

| 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 свежих и соевых овощей | 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 |
| 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 свежих и соевых овощей | 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 |



Директор ФБУ НИИ питания
Старшая м/с

Сергей...
Уполномоченный

188-89

с 1 до 3 лет
1 неделя день 2

| ПРИЕМ ПИЩИ | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Выход блюда | Энергетич. ценность (ккал) | Сумма за 1 день | |
|---|---|---|----------------------------|-----------------------------------|------------------------|
| Завтрак: 2-й завтрак: Обед: | Каша пшеничная молочная жидкая | 150 | 144,9900 | | |
| | Бутерброд с джемом или повидлом | 20/5 | 61,0000 | | |
| | Какао с молоком | 150 | 100,5000 | | |
| | отвар шиповника/плоды и ягоды свежие(апельсин) | 100/95 | 37,88/40,85 | | |
| | 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 | | |
| Полдник: | Хлеб ржаной | 30 | 75,6000 | | |
| | Венская булочка | 70 | 250,6000 | | |
| | Чай сладкий с лимоном/кефир | 150/150 | 39,43/88,5 | | |
| | Итого за второй день | | 912,0740 | 90-14 | |
| | Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 2 | Наименование блюда | | Энергетич. ценность (ккал) | Стоимость 1 дня |
| | | Каша пшеничная молочная жидкая | Выход блюда | | |
| | | Бутерброд с джемом или повидлом | 200 | 193,3200 | |
| | | Какао с молоком | 30/8 | 61,0000 | |
| | | Плоды и ягоды свежие (апельсин)/отвар шиповника | 200 | 134,0000 | |
| | | Салат из свежей капусты | 150/100 | 64,5/37,88 | |
| Свекольник со сметаной на м/к бульоне/суп рисовый куриный | | 60 | 50,4910 | | |
| Макаронны отварные со сметаной на м/к бульоне/суп рисовый куриный | | 200/200/20 | 90,66/102,26 | | |
| Гуляш в томатно-сметанном соусе/куриная подлива | | 130 | 199,1200 | | |
| Компот из свежемороженых фруктов(вишня, смородина) | | 80/80 | 124,99/173,25 | | |
| Полдник: | Хлеб пшеничный | 200 | 45,3500 | | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 116,7440 | | |
| | Булочка венская | 40 | 75,6000 | | |
| | Чай сладкий с лимоном/кефир | 80 | 286,4000 | | |
| | Итого за второй день | 200/180 | 53,06/106,2 | 875,6250 | |



Директор ГБОУ СОШ с.Шигоны *Передкина*
 Старшая м/с *суп* Чулочникова *В.Н.*

108-62

| Наименование блюда | Выход блюда | Энергетич. ценность (ккал) | Стоимость 1 дня |
|--|--------------------|----------------------------|-----------------|
| Приём пищи с 1 до 3 лет 1 неделя день 3 | | | |
| Завтрак: | | | |
| Каша рисовая молочная | 150 | 157,4100 | |
| Бутерброд с сыром/хлеб пшеничный | 20/6/20 | 55,296/58,372 | |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 119,6700 | |
| 2-й завтрак: | | | |
| Фрукты и ягоды свежие (яблоко)/напиток из замороженных фруктов (вишня, смородина) | 95/100 | 44,33/20,21 | |
| Обед: | | | |
| Салат из моркови и чеснока/салат из соевых бобов | 45/30 | 48,75/19,947 | |
| Суп "Селедок" с мясом птицы/суп картофельный с фрикадельками | 180/13,5 180/18 | 182,07/106,92 | |
| Полдник: | | | |
| 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 | |
| Лакомка творожная/вафелька с творогом | 130/70 | 331,72/201,11 | |
| Чай с сахаром/йогурт | 150/150 | 39,795/88,5 | |
| Итого за третий день | | | 139-95 |
| Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 3 | | | |
| 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 замороженных фруктов (яблоко, смородина)/фрукты и ягоды свежие (яблоко) | 100/100 | 20,21/47,0 | |
| Обед: | | | |
| Салат из моркови и чеснока/салат из соевых бобов | 60/50 | 65,0/53,245 | |
| Суп "Селедок" 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 | |
| Лакомка "творожная"/вафелька с творогом | 150/80 | 382,755/229,74 | |
| Чай с сахаром/йогурт | 200/180 | 53,06/106,2 | |
| Итого за третий день | | | 140-84 |



