

И.о. директора ГБУ СО «Балаковский центр «Семья»
Гинжалюк О.А.



14-дневное меню

на возрастную группу от 3-7 лет

(СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Приказ Министерства Труда и социальной защиты Саратовской области от 16.03.2021г. №221)

МЕНЮ

1 день (понедельник)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
Каша вязкая молочная пшеничная (с маслом)	180	7,61	9,74	39,04	275,0
Каша вязкая молочная пшеничная (с маслом)	0				
Каша вязкая молочная пшеничная (с маслом)	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,0
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Итого за завтрак	440	15,99	19,43	68,79	437,0
Второй завтрак					
Печенье	25	2,88	4,0	17,75	112,5
Печенье	0				
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
Итого за второй завтрак	225	3,88	4,0	37,95	197,5
Обед					
Луковые полуколья	0				
Луковые полуколья	0				
Луковые полуколья	60	0,24	0,12	6,9	29,0
Суп гороховый	200	6,24	38,42	19,75	442,0
Суп гороховый	0				
Суп гороховый	0				
Голубцы ленивые со сметанным соусом	200/30	11,39	9,36	19,28	265,0
Голубцы ленивые со сметанным соусом	0				
Голубцы ленивые со сметанным соусом	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				

Итого за обед	740	22,39	49,45	103,64	994,0
Полдник					
Королевская ватрушка	130	19	14,37	36,4	351,0
Королевская ватрушка	0				
Королевская ватрушка	0				
Фрукт	0				
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,3
Фрукт	0				
Конфета шокол.	25	0,15	0,02	1,45	7,0
Конфета шокол.	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Итого за полдник	615	20,71	14,83	72,33	505,3
Ужин					
Рыба запеч. в омлете	0				
Рыба запеч. в омлете	70/40	11,04	6,15	2,57	137,0
Рыба запеч. в омлете	0				
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	9,16	17,99	173,0
Картофельное пюре с маслом сливочным	0				
Картофельное пюре с маслом сливочным	0				
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	13,95	56,0
Чай с сахаром	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	510	18,07	16,79	60,21	491,0
Второй ужин					
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2730	86,64	109,5	364,92	2 780,8

МЕНЮ

2 день (вторник) Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Завтрак			ККАЛ
Каша жидкая молочная из манной крупы	0				
Каша жидкая молочная из манной крупы	180		4,89	8,14	24,62
Каша жидкая молочная из манной крупы	0				191,0
Батон с сыром и маслом	40/10/10		5,4	12,36	20,65
Батон с сыром и маслом	0				151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Какао с молоком	200		4,08	3,54	17,58
Какао с молоком	0				119,0
Итого за завтрак	440		14,18	18,69	56
Второй завтрак					
Сок фруктовый	200		1		20,2
вафли	25		2,8	7,55	15,08
вафли	0				129,0
Итого за второй завтрак	225		3,8	7,55	36
Обед					
свекла припущен.	60		0,24	0,12	6,9
свекла припущен.	0				29,0
свекла припущен.	0				
Щи с рыбными консервами	200		1,41	3,96	6,32
Щи с рыбными консервами	0				72,0
Щи с рыбными консервами	0				
Котлеты куриные	80		12	17,6	10,41
Котлеты куриные	0				250,0
Котлеты куриные	0				
Макаронные изделия отварные	130		4,78	3,91	22,92
Макаронные изделия отварные	0				146,0
Макаронные изделия отварные	0				
Соус осн.кр.	50		0,14	0,96	0,38
Соус осн.кр.	0				10,0
Соус осн.кр.	0				
Хлеб бел/рж	25/25		3,86	1,46	25,7
					125,0

