

**МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 12 с углубленным изучением отдельных предметов»**

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №12

М.С. Реслер

Приказ № 367 от 11.10.2024



**Примерное двухнедельное меню  
МБОУ СОШ №12  
дошкольные группы**

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 1

<b>Понедельник</b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (ккал)	Энер. цен (ккал)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<i>Макароны с маслом</i>	110	130	4,04	4,81	3,6	4,29	21,51	25,61	134,32	159,9	Тех.карта №10
	<i>Яйцо вареное</i>	50	50	5,1	5,1	4,6	4,6	4,6	0,3	63	63	Тех. карта № 54
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Тех. карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>340</b>	<b>380</b>	<b>9,32</b>	<b>10,11</b>	<b>8,29</b>	<b>8,99</b>	<b>34,48</b>	<b>35,21</b>	<b>231,32</b>	<b>260,9</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<i>Сок</i>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>43</b>	Тех. карта № 21
Обед	<i>Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной</i>	160	180	5,5	6,26	17,29	19,7	13,69	15,56	69,56	79,05	Тех. карта № 15 + сметана ТК № 57
	<i>Плов</i>	160	200	9,84	12,3	6,56	8,2	19,84	24,8	178,4	223	Тех. карта № 23
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технологическая карта № 50
	<i>Кукуруза консервированная</i>	20	30	0,44	0,66	0,08	0,12	2,24	3,36	11,6	17,4	Технолог карта №59
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,47	0,56	29,29	34,47	139,2	163,8	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>20,78</b>	<b>25,14</b>	<b>24,59</b>	<b>28,6</b>	<b>83,16</b>	<b>98,29</b>	<b>474,76</b>	<b>567,25</b>	
Полдник	<i>Каша манная молочная с маслом</i>	160	180	4,9	5,6	5,22	5,94	24,74	28,12	165,5	188,1	Технологическая карта № 3
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Тех. карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>370</b>	<b>420</b>	<b>7,36</b>	<b>8,84</b>	<b>5,55</b>	<b>6,36</b>	<b>47,87</b>	<b>57,1</b>	<b>269,7</b>	<b>319,7</b>	
<b>Итого</b>		<b>1390</b>	<b>1580</b>	<b>37,96</b>	<b>44,59</b>	<b>38,53</b>	<b>44,1</b>	<b>175,6</b>	<b>200,7</b>	<b>1018,78</b>	<b>1190,85</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 1

<b><i>Вторник</i></b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (ккал)	Энер. цен (ккал)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<b><i>Каша рисовая молочная</i></b>	160	180	4,08	4,64	5,16	5,87	5,87	28,96	164,74	187,2	Технолог карта № 4
	<b><i>Кофейный напиток</i></b>	180	200	1,23	1,4	1,08	1,2	10,24	11,4	56,7	63	Технолог карта № 46
	<b><i>Бутерброд с маслом</i></b>	20	30	0,1	0,16	4,89	7,4	6,6	10	74	112	Технолог карта № 2
	<b><i>Хлеб</i></b>	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,38	9,84	35,1	46,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>375</b>	<b>430</b>	<b>6,55</b>	<b>7,72</b>	<b>11,25</b>	<b>14,6</b>	<b>30,09</b>	<b>60,2</b>	<b>330,54</b>	<b>409</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b><i>Сок</i></b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>43</b>	Технолог карта № 21
Обед	<b><i>Суп картофельный с крупой и сметаной</i></b>	160	180	1,99	2,26	3,68	4,19	4,19	7,42	67,18	76,34	Технолог карта № 22 + сметана ТК № 57
	<b><i>Тефтели (Ежики)</i></b>	50	70	6	8,4	4,6	6,5	6,5	9,7	93	131	Технолог карта № 24
	<b><i>Картофельное пюре</i></b>	110	130	2,94	3,51	4,4	5,2	5,2	7,54	76	91	Технолог карта № 25
	<b><i>Компот из сухофруктов</i></b>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технолог карта № 50
	<b><i>Лук нарезка</i></b>	20	30	0,3	0,45	0	0	2	3,03	8,4	12,72	
	<b><i>Хлеб</i></b>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>16,23</b>	<b>20,54</b>	<b>13,25</b>	<b>16,6</b>	<b>67,01</b>	<b>82,26</b>	<b>459,78</b>	<b>558,86</b>	
полдник	<b><i>Булочка дорожная</i></b>	60	70	5,23	6,15	4,63	5,45	28,72	33,4	177	208	Технолог карта № 66
	<b><i>Чай</i></b>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технолог карта № 47,48
<b>Всего</b>		<b>240</b>	<b>270</b>	<b>5,41</b>	<b>6,35</b>	<b>4,72</b>	<b>5,55</b>	<b>37,09</b>	<b>42,7</b>	<b>211</b>	<b>246</b>	
<b>Итого</b>		<b>1295</b>	<b>1480</b>	<b>28,69</b>	<b>35,11</b>	<b>29,32</b>	<b>36,8</b>	<b>134,3</b>	<b>195,26</b>	<b>1044,32</b>	<b>1256,86</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 1