Директор ГБОУ СОШ с. Широкое
 Старшая м/с
 [Подпись]

| С 1 до 5 лет 1 неделя день 4 | блюда | Энергетич. ценность (ккал) | 1 дня |
|--|---|----------------------------|---------------|
| Завтрак: | Макароны с сыром | 217,9900 | |
| | Батон | 20,9600 | |
| 2-й завтрак: | Кофейный напиток с молоком | 119,6700 | |
| Обед: | Сок фруктовый/плоды и ягоды свежие (банан) | 43,0/91,2 | |
| | Салат из свеклы с черносливом | 58,3530 | |
| | Рассольник домашний со сметаной/рассольник с мясом и сметаной | 131,3/128,808 | |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 216,4000 | |
| | Бефстроганов в сметанном соусе/куриная подлива | 112,9/129,94 | |
| | Напиток апельсиновый | 78,7500 | |
| | Хлеб пшеничный | 64,3300 | |
| | Хлеб ржаной | 75,6000 | |
| Полдник: | Рыба по-польски/котлеты или биточки рыбные | 90,29/91,157 | |
| | Икра кабачковая промышленного производства | 11,7000 | |
| | Хлеб пшеничный | 58,3720 | |
| | Чай с сахаром/ряженка | 39,795/88,5 | |
| Итого за четвертый день | | 922,1250 | 153-19 |
| Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 4 | | | |
| Завтрак: | Макароны с сыром | 290,6600 | |
| | Батон | 26,2000 | |
| 2-й завтрак: | Кофейный напиток с молоком | 107,0000 | |
| Обед: | Сок фруктовый/плоды и ягоды свежие (банан) | 43,0/1,093 | |
| | Салат свекла с черносливом | 79,6590 | |
| | Рассольник домашний со сметаной/рассольник с мясом и сметаной | 145,9/143,12 | |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 270,5000 | |
| | Бефстроганов в сметанном соусе/куриная подлива | 180,8/173,25 | |
| | Напиток апельсиновый | 105,0000 | |
| | Хлеб пшеничный | 116,7440 | |
| | Хлеб ржаной | 75,6000 | |
| Полдник: | Рыба по-польски/котлеты или биточки рыбные | 124,763/109,3 | |
| | Икра кабачковая(промышленного производства) | 15,6000 | |
| | Хлеб пшеничный | 72,9650 | |
| | Чай с сахаром/ряженка | 53,06/106,2 | |
| Итого за четвертый день | | 1 159,9280 | 150-31 |



Директор ГБОУ СОШ с.Шингоны *Терещук*
 Старшая м/с *Члочникова Е.Н.*

| Приём пищи с 1 до 3 лет | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетич. ценность (ккал) | Стоимость 1 дня |
|------------------------------------|--|------------------------|-----------------------------------|----------------------------|
| 1 неделя день 5 | Каша пшеничная молочная жидкая | 150 | 168,7100 | |
| Завтрак: | 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 огурцом | 30 | 24,0900 | |
| | Суп рыбный "Сайра"/щи рыбные "Сайра" из свежей капусты | 180/180 | 53,718/90,9 | |
| | Рис отварной | 120 | 139,1280 | |
| | Тефтели мясные | 60 | 101,5832 | |
| | Компот из сухофруктов (Ассорти) | 150 | 84,7500 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 64,3300 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 75,6000 | |
| Подник: | 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 | | | 895,4632 | 95-06 |
| Приём пищи с 3 до 7 лет | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетич. ценность (ккал) | Стоимость 1 дня |
| 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 огурцом | 50 | 40,1500 | |
| | Суп рыбный "Сайра"/щи рыбные "Сайра" из свежей капусты | 200/200 | 59,687/101,0 | |
| | Рис отварной | 150 | 173,9100 | |
| | Тефтели мясные | 80 | 134,9800 | |
| | Компот из смеси сухофруктов (Ассорти) | 200 | 112,7000 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 116,7440 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 75,6000 | |
| Подник: | 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 | 97-19 |



Директор ГБОУ СОШ с. Шигоны *Тереза*
 Старшая м/с *Лера* Чулюнкова Е.Н.