

с 3-7 лет

1	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Макаронные изделия				150/10	7,88	6,75	28,63	207,75
	макаронные изделия		51	51					
	масло сливочное		4,5	4,5					
	сыр		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
2 завтрак	2 завтрак	386			80	0,32	0,32	7,84	35,2
	сок		100	100					
	Суп картофельный с крупой	86			200	1,57	2,18	11,67	72,6
	крупа гречневая		8	8					
	картофель		80	60					
	морковь		10	8					
	лук		9,3	8					
	масло растительное		3	3					
	Плов из куриных окорочков	54-8з-2020			200	28,7	8,4	34,83	330,4
	окорочка		119	90					
	лук		11	9					
	морковь		16	13					
	рис		46	46					
	масло растительное		8	8					
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
	кисель		21,6	21,6					
	сахар		9	9					
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118	
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5	
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	294			45/19	4,64	3,89	28,9	169,3
	мука		20,7	20,7					
	сахар		1,5	1,5					
	маргарин		2,3	2,3					
	яйцо		1/17шт	2,3					
	дрожжи		0,9	0,9					
	мука на подпыл		0,7	0,7					
	масло растительное для смазки		0,7	0,7					
	яйцо для смазки пирожков		1/40шт	1					
Фарш картофельный с луком	302			19	0,04	0,83	3,34	22,4	

масло растительное		0,7	0,7						
картофель		23	16,7*						
лук		6	3*						
Чай с сахаром	54-2гн-2020				180	0,12	0	5,76	23,52
чай		0,45	0,45						
сахар		7	7						
Витамин"С"		0,05							
соль		6							
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						54,23	30,47	200,27	1357,99

2	Наименование продуктов		Масса, г			Химический состав			Калорийность,	
		ТК	брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	ккал	
Завтрак	Омлет натуральный	54-1о-2020			80	5,8	8,52	1,68	120,08	
	яйцо		1+1/2,35	57						
	молоко		19,7	19,7						
	масло сливочное+ для раздачи		3,7+5	3,7+5						
	Чай с сахаром	54-2гн-2020				180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45						
	сахар		7	7						
	Бутерброд с маслом	1				30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30						
	масло сливочное		5	5						
	2 завтрак	386				80	0,32	0,32	7,84	35,2
Фрукт/яблоко		80	80							
Суп картофельный с макаронными изделиями	38				200	2,27	2,29	17,41	99,27	
картофель		41,6	31,2							
макаронные изделия		6,4	6,4							
лук		6,4	5,1							
морковь		8	6,4							
масло растительное		1,6	1,6							
кости пищевые для бульона		33	33							
Тефтели	54-6м-2020				60	8,56	8,56	7,9	144,19	
окорочка		57,6	42,9							

	крупа рисовая		5,5	5,5						
	лук		22,8	20,5						
	масло сливочное		4,6	4,6						
	мука		4,6	4,6						
	Соус томатный				30	0,16	1,1	1,57	16,85	
	масло сливочное		1,5	1,5						
	мука		1,5	1,5						
	томат		4,5	4,5						
	сахар		0,5	0,5						
	Каша гречневая рассыпчатая				150	8,25	6,26	36	233,75	
	крупа гречневая		45	45						
	масло сливочное		5	5						
	Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	72,96	
	сухофрукты		16	16						
	сахар		9	9						
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118	
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5	
Полдник	Коржики молочные	492			75	4,89	8,43	46,48	281	
	Мука		40	40						
	мука на подпыл		2,3	2,3						
	сахар		21	21						
	яйцо		2	2						
	маргарин		9,6	9,6						
	молоко		7,5	7,5						
	натрий двууглекислый		0,6	0,6						
	ванилин		0,02	0,02						
	яйцо(для смазки)		0,9	0,9						
	Чай с сахаром	54-2гн-2020				180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45						
	сахар		7	7						
	Витамин "С"		0,05							
соль		6								
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						41,31	43,58	196,72	1421,24	

3	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная пшеница	90			200/5	6,2	8,05	31,09	222,02
	крупа пшеница		40	40					
	молоко		100,8	100,8					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					