Хлеб бел/рж	0								
Хлеб бел/рж	0								
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09				32,01		133,0
Компот из смеси сухофруктов	0								
Компот из смеси сухофруктов	0								
Итого за обед	770	23,09	28,1				104,64		765,0
Полдник									
Блины (со стуженном молоком)	0								
Блины с сгущ. молок.	0								
Блины с сгущ. молок.	70/25	6,9	5,13				55,17		227,0
Фрукт	260	1,56	0,26				15,08		69,3
Фрукт	0								
Валитек	200						19,4		78,0
Яйца вареные	1 шт.	5,08	4,6				0,28		63,0
Итого за полдник	595	13,54	9,99				89,93		437,0
Ужин									
Сосиски отварные	70	7,06	19,8				0,32		208,0
Сосиски отварные	0								
Сосиски отварные	0								
Овощи тушёные	200	4,13	6,48				18,85		151,0
Овощи тушёные	0								
Овощи тушёные	0								
Кисель	200	0,1	0,1				23,79		115,0
Кисель	0								
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46				25,7		125,0
Хлеб бел/рж	0								
Хлеб бел/рж	0								
Итого за ужин	520	15,15	27,84				68,66		599,0
Второй ужин									
Снежок	0								
Снежок	200	5,6	5				22		156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0				22		156,0
Итого за день	2750	75,36	97,17				377,23		2 542,3

МЕНЮ

3 день (среда) Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Завтрак	Б	Ж	У
Каша вязкая молочная геркулесовая	180		6,24	9,08	49,71
Каша вязкая молочная геркулесовая	0				
Каша вязкая молочная геркулесовая	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10		5,4	12,36	20,65
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	15,95
Итого за завтрак	440		14,62	18,77	79,46
Второй завтрак					
Печенье	25		2,88	4,0	17,75
Печенье	0				
Сок фруктовый	200		1		20,2
Итого за второй завтрак	225		3,88	4,0	37,95
Обед					
Икра кабачковая	60		0,24	0,12	6,9
Свекольник на м/к бул.	200		1,62	4,01	10,75
Свекольник на м/к бул.	0				
Свекольник на м/к бул.	0				
Плов из говядины	200		16,49	16,89	26,02
Плов из говядины	0				
Плов из говядины	0				
Компот из смеси сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25		3,86	1,46	25,7
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	710		22,87	22,57	101,38
Полдник					
Запеканка из творога с морковью с сгущ.молоч	150/25		11,03	9,83	31,71
Запеканка из творога с морковью с сгущ.молоч	0				
Запеканка из творога с морковью с сгущ.молоч	0				
Фрукт	260		1,56	0,26	15,08
Итого за день					703,0
Итого за день					259,0
Итого за день					69,0

Фрукт		0					
Валитек		200				19,4	78,0
Итого за полдник		635	12,59	10,09		66,19	406,0
ужин							
Биточки рыбные		70	7,09	8,43		8,72	140,0
Биточки рыбные		0					
Биточки рыбные		0					
Капуста тушеная (свежая)		80	1,63	2,94		6,31	62,0
Капуста тушеная (свежая)		0					
Капуста тушеная (свежая)		0					
Картофель запечённый		130	2,98	11,4		24,19	211,9
Картофель запечённый		0					
Картофель запечённый		0					
Чай с сахаром		0					
Чай с сахаром		200	0,07	0,02		13,95	56,0
Хлеб бел/рж		25/25	3,86	1,46		25,7	125,0
Хлеб бел/рж		0					
Хлеб бел/рж		0					
Итого за ужин		530	15,63	24,25		78,87	594,9
Второй ужин							
Снежок		200	5,6	5		22	156,0
Итого за второй ужин		200	5,6	5,0		22	156,0
Итого за день		2740	75,19	84,68		385,85	2 525,4

МЕНЮ

4 день (четверг) Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
Каша молоч. 'Дружба'	0				
Каша молоч. 'Дружба'	180	5,21	9,58	28,7	223,0
Каша молоч. 'Дружба'	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,0
Какао с молоком	0				
Какао с молоком	0				
Итого за завтрак	440	14,5	20,13	60,08	403,0
Второй завтрак					
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
вафли	25	2,8	7,55	15,08	129,0
вафли	0				
Итого за второй завтрак	225	3,8	7,55	36	214,0
Обед					
Кукуруза консервир.	80	1,73	1,47	3,29	33,0
Кукуруза консервир.	0				
Кукуруза консервир.	0				
Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бул.	200	2,15	2,27	13,96	95,0
Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бул	0				
Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бул	0				
Зразы с яйцом	100	6,97	9,25	11,42	168,0
Зразы с яйцом	0				
Зразы с яйцом	0				
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	9,16	17,99	173,0
Картофельное пюре с маслом сливочным	0				
Картофельное пюре с маслом сливочным	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				

Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	830	18,61	24,66	104,75	737,0
Полдник					
Булочка московская	60	5,01	5,22	26,91	145,0
Булочка московская	0				
Булочка московская	0				
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,0
Фрукт	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Итого за полдник	520	6,57	5,48	61,39	292,0
Ужин					
Сосиски отварные	70	7,06	19,8	0,32	208,0
Сосиски отварные	0				
Овощи тушеные	200	4,13	6,48	18,85	151,0
Рис отварной	50	1,22	1,79	12,23	70,0
Рис отварной	0				
Рис отварной	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	200	0,1	0,1	23,79	115,0
Кисель	0				
Кисель	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	620	16,51	30,59	81,27	679,0
Второй ужин					
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2835	65,59	90,11	365,49	2 481,0

5 день (пятница)
Столовая

Наименование		Дети-сироты 3-7 лет				
		Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,14	3,06	39,06	199,8	
Суп молочный с макаронными изделиями	0					
Суп молочный с макаронными изделиями	0					
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9	
Батон с сыром и маслом	0					
Батон с сыром и маслом	0					
Кофейный напиток с молоком	0					
Кофейный напиток с молоком	0					
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,0	
Итого за завтрак	440	12,71	18,1	75,66	452,7	
Второй завтрак						
Печенье	25	2,88	4,0	17,75	112,5	
Печенье	0					
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0	
Итого за второй завтрак	225	3,88	4,0	37,95	197,5	
Обед						
Морковь припущен.	60	0,24	0,12	6,9	29,0	
Борщ с капустой и картофелем на м/к бул	0					
Борщ с капустой и картофелем на м/к бул	200	1,44	3,9	8,7	84,0	
Борщ с капустой и картофелем на м/к бул	0					
Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,0	
Гуляш из говядины	0					
Гуляш из говядины	0					
Каша гречневая рассыпч.	130	7,19	7,76	32,39	228,0	
Каша гречневая рассыпч.	0					
Каша гречневая рассыпч.	0					
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0	
Компот из смеси сухофруктов	0					
Компот из смеси сухофруктов	0					
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0	
Хлеб бел/рж	0					
Хлеб бел/рж	0					

Итого за обед		740	Полдник	27,94	30,12	108,59	820,0
Сырники из творога с сгущ.молок.		130/25		22,31	25,76	14,44	378,0
Сырники из творога с сгущ.молок.		0					
Сырники из творога с сгущ. молок.		0					
Фрукт		260		1,56	0,26	15,08	69,0
Фрукт		0					
Валитек		200				19,4	78,0
Итого за полдник		615	Ужин	23,87	26,02	48,92	525,0
Рыба по польски суфле		70		8,59	4,78	2	87,0
Рыба по польски суфле		0					
Рыба по польски суфле		0					
Тушёный картофель		200		4,18	14,1	28,14	260,0
Тушёный картофель		0					
Тушёный картофель		0					
Чай с сахаром		200		0,07	0,02	13,95	56,0
Чай с сахаром		0					
Хлеб бел/рж		25/25		3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж		0					
Хлеб бел/рж		0					
Итого за ужин		520	Второй ужин	17,33	20,36	69,79	528,0
Снежок		200		5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин		200		5,6	5,0	22	156,0
Итого за день		2740		91,33	103,6	362,91	2 679,2