<b><i>Среда</i></b>	<b>Прием пищи наименование блюда</b>	<b>Масса порций</b>		<b>Пищевые вещества</b>						<b>Энер. цен (калл)</b>	<b>Энер. цен (калл)</b>	<b>№ Рецептуры</b>
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<i>Каша пшеничная молочная с маслом</i>	160	180	5,93	6,74	5,9	6,7	28,29	32,15	189,76	215,64	Технолог карта № 6
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технолог карта № 47,48
	<i>Бутерброд с маслом</i>	20	30	0,1	0,16	4,89	7,4	6,6	10	74	112	Технолог карта № 2
	<i>Хлеб</i>	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,38	9,84	35,1	46,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>375</b>	<b>430</b>	<b>7,35</b>	<b>8,62</b>	<b>11</b>	<b>14,4</b>	<b>50,64</b>	<b>61,29</b>	<b>332,86</b>	<b>412,44</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b><i>Фрукт</i></b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>44</b>	Технологическая карта №45
Обед	<i>Суп с макаронными изделиями и картофелем и сметаной</i>	160	180	1,84	2,09	2,63	2,99	7,74	8,79	86,02	97,75	Технолог карта № 20 + сметана ТК № 57
	<i>Рыба припущенная</i>	50	70	8,6	12,1	0,33	0,47	0,53	0,74	39,8	56	Технолог карта №29
	<i>Рис</i>	110	130	2,74	3,26	3,95	4,7	28,28	33,67	159,6	190	Технолог карта №34
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технолог карта № 50
	<i>Свекла отварная порциями</i>	20	30	0,36	0,55	0	0	2,16	3,3	10	14,8	
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>18,54</b>	<b>23,92</b>	<b>7,48</b>	<b>8,82</b>	<b>87,83</b>	<b>101,07</b>	<b>510,62</b>	<b>606,35</b>	
Полдник	<i>Йогурт</i>	180	200	5,22	5,8	4,5	5	7,2	8	91	101	Технолог карта № 69
	<i>Ватрушка с повидлом</i>	70	80	9,74	11,2	15	17	2,4	2,8	181	208	Технологическая карта № 56
<b>Всего</b>		<b>250</b>	<b>280</b>	<b>14,96</b>	<b>17</b>	<b>19,5</b>	<b>22</b>	<b>9,6</b>	<b>10,8</b>	<b>272</b>	<b>309</b>	
<b>Итого</b>		<b>1305</b>	<b>1490</b>	<b>41,25</b>	<b>49,94</b>	<b>38,38</b>	<b>45,6</b>	<b>148,5</b>	<b>182,96</b>	<b>1159,48</b>	<b>1371,79</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 1