	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
Обед	2 завтрак	386			80	0,32	0,32	7,84	35,2
	Фрукт/яблоко		80	80					
	Суп картофельный с крупой	86*			200	1,57	2,18	11,67	72,6
	картофель		80	60					
	крупя рисовая		4	4					
	лук		9,3	8					
	морковь		10	8					
	масло растительное		3	3					
	кости пищевые		15	15					
	Котлеты рыбные	54-3р-2020			50/30	9,1	1,84	5,53	74,32
	минтай		55	55					
	хлеб		11	11					
	молоко		9	9					
	яйцо		3	3					
	масло сливочное		1,2	1,2					
	Горошница	54-21г-2020			150	14,5	1,25	33,75	204,75
	горох		75	75					
	Соус томатный	228			30	0,16	1,1	1,57	16,85
	мука		1,5	1,5					
	масло сливочное		1,5	1,5					
	томат-пюре		4,5	4,5					
	сахар		0,3	0,3					
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
кисель		21,6	21,6						
сахар		9	9						
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118	
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5	
Пряник	пром			60	2,28	2,94	22,32	125,1	
Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52	
чай		0,45	0,45						
сахар		7	7						
Витамин"С"		0,05							
соль		6							
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						45,21	25,78	198,83	1271,18

4	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная манная	54-6к-2020			200/5	8,17	10,17	37,67	274,84
	крупя манная		18	18					

молоко		106	106					
сахар		5	5					
масло сливочное		5	5					
Чай с молоком и сахаром	54-4гн-2020			180	1,32	0,96	7,68	45,24
чай		0,5	0,5					
молоко		50	50					
сахар		7	7					
Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5					
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
Сок		100	100					
Суп картофельный с крупой	86*			200	1,57	2,18	11,67	72,6
картофель		80	60					
крупя рисовая		4	4					
лук		9,3	8					
морковь		10	8					
масло растительное		3	3					
Биточки из окорочков	293*			60	12,8	12,26	11,56	206,5
окорочка		63	60,7					
хлеб пшеничный		12,4	12,4					
масло сливочное		5	5					
Макаронные отварные	54-1г-2020			150	5,38	4,88	32,75	196,75
макаронные изделия		51	51					
масло сливочное		4,5	4,5					
Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	72,96
сухофрукты		16	16					
сахар		9	9					
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Пирожок печеный с яблоком	294			70	5,4	4,5	33,7	197,5
мука		36,4	36,4					
яйцо		1,4	1,4					
сахар		2,1	2,1					
дрожжи		1	1					
молоко		16,1	16,1					
соль		0,1	0,1					
маргарин		1	1					
мука на подпыл		0,7	0,7					
масло растительное для смазки		0,7	0,7					
яйцо для смазки пирожков		1/40шт	1					
Фарш яблочный	384			23,8	0,05	0,1	3,9	26,4
яблоко свежее		31,5	21,7					
сахар		2,8	2,8					
Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
чай		0,45	0,45					
сахар		7	7					
Витамин"С"		0,05						
соль		6						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					45,95	43,47	218,85	1522,41

5	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	54-16к-2020			200/5	5	5,87	23,87	169,07
	крупа рисовая		13	13					
	крупа пшеничная		10	10					
	молоко		102	102					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Кофейный напиток с молоком	54-23гн-2020			180	2,76	2,28	9,84	70,68
	кофейный напиток		2	2					
	молоко		70	70					
	сахар		6,2	6,2					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5						
Обед	2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
	Сок		100	100					
	Свекольник	54-18с-2020			200	1,8	4,28	10,65	88,31
	свекла		64	51					
	картофель		46	35					
	морковь		10	8					
	лук		11	9					
	масло растительное		4	4					
	сахар		1,5	1,5					
	томат		3	3					
	Жаркое по-домашнему	54-9м-2020			200	22	20,54	18,7	349,62
	окорочка		120	97					
	картофель		175	131					
	лук		13	11					
	масло сливочное		6	6					
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
	кисель		21,6	21,6					
сахар		9	9						
Хлеб пшеничный или			50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
Хлеб ржаной			50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Булочка "Ванильная"	273				60	8,81	5,45	35	215,2
	мука на подпыл		1,2	1,2					
	мука		39,3	39,3					
	сахар		7	7					
	маргарин		5	5					
	яйцо для смазки		1/33шт	1,2					
	яйцо		1/17 шт.	2,4					