МЕНЮ

6 день (суббота) Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет			
	Выход (г)	Завтрак		
Каша жидкая молоч. пшеничная	180	7,41	9,48	37,99
Каша жидкая молоч пшеничная	0			267,0
Каша жидкая молоч. пшеничная	0			
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65
Батон с сыром и маслом	0			151,9
Батон с сыром и маслом	0			
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58
Какао с молоком	0			119,0
Итого за завтрак	440	16,89	25,38	76,22
Второй завтрак				
Сок фруктовый	200	1		20,2
вафли	25	2,8	7,55	15,08
вафли	0			
Итого за второй завтрак	225	3,8	7,55	36
Обед				
Свекла припущен.	60	0,24	0,12	6,9
Суп картофельный с клецками на м/к бул	200	2,85	3,67	15,03
Суп картофельный с клецками на м/к бул	0			
Суп картофельный с клецками на м/к бул	0			
Суфле из мяса	80	7,3	5,54	6,19
Суфле из мяса	0			114,0
Суфле из мяса	0			
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	9,16	17,99
Картофельное пюре с маслом сливочным	0			173,0
Картофельное пюре с маслом сливочным	0			
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38
Соус осн.кр.	0			10,0
Соус осн.кр.	0			
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01
Компот из смеси сухофруктов	0			133,0
Компот из смеси сухофруктов	0			
Итого за обед	1015	21,14	30,39	114,0
Ужин				
Суп картофельный с клецками на м/к бул	200	2,85	3,67	15,03
Суп картофельный с клецками на м/к бул	0			
Суп картофельный с клецками на м/к бул	0			
Суфле из мяса	80	7,3	5,54	6,19
Суфле из мяса	0			114,0
Суфле из мяса	0			
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	9,16	17,99
Картофельное пюре с маслом сливочным	0			173,0
Картофельное пюре с маслом сливочным	0			
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38
Соус осн.кр.	0			10,0
Соус осн.кр.	0			
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01
Компот из смеси сухофруктов	0			133,0
Компот из смеси сухофруктов	0			
Итого за ужин	1015	21,14	30,39	114,0
Итого за день	2680	41,83	63,32	214,0

Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	790	18,15	21,0	104,2	699,0
Полдник					
Омлет натуральный	70	6,51	11,59	1,23	135,0
Омлет натуральный	0				
Омлет натуральный	0				
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,0
Фрукт	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Хлеб бел/рж	25/0	1,93	0,73	12,85	62,5
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за полдник	555	10	12,58	48,56	344,4
Ужин					
Фрикадельки рыбные	70	5,85	2,1	5,7	65,0
Фрикадельки рыбные	0				
Фрикадельки рыбные	0				
Гороховое пюре	130	11,25	5,65	28,91	211,0
Гороховое пюре	0				
Гороховое пюре	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Кисель	200	0,1	0,1	23,79	115,0
Кисель	0				
Хлеб бел/рж	0/25	1,93	0,73	12,85	62,5
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	475	19,27	9,54	71,63	463,5
Второй ужин					
Снежок	0				
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2685	73,71	81,05	358,61	2 414,8

МЕНЮ

7 день (воскресенье) Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
Каша вязкая молочная кукурузная	180	6,24	9,08	49,71	306,0
Каша вязкая молочная кукурузная	0				
Каша вязкая молочная кукурузная	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,0
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Итого за завтрак	440	14,81	24,12	86,31	558,9
Второй завтрак					
Печенье	25	2,88	4,0	17,75	112,5
Печенье	0				
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
Итого за второй завтрак	225	3,88	4,0	37,95	197,5
Обед					
Горошек зелёный	60	0,24	0,12	6,9	29,0
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	72,0
Щи из свежей капусты с картофелем	0				
Щи из свежей капусты с картофелем	0				
Жаркое по-домашнему с мясом	200	16,66	18,61	17,05	303,0
Жаркое по-домашнему с мясом	0				
Жаркое по-домашнему с мясом	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	710	22,83	24,24	87,98	662,0
Полдник					

Кух с стущ.молоч.	60	5,64	6,5	38,2	235,6
Кух с стущ.молоч	0				
Кух с стущ.молоч.	0				
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,0
Фрукт	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Итого за полдник	520	7,2	6,76	72,68	382,6
Ужин					
Суфле из печени	0				
Суфле из печени	0				
Суфле из печени	80	9,82	5,46	2,29	99,0
Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	146,0
Макаронные изделия отварные	0				
Макаронные изделия отварные	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	13,95	56,0
Чай с сахаром	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	510	18,67	11,81	65,24	436,0
Второй ужин					
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2605	72,99	75,93	372,16	2 393,0

МЕНЮ

8 день (понедельник)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Завтрак			
		Б	Ж	У	ККАЛ
Каша вязкая молочная геркулесовая	180	6,24	9,08	49,71	306,0
Каша вязкая молочная геркулесовая	0				
Каша вязкая молочная геркулесовая	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,0
Какао с молоком	0				
Какао с молоком	0				
Итого за завтрак	440	15,72	24,98	87,94	576,9
Второй завтрак					
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
вафли	25	2,8	7,55	15,08	129,0
вафли	0				
Итого за второй завтрак	225	3,8	7,55	36	214,0
Обед					
Салат луковый	60	0,24	0,12	6,9	29,0
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7,4	5,8	13,2	135,6
Суп картофельный с мясными фрикадельками	0				
Суп картофельный с мясными фрикадельками	0				
Запеканка капустная с мясом	200	4,87	8,96	17,69	169,0
Запеканка капустная с мясом	0				
Запеканка капустная с мясом	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	760	16,45	17,39	95,88	601,6