<b><i>Четверг</i></b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (ккал)	Энер. цен (ккал)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<b>Каша манная молочная с маслом</b>	160	180	4,9	5,6	5,22	5,94	24,74	28,12	165,5	188,1	Технологическая карта № 3
	<b>Какао</b>	180	200	2,97	3,3	2,6	2,9	12,4	13,8	84,6	94	Технолог карта № 52
	<b>Хлеб</b>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
	<b>Сыр</b>	17	20	3,94	4,64	5,02	5,9	0	0	60,86	71,6	Технолог карта № 74
<b>Всего</b>		<b>387</b>	<b>440</b>	<b>14,09</b>	<b>16,58</b>	<b>13,08</b>	<b>15,1</b>	<b>51,9</b>	<b>61,6</b>	<b>381,16</b>	<b>447,3</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b>Йогурт</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>2,5</b>	<b>2,5</b>	<b>4</b>	<b>50,5</b>	<b>50,5</b>	Технолог карта № 69
Обед	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	160	180	6,5	7,4	15,58	17,7	24,5	27,8	66	75	Технолог карта № 12 + сметана ТК № 57
	<b>Котлета "Школьная"</b>	50	60	7,94	9,24	5,1	6	6,65	7,98	114,5	133,1	Технолог карта № 31
	<b>Соус томатный</b>	10	10	0,01	0,01	0,3	0,3	0,5	0,5	5,19	5,19	Технолог карта №60
	<b>Пюре из гороха с маслом.</b>	110	130	11,78	13,86	2,67	3,15	21,26	25,01	156,4	184	Технолог карта № 30
	<b>Компот из сухофруктов</b>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технолог карта № 50
	<b>Морковь отварная порциями</b>	20	30	0,15	0,23	0,04	0,05	1,04	1,58	7	10,6	Технолог карта № 72
	<b>Хлеб</b>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>590</b>	<b>680</b>	<b>31,38</b>	<b>36,66</b>	<b>24,26</b>	<b>27,9</b>	<b>103,1</b>	<b>117,44</b>	<b>564,29</b>	<b>655,69</b>	
Полдник	<b>Пирог с овощной начинкой</b>	70	80	4,55	5,24	3,19	3,67	28,52	32,78	160,7	184,7	Технолог карта № 41,42,43
	<b>Чай</b>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технолог карта № 47,48
<b>Всего</b>		<b>250</b>	<b>280</b>	<b>4,73</b>	<b>5,44</b>	<b>3,28</b>	<b>3,77</b>	<b>36,89</b>	<b>42,08</b>	<b>194,7</b>	<b>222,7</b>	
<b>Итого</b>		<b>1327</b>	<b>1500</b>	<b>2,9</b>	<b>2,9</b>	<b>43,12</b>	<b>49,2</b>	<b>194,4</b>	<b>225,12</b>	<b>1190,65</b>	<b>1376,19</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 1