масло растительное для смазки листов		0,7	0,7						
соль		0,8	0,8						
дрожжи		0,8	0,8						
ванилин		0,03	0,03						
Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52	
чай		0,45	0,45						
сахар		7	7						
Витамин "С"		0,05							
соль		6							
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					51,65	46,84	185,2	1424,9	

6	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная ячневая	99			200/5	13	18,59	55,64	442,31
	крупа ячневая		44,8	44,8					
	молоко		100	100					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5						
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	
Сок		100	100						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	54-5с-2020			200	8,64	4,32	13,91	129	
макаронные изделия		8	8						
картофель		80	60						
морковь		8	6						
лук		4	3						
масло растительное		3	3						
фрикадельки									
окорочка		39	39						
яйцо		1/20шт	2						
лук		3	2,5						
Птица тушеная	318			80/30	13,8	11,84	3,8	178,8	
окорочка		110	100						
Соус томатный	228			30	0,26	1,8	2,62	28,08	
масло сливочное		1,5	1,5						
мука		1,5	1,5						
томат		4,5	4,5						
сахар		0,5	0,5						

	Каша гречневая рассыпчатая	54-4г-2020			150	8,25	6,26	36	233,75
	крупа гречневая		45	45					
	масло сливочное		5	5					
	Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	72,96
	сухофрукты		16	16					
	сахар		9	9					
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Полдник	Пирожок печенный из дрожжевого теста с повидлом	454			60	3,45	1,4	33,33	159,6
	мука + на паодпыл		28+1	28+1					
	дрожжи		1	1					
	сахар		2	2					
	соль		0,3	0,3					
	яйцо		3	3					
	масло растительное для смазки листов,		1	1					
	маргарин		3	3					
	яйцо для смазки		1,3	1,3					
	повидло	пром	25	25					
	Чай с сахаром	411			180	0,04	0,012	8,39	33,57
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
Витамин"С"		0,05							
соль		6							
	*масса овощей после тепловой обработки								
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						58,7	52,64	233,61	1707,69

7	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная рисовая	98			200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
	крупа рисовая		30	30					
	молоко		106,7	106,7					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5						
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	

	Сок		100	100						
	Суп гороховый	36			200	1,87	3,11	10,89	79,03	
	горох		27	16						
	картофель		54	40						
	морковь		10	8						
	лук		10	8						
	масло растительное		4	4						
	Котлеты рыбные	54-3р-2020			50/30	9,1	1,84	5,53	74,32	
	минтай		55	55						
	хлеб		11	11						
	молоко		9	9						
	яйцо		3	3						
	масло сливочное		1,2	1,2						
	Картофель в молоке	54-10г-2020			150	4,5	5,63	26,63	173,75	
	картофель		165	129						
	молоко		45	43						
	масло сливочное		5	5						
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4	
	кисель		21,6	21,6						
	сахар		9	9						
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118	
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5	
Полдник	Булочка "Ванильная"	273			70	10,3	6,4	40,8	251,07	
	мука		46	46						
	мука на подпыл		1,4	1,4						
	сахар		8,2	8,2						
	маргарин		5,8	5,8						
	яйцо		1/14	2,8						
	яйцо для смазки		1/28	1,4						
	соль		0,9	0,9						
	дрожжи		0,9	0,9						
	масло растительное для смазки листов		0,7	0,7						
	ванилин		0,04	0,04						
	Чай с сахаром	54-2гн-2020				180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45						
	сахар		7	7						
	Витамин"С"		0,05							
соль		6								
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						42,29	32,02	209,36	1343,84	

8	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная пшеничная	54-6к-2020			200/5	8,17	10,17	37,67	274,84
	крупа пшеничная		40	40					

	молоко		100,8	100,8					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	2 завтрак	386			80	0,32	0,32	7,84	35,2
	Фрукт/яблоко		80	80					
	Суп картофельный с крупой	86*			200	1,57	2,18	11,67	72,6
	картофель		80	60					
	крупя рисовая		4	4					
	лук		9,3	8					
	морковь		10	8					
	масло растительное		3	3					
	кости пищевые		15	15					
	Запеканка картофельная с мясом	308*			130	18,97	8,94	26,53	264
	окорочка		80	60					
	картофель		184	133					
	яйцо		1/10	4					
	лук		10	8					
	масло сливочное		7	7					
	сухари		3	3					
	Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	72,96
	сухофрукты		16	16					
	сахар		9	9					
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Полдник	Булочка дорожная	453			60	4,06	8,37	31,28	217,2
	мука/ на подпыл		38,7/1,1	38,7/1,1					
	сахар		7,2	7,2					
	маргарин/для смазки		9/1,1	9/1,1					
	соль		0,4	0,4					
	дрожжи		0,9	0,9					
	Крошка								
	маргарин		6	6					
	мука		6	6					
	масло растительное для листов		0,5	0,5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		6						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						44,15	38,08	192,83	1354,74