Полдник						
Пудинг из творога с стущ. молок.	130/25	16,83	13,17	43,1	358,0	
Пудинг из творога с стущ. молок.	0					
Пудинг из творога с стущ. молок.	0					
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,3	
Фрукт	0					
Конфета шокол.	25	0,15	0,02	1,45	7,0	
Конфета шокол.	0					
Валитек	200			19,4	78,0	
Итого за полдник	640	18,54	13,45	79,03	512,0	
Ужин						
Рыба под маринадом	70/40	10,06	2,23	2,35	70,4	
Рыба под маринадом	0					
Рыба под маринадом	0					
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	9,16	17,99	173,0	
Картофельное пюре с маслом сливочным	0					
Картофельное пюре с маслом сливочным	0					
Кисель	200	0,1	0,1	23,79	115,0	
Кисель	0					
Кисель	0					
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0	
Хлеб бел/рж	0					
Хлеб бел/рж	0					
Итого за ужин	510	17,12	12,95	69,83	483,4	
Второй ужин						
Снежок	200	5,6	5	22	156,0	
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0	
Итого за день	2775	77,32	81,32	390,68	2 543,9	

МЕНЮ

9 день (вторник) Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
Каша жидкая молочная из манной крупы	0				
Каша жидкая молочная из манной крупы	180	4,89	8,14	24,62	191,0
Каша жидкая молочная из манной крупы	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,0
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Итого за завтрак	440	13,46	23,18	61,22	443,9
Второй завтрак					
Печенье	25	2,88	4,0	17,75	112,5
Печенье	0				
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
Итого за второй завтрак	225	3,88	4,0	37,95	197,5
Обед					
Икра кабачковая	60	0,24	0,12	6,9	29,0
Свекольник на кур. бул.	200	1,62	4,01	10,75	94,0
Свекольник на кур. бул.	0				
Свекольник на кур. бул.	0				
Картофельная запеканка с куриц.	200	19,6	14,0	21,8	286,2
Картофельная запеканка с куриц.	0				
Картофельная запеканка с куриц.	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	760	24,5	23,62	97,54	679,0
Полдник					

Пирожок с капустой	100	6,95	8,1	35,77	231,5
Пирожок с капустой	0				
Пирожок с капустой	0				
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,0
Валитек	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Итого за полдник	560	8,51	8,36	70,25	378,5
Ужин					
Сосиски отварные	70	7,06	19,8	0,32	208,0
Сосиски отварные	0				
Каша пшеничная	130	4,58	5,01	20,52	146,0
Каша пшеничная	0				
Каша пшеничная	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	13,95	56,0
Чай с сахаром	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	500	15,71	27,25	60,87	545,0
Второй ужин					
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2685	71,66	91,41	349,83	2 399,9

10 день (среда)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Завтрак	Ю	Ж	У
Кулеш пшённый молоч.	180	6,44		10,05	31,76
Кулеш пшённый молоч.	0				
Кулеш пшённый молоч.	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4		12,36	20,65
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Какао с молоком	200	4,08		3,54	17,58
Какао с молоком	0				
Итого за завтрак	440	15,92		25,95	69,99
Второй завтрак					
Сок фруктовый	200	1			20,2
вафли	25	2,8		7,55	15,08
вафли	0				
Итого за второй завтрак	225	3,8		7,55	36
Обед					
Кукуруза консервир.	80	1,73		1,47	3,29
Кукуруза консервир.	0				
Кукуруза консервир.	0				
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41		3,96	6,32
Щи из свежей капусты с картофелем	0				
Щи из свежей капусты с картофелем	0				
Плов из говядины	200	17,42		16,89	26,02
Плов из говядины	0				
Плов из говядины	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66		0,09	32,01
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86		1,46	25,7
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	730	25,08		23,87	93,34
Полдник					685,0