<b><u>Пятница</u></b>	<b>Прием пищи наименование блюда</b>	<b>Масса порций</b>		<b>Пищевые вещества</b>						<b>Энер. цен (ккал)</b>	<b>Энер. цен (ккал)</b>	<b>№ Рецептуры</b>
		<b>2-3 лет</b>	<b>3-7 лет</b>	<b>Б</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>У</b>			
Завтрак	<i>Каша «Дружба» молочная с маслом</i>	160	180	4,11	4,68	5,23	5,94	21,86	24,84	150,96	171,54	Технолог карта № 7
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технолог карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Технолог карта № 53
	<i>джем</i>	17	20	0	0	0	0	51	60	44,5	52,4	Технолог карта № 62
<b>Всего</b>		<b>387</b>	<b>440</b>	<b>6,57</b>	<b>7,92</b>	<b>5,56</b>	<b>6,36</b>	<b>95,99</b>	<b>113,82</b>	<b>299,66</b>	<b>355,54</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b><i>Фрукт</i></b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>44</b>	Технолог карта №45
Обед	<i>Суп Рассольник (Ленинградский ) со сметаной</i>	160	180	1,6	1,8	3,21	3,65	5,8	6,6	58,45	66,42	Технолог карта № 14 + сметана ТК № 57
	<i>Птица в соусе томатном</i>	50	70	4,72	6,65	5,5	7,75	1,1	1,55	72,78	102,5	Технолог карта № 35
	<i>Сложный гарнир (картофель)</i>	55	65	1,5	1,76	2,21	2,6	3,2	3,77	38,7	45,5	Технолог карта № 25
	<i>(капуста)</i>	55	65	1,1	1,3	1,88	2,21	4,2	4,94	38,12	44,85	Технолог карта №26
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технолог карта № 50
	<i>Зеленый горошек</i>	20	30	0,6	0,9	0	0	1,2	1,8	7,2	10,8	Технолог карта №59
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>14,52</b>	<b>18,33</b>	<b>13,37</b>	<b>16,9</b>	<b>64,62</b>	<b>73,23</b>	<b>430,45</b>	<b>517,87</b>	
Полдник	<i>Макароны с маслом</i>	110	130	4,04	4,81	3,6	4,29	21,51	25,61	134,32	159,9	Тех.карта №10
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технолог карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>320</b>	<b>370</b>	<b>6,5</b>	<b>8,05</b>	<b>3,93</b>	<b>4,71</b>	<b>44,64</b>	<b>54,59</b>	<b>238,52</b>	<b>291,5</b>	
<b>Итого</b>		<b>1387</b>	<b>1590</b>	<b>27,99</b>	<b>34,7</b>	<b>23,26</b>	<b>28,3</b>	<b>205,7</b>	<b>261,24</b>	<b>1012,63</b>	<b>1208,91</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 2

<u>понедельник</u>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (калл)	Энер. цен (калл)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом</i>	150	160	8,77	9,44	6,56	7,06	38,89	41,82	249,83	268,64	Тех. карта № 8
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34,2	38	Тех. карта № 47,48
	<i>Бутерброд с маслом</i>	20	30	0,1	0,16	4,89	7,4	6,6	10	74	112	Технологическая карта № 2
	<i>Хлеб</i>	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,38	9,84	35,1	46,8	Технологическая карта № 53
<b>Всего</b>		<b>365</b>	<b>410</b>	<b>10,19</b>	<b>11,32</b>	<b>11,66</b>	<b>14,7</b>	<b>61,24</b>	<b>70,96</b>	<b>393,13</b>	<b>465,44</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<i>Сок</i>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>43</b>	Тех. карта № 21
Обед	<i>Свекольник</i>	160	180	1,47	1,67	2,99	3,4	6,54	7,43	59,08	67,14	Тех. карта № 13
	<i>Жаркое по домашнему</i>	160	200	15,04	18,8	11,44	14,3	20,64	25,8	246	307	Тех. карта № 40
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Тех. карта № 50
	<i>Огурец соленый</i>	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,34	0,51	2,2	3,3	Технолог. карта №59
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>21,67</b>	<b>26,63</b>	<b>15,02</b>	<b>18,4</b>	<b>76,64</b>	<b>88,31</b>	<b>522,48</b>	<b>625,24</b>	
Полдник	<i>Каша рисовая молочная</i>	160	180	4,08	4,64	5,16	5,87	5,87	28,96	164,74	187,2	Технологическая карта № 4
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34,2	38	Тех. карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>370</b>	<b>420</b>	<b>6,54</b>	<b>7,88</b>	<b>5,49</b>	<b>6,29</b>	<b>29</b>	<b>57,94</b>	<b>269,14</b>	<b>318,8</b>	
<b>Итого</b>		<b>1415</b>	<b>1610</b>	<b>38,9</b>	<b>46,33</b>	<b>32,27</b>	<b>39,5</b>	<b>167</b>	<b>227,31</b>	<b>1227,75</b>	<b>1452,48</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 2