9	Наименование продуктов	ТК	Масса, г		выход	Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто		Б	Ж	У	
Завтрак	Омлет натуральный	229			80	7,05	12,6	1,42	147,76
	яйцо		1+1/2,35	57					
	молоко		19,7	19,7					
	масло сливочное+ для раздачи		3,7+5	3,7+5					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с молоком	413			180	2,67	2,34	14,31	89
	чай		0,5	0,5					
	молоко		50	50					
сахар		7	7						
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	
Ссок		100	100						
Борщ с капустой и картофелем	27			200	1,52	5,33	8,65	88,89	
свекла		40	32						
капуста свежая		20	16						
картофель		22,5	16						
морковь		10,5	8						
лук		5	4						
масло растительное		2,4	2,4						
лимонная кислота		0,02	0,02						
сахар		2	2						
кости пищевые для бульона		15	15						
Тфтели	54-15м-2020			60	8,56	8,56	7,9	144,19	
окорочка		57,6	42,9						
крупа рисовая		5,5	5,5						
лук		22,8	20,5						
масло сливочное		4,6	4,6						
мука		4,6	4,6						
Соус томатный	228			30	0,16	1,1	1,57	16,85	
масло сливочное		1,5	1,5						
мука		1,5	1,5						
томат		4,5	4,5						
сахар		0,5	0,5						
Макаронны отварные	54-1г-2020			150	5,38	4,88	32,75	196,75	
макаронные изделия		51	51						
масло сливочное		4,5	4,5						
Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4	
кисель		21,6	21,6						
сахар		9	9						
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118	
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5	

Полдник	Печенье	пром			30	2,28	2,94	22,32	125,1
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	Витамин"С"		0,05						
	соль		6						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						38,9	46,17	176,06	1340,56

10	Наименование продуктов		Масса, г			Химический состав			Калорийность, ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	134			200/5	6,55	8,33	35,09	241,11
	крупа рисовая		13	13					
	крупа пшеничная		10	10					
	молоко		102	102					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Кофейный напиток с молоком	54-23гн-2020			180	2,76	2,28	9,84	70,68
	кофейный напиток		2	2					
	молоко		70	70					
	сахар		6,2	6,2					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5						
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	
Сок		100	100						
Суп картофельный с макаронными изделиями	54-7с-2020			200	5,16	2,77	18,5	119,6	
картофель		41,6	31,2						
макаронные изделия		6,4	6,4						
лук		6,4	5,1						
морковь		8	6,4						
масло растительное		1,6	1,6						
кости пищевые для бульона		33	33						
Биочки из окорочков	293*			60	12,8	12,26	11,56	206,5	
окорочка		63	60,7						
хлеб пшеничный		12,4	12,4						
масло сливочное		5	5						
Горошница	54-21г-2020			130	14,5	1,25	33,75	204,75	
горох		60	60						
Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	72,96	
сухофрукты		16	16						
сахар		9	9						
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118	
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5	
Булочка Домашняя"	274			70	5,09	8,24	42,9	266,23	
Полдник	Мука		45,5	45,5					
	Мука на подпыл		2,3	2,3					
	Сахар		8,2	8,2					
	Сахар (для отделки)		2,3	2,3					

маргарин		10,5	10,5					
Яйцо(для смазки)		1/28шт	1,4					
масло растительное для смазки листов		0,7	0,7					
Соль		0,5	0,5					
Дрожжи		1,2	1,2					
Чай с сахаром	411			180	0,04	0,012	8,39	33,57
чай		0,45	0,45					
сахар		7	7					
Витамин"С"		0,05						
соль		6						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					58,04	43,56	234,19	1621,5
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					58,04	43,56	234,19	1621,5
								1436,605