Сырники из творога с сгущ.молок.	130,25	22,31	25,76	14,44	378,0
Сырники из творога с сгущ.молок.	0				
Сырники из творога с сгущ. молок.	0				
Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,0
Фрукт	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Итого за полдник	615	23,87	26,02	48,92	525,0
Ужин					
Котлеты рыбные (минтай)	70	8,27	9,84	10,17	163,0
Капуста тушеная (белокачанная)	200	4,13	6,47	18,85	150,0
Капуста тушеная (белокачанная)	0				
Капуста тушеная (белокачанная)	0				
Кисель	200	0,1	0,1	23,79	115,0
Кисель	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	520	16,36	17,87	78,51	553,0
Второй ужин					
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2730	90,63	106,26	348,76	2 647,0

МЕНЮ

11 день (четверг)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Завтрак	Б	Ж	У
Каша гречневая с молоком	180	7,41		9,48	37,99
Каша гречневая с молоком	0				
Каша гречневая с молоком	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4		12,36	20,65
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Кофейный напиток с молоком	200	3,17		2,68	15,95
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Итого за завтрак	440	15,98		24,52	74,59
Второй завтрак					
Печенье	25	2,88		4,0	17,75
Сок фруктовый	200	1			20,2
Итого за второй завтрак	225	3,88		4,0	37,95
Обед					
Морковь припущен.	60	0,24		0,12	6,9
Суп рассольник на м/к бул.	200	1,61		4,07	9,58
Суп рассольник на м/к бул.	0				
Суп рассольник на м/к бул.	0				
Овощное рагу с мясом	200	14,0		16,0	18,85
Овощное рагу с мясом	0				
Овощное рагу с мясом	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66		0,09	32,01
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86		1,46	25,7
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	710	20,37		21,74	93,04
Полдник					
Блины (со стуженном молоком)	0				
Блины с стущ. молок.	0				
Блины с стущ. молок.	70/25	6,9		5,13	55,17
Итого за день					227,0

ККАЛ

Фрукт	260	1,56	0,26	15,08	69,3
Фрукт	0				
Валитек	200			19,4	78,0
Яйца вареные	1 шт.	5,08	4,6	0,28	63,0
Итого за полдник	595	13,54	9,99	89,93	437,0
Ужин					
Сосиски отварные	70	7,06	19,8	0,32	208,0
Сосиски отварные	0				
Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	146,0
Макаронные изделия отварные	0				
Макаронные изделия отварные	0				
Соус осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0				
Соус осн.кр.	0				
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	13,95	56,0
Чай с сахаром	0				
Чай с сахаром	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за ужин	500	15,91	26,15	63,27	545,0
Второй ужин					
Снежок	200	5,6	5	22	156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0	22	156,0
Итого за день	2670	75,28	91,4	380,78	2 409,4

МЕНЮ

12 день (пятница)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет					
	Выход (г)	Завтрак	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	180		5,04	4,86	13,86	149,7
Суп молочный с макаронными изделиями	0					
Суп молочный с макаронными изделиями	0					
Батон с сыром и маслом	40/10/10		5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0					
Батон с сыром и маслом	0					
Какао с молоком	200		4,08	3,54	17,58	119,0
Какао с молоком	0					
Итого за завтрак	440		14,52	20,76	52,09	420,6
Второй завтрак						
Сок фруктовый	200		1		20,2	85,0
вафли	25		2,8	7,55	15,08	129,0
вафли	0					
Итого за второй завтрак	225		3,8	7,55	36	214,0
Обед						
Горошек зелёный	60		0,24	0,12	6,9	29,0
Суп картофельный с клецками на м/к бул	200		2,85	3,67	15,03	115,0
Суп картофельный с клецками на м/к бул	0					
Суп картофельный с клецками на м/к бул	0					
Суфле из мяса	80		11,52	8,16	3,6	134,6
Суфле из мяса	0					
Суфле из мяса	0					
Картофельное пюре с маслом сливочным	150		3,1	9,16	17,99	173,0
Картофельное пюре с маслом сливочным	0					
Картофельное пюре с маслом сливочным	0					
Соус осн.кр.	50		0,14	0,96	0,38	10,0
Соус осн.кр.	0					
Соус осн.кр.	0					
Компот из смеси сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0					
Компот из смеси сухофруктов	0					
Хлеб бел./рж	25/25		3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел./рж	0					
Хлеб бел./рж	0					
Итого за обед	790		22,37	23,62	101,61	719,6
Полдник						
Ватрушка с творогом	80		9,83	9,68	31,13	215,0
Ватрушка с творогом	0					
Ватрушка с творогом	0					
Фрукт	260		1,56	0,26	15,08	69,0

