
	Чай с сахаром/кефир	200/180	53,06/106,2
Итого за пятый день			1 188,9690

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Шигоны *Тереховская*
 Старшая м/с *ЕФ* Чулочникова Е.Н.



119-34