<b><u>Вторник</u></b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (калл)	Энер. цен (калл)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<i>Каша манная молочная с маслом</i>	160	180	4,9	5,6	5,22	5,94	24,74	28,12	165,5	188,1	Технолог карта № 3
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технологическая карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
	<i>Сыр</i>	17	20	3,94	4,64	5,02	5,9	0	0	60,86	71,6	Технолог карта № 74
<b>Всего</b>		<b>387</b>	<b>440</b>	<b>11,3</b>	<b>13,48</b>	<b>10,57</b>	<b>12,3</b>	<b>47,87</b>	<b>57,1</b>	<b>330,56</b>	<b>391,3</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<i>Йогурт</i>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>2,5</b>	<b>2,5</b>	<b>4</b>	<b>50,5</b>	<b>50,5</b>	Технолог карта № 69
Обед	<i>Суп картофельный с бобовыми со сметаной</i>	160	180	3,98	4,53	2,26	2,57	9,23	10,51	73,34	83,34	Технолог карта № 18 + сметана ТК № 57
	<i>Котлета "Школьная"</i>	50	60	7,94	9,24	5,1	6	6,65	7,98	114,5	133,1	Технологическая карта № 31
	<i>Соус томатный</i>	10	10	0,01	0,01	0,3	0,3	0,5	0,5	5,19	5,19	Технолог карта №60
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	110	130	6,52	7,67	4,87	5,73	28,88	33,98	185,5	218,27	Технолог карта № 8
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технолог карта № 50
	<i>Лук порционный</i>	20	30	0,3	0,45	0	0	2	3,03	8,4	12,72	Технолог карта №
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>590</b>	<b>680</b>	<b>23,75</b>	<b>27,82</b>	<b>13,1</b>	<b>15,3</b>	<b>96,38</b>	<b>110,57</b>	<b>602,13</b>	<b>700,42</b>	
Полдник	<i>Пирог с картофелем</i>	70	80	4,6	5,24	3,23	3,67	28,85	32,78	162,5	184,7	Технолог карта № 41,42,43
	<i>Кисель</i>	180	200	0	0	0	0	13,5	15	54	60	Тех карта № 51
<b>Всего</b>		<b>250</b>	<b>280</b>	<b>4,6</b>	<b>5,24</b>	<b>3,23</b>	<b>3,67</b>	<b>42,35</b>	<b>47,78</b>	<b>216,5</b>	<b>244,7</b>	
<b>Итого</b>		<b>1327</b>	<b>1500</b>	<b>42,55</b>	<b>49,44</b>	<b>29,4</b>	<b>33,7</b>	<b>189,1</b>	<b>219,45</b>	<b>1199,69</b>	<b>1386,92</b>	



Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 2

<b><i>Среда</i></b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (ккал)	Энер. цен (ккал)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<i>Каша пшеничная молочная</i>	160	180	5,93	6,74	5,9	6,7	28,29	32,15	189,76	215,64	Технологическая карта № 6
	<i>Какао</i>	180	200	2,97	3,3	2,6	2,9	12,4	13,8	84,6	94	Технологическая карта № 52
	<i>Бутерброд с маслом</i>	20	30	0,1	0,16	4,89	7,4	6,6	10	74	112	Технолог карта № 2
	<i>Хлеб</i>	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,38	9,84	35,1	46,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>375</b>	<b>430</b>	<b>10,14</b>	<b>11,72</b>	<b>13,51</b>	<b>17,2</b>	<b>54,67</b>	<b>65,79</b>	<b>383,46</b>	<b>468,44</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<i>Фрукт</i>	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	44	44	Технолог карта №45
Обед	<i>Суп с клецками</i>	160	180	1,68	1,91	2,22	2,52	5,98	6,8	50,7	57,6	Технолог карта № 16
	<i>Гуляш из говядины</i>	50	70	14,4	18	10,64	13,3	4,16	5,2	170	213	Технолог карта № 33
	<i>Каша перловая</i>	110	130	3,27	3,86	3,58	4,23	22,87	27,03	136,73	161,59	Технологическая карта №28
	<i>Кисель</i>	180	200	0	0	0	0	13,5	15	54	60	Технолог карта № 51
	<i>Морковь отварная</i>	20	30	0,15	0,23	0,04	0,05	1,04	1,58	7	10,6	Технологическая карта
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технологическая карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>24</b>	<b>29,32</b>	<b>16,96</b>	<b>20,7</b>	<b>78,57</b>	<b>90,08</b>	<b>557,63</b>	<b>666,59</b>	
Полдник	<i>Запеканка из творога</i>	130	140	14,8	15,9	7,2	7,7	14	15	241	259	Технологическая карта № 46
	<i>джем</i>	17	20	0	0	0	0	51	60	44,5	52,4	Технологическая карта № 46
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технологическая карта № 47,48
	<i>Хлеб</i>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Тех. карта № 53
<b>Всего</b>		<b>357</b>	<b>400</b>	<b>17,26</b>	<b>19,14</b>	<b>7,53</b>	<b>8,12</b>	<b>88,13</b>	<b>103,98</b>	<b>389,7</b>	<b>443</b>	
<b>Итого</b>		<b>1412</b>	<b>1610</b>	<b>51,8</b>	<b>60,58</b>	<b>38,4</b>	<b>46,3</b>	<b>221,8</b>	<b>269,65</b>	<b>1374,79</b>	<b>1622,03</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 2

<b><i>Четверг</i></b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (калл)	Энер. цен (калл)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<b><i>Каша манная молочная</i></b>	160	180	4,9	5,6	5,22	5,94	24,74	28,12	165,5	188,1	Технологическая карта № 6
	<b><i>Кофейный напиток</i></b>	180	200	1,23	1,4	1,08	1,2	10,24	11,4	56,7	63	Технологическая карта № 46
	<b><i>Хлеб</i></b>	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,2	93,6	Технологическая карта № 53
	<b><i>джем</i></b>	17	20	0	0	0	0	51	60	44,5	52,4	Технологическая карта № 62
<b>Всего</b>		<b>387</b>	<b>440</b>	<b>8,41</b>	<b>10,04</b>	<b>6,54</b>	<b>7,46</b>	<b>100,7</b>	<b>119,2</b>	<b>336,9</b>	<b>397,1</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b><i>Сок</i></b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>43</b>	Тех. карта № 21
Обед	<b><i>Суп из овощей</i></b>	160	180	6,5	7,4	15,6	17,7	24,5	27,8	67,5	75	Технолог карта № 17 + сметана ТК № 57
	<b><i>Суфле из птицы</i></b>	50	60	5,48	6,5	4,1	4,9	3,84	4,58	74,34	88,5	Технол карта № 67
	<b><i>Соус томатный</i></b>	10	10	0,01	0,01	0,3	0,3	0,5	0,5	5,19	5,19	Технолог карта №60
	<b><i>Макаронны с маслом</i></b>	110	130	4,04	4,81	3,6	4,29	21,51	25,61	134,3	159,9	Технолог карта № 10
	<b><i>Компот из сухофруктов</i></b>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Технолог карта № 50
	<b><i>Свекла отварная</i></b>	20	30	0,36	0,55	0	0	2,16	3,3	10	14,8	Технологическая карта №
	<b><i>Хлеб</i></b>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технологическая карта № 53
<b>Всего</b>		<b>590</b>	<b>680</b>	<b>21,39</b>	<b>25,19</b>	<b>24,17</b>	<b>27,9</b>	<b>101,6</b>	<b>116,36</b>	<b>506,53</b>	<b>591,19</b>	
Полдник	<b><i>Булочка дорожная</i></b>	60	70	5,23	6,15	4,63	5,45	28,72	33,4	177	208	Технологическая карта № 66
	<b><i>Чай</i></b>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технологическая карта № 47,48
<b>Всего</b>		<b>240</b>	<b>270</b>	<b>5,41</b>	<b>6,35</b>	<b>4,72</b>	<b>5,55</b>	<b>37,09</b>	<b>42,7</b>	<b>211</b>	<b>246</b>	
<b>Итого</b>		<b>1317</b>	<b>1490</b>	<b>35,71</b>	<b>42,08</b>	<b>35,53</b>	<b>41</b>	<b>239,6</b>	<b>288,36</b>	<b>1097,43</b>	<b>1277,29</b>	