Фрукт	0								
Валитек	200							19,4	78,0
Итого за полдник	540	Ужин	11,39	9,94				65,61	362,0
Тефтели рыбные	70		4,96	4,83				7,06	92,0
Тефтели рыбные	0								
Тефтели рыбные	0								
Каша гречневая рассыпч.	130		7,19	7,76				32,39	228,0
Каша гречневая рассыпч.	0								
Каша гречневая рассыпч.	0								
Соус осн.кр.	50		0,14	0,96				0,38	10,0
Соус осн.кр.	0								
Соус осн.кр.	0								
Кисель	200		0,14	0,12				23,79	115,0
Кисель	0								
Кисель	0								
Хлеб бел/рж	25/25		3,86	1,46				25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0								
Хлеб бел/рж	0								
Итого за ужин	500	Второй ужин	16,29	15,13				89,32	570,0
Снежок	200		5,6	5				22	156,0
Итого за второй ужин	200		5,6	5,0				22	156,0
Итого за день	2695		73,97	82				366,63	2 442,2

МЕНЮ

13 день (суббота)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
Каша жидкая молочная (рисовая, с маслом)	180	4,37	9,19	28,65	215,0
Каша жидкая молочная (рисовая, с маслом)	0				
Каша жидкая молочная (рисовая, с маслом)	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10				
Батон с сыром и маслом	0	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,0
Кофейный напиток с молоком	0				
Кофейный напиток с молоком	0				
Итого за завтрак	440	12,94	24,23	65,25	467,9
Второй завтрак					
Печенье	25	2,88	4,0	17,75	112,5
Печенье	0				
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
Итого за второй завтрак	225	3,88	4,0	37,95	197,5
Обед					
Огурцы соленные кус.	60	0,48	0,06	1,02	6,0
Огурцы соленные кус.	0				
Огурцы соленные кус.	0				
Борщ с капустой и картофелем на м/к бул	0				
Борщ с капустой и картофелем на м/к бул	200	1,44	3,94	8,74	84,0
Борщ с капустой и картофелем на м/к бул	0				
Гуляш из говядины	80	14,55	16,79	2,89	221,0
Гуляш из говядины	0				
Гуляш из говядины	0				
Гороховое пюре	130	11,25	5,65	28,91	211,0
Гороховое пюре	0				

Гороховое пюре	0						
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09		32,01		133,0
Компот из смеси сухофруктов	0						
Компот из смеси сухофруктов	0						
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46		25,7		125,0
Хлеб бел/рж	0						
Хлеб бел/рж	0						
Итого за обед	720	32,24	27,99		99,27		780,0
Полдник							
Шанежка с картофелем	80	4,95	8,56		44,25		220,0
Шанежка с картофелем	0						
Шанежка с картофелем	0						
Фрукт	260	1,56	0,26		15,08		69,0
Фрукт	0						
Валитек	200				19,4		78,0
Итого за полдник	540	6,51	8,82		78,73		367,0
Ужин							
Овощное рагу с мясом	230	4,75	7,45		21,68		174,0
Овощное рагу с мясом	0						
Овощное рагу с мясом	0						
Яйца варенные	1 шт.	5,08	4,6		0,28		63,0
Чай с сахаром	200	0,07	0,02		13,95		56,0
Чай с сахаром	0						
Чай с сахаром	0						
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46		25,7		125,0
Хлеб бел/рж	0						
Хлеб бел/рж	0						
Итого за ужин	520	13,76	13,53		61,61		418,0
Второй ужин							
Снежок	200	5,6	5		22		156,0
Итого за второй ужин	200	5,6	5,0		22		156,0
Итого за день	2645	74,93	83,57		364,81		2 386,4

МЕНЮ

14 день (воскресенье)

Столовая

Список диет: Все

Наименование	Дети-сироты 3-7 лет				
	Выход (г)	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
Каша вязкая молочная кукурузная	