Возрастная категория : 2-3 лет; 3-7 лет .

Неделя № 2

<b><u>Пятница</u></b>	Прием пищи наименование блюда	Масса порций		Пищевые вещества						Энер. цен (калл)	Энер. цен (калл)	№ Рецептуры
		2-3 лет	3-7 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак	<i>Каша геркулесовая молочная</i>	160	180	5,67	6,44	6,71	7,63	23,08	26,23	175,47	199,4	Технологическая карта №5
	<i>Чай</i>	180	200	0,18	0,2	0,09	0,1	8,37	9,3	34	38	Технологическая карта № 47,48
	<i>Бутерброд с маслом</i>	20	30	0,1	0,16	4,89	7,4	6,6	10	74	112	Технолог карта № 2
	<i>Хлеб</i>	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,38	9,84	35,1	46,8	Технолог карта № 53
<b>Всего</b>		<b>375</b>	<b>430</b>	<b>7,09</b>	<b>8,32</b>	<b>11,81</b>	<b>15,3</b>	<b>45,43</b>	<b>55,37</b>	<b>318,57</b>	<b>396,2</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<i>Фрукт</i>	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	44	44	Технолог карта №45
Обед	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</i>	160	180	6,5	7,4	15,58	17,7	24,5	27,8	66	75	Технологическая карта № 12 + сметана ТК № 57
	<i>Печень, тушеная в соусе сметанном</i>	50	70	8,3	11,62	4	5,6	4,65	6,51	88	123,2	Технологическая карта № 70+ №71
	<i>Рис</i>	110	130	2,74	3,26	3,95	4,7	28,28	33,67	159,6	190	Технолог карта №34
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	200	0,5	0,6	0,09	0,1	18,1	20,1	76	84	Тех карта № 50
	<i>Лук порционный</i>	20	30	0,3	0,45	0	0	2	3,03	8,4	12,72	Технологическая карта
	<i>Хлеб</i>	60	70	4,5	5,32	0,48	0,56	31,02	34,47	139,2	163,8	Технологическая карта № 53
<b>Всего</b>		<b>580</b>	<b>680</b>	<b>22,84</b>	<b>28,65</b>	<b>24,1</b>	<b>28,7</b>	<b>108,6</b>	<b>125,58</b>	<b>537,2</b>	<b>648,72</b>	
Полдник	<i>Булочка ванильная</i>	60	70	5,2	6,15	4,63	5,45	28,39	33,4	177	208	Технологическая карта № 55
	<i>Кисель</i>	180	200	0	0	0	0	13,5	15	54	60	Технологическая карта № 51
<b>Всего</b>		<b>240</b>	<b>270</b>	<b>5,2</b>	<b>6,15</b>	<b>4,63</b>	<b>5,45</b>	<b>41,89</b>	<b>48,4</b>	<b>231</b>	<b>268</b>	
<b>Итого</b>		<b>1295</b>	<b>1480</b>	<b>35,53</b>	<b>43,52</b>	<b>40,94</b>	<b>49,8</b>	<b>196,3</b>	<b>239,15</b>	<b>1130,77</b>	<b>1356,92</b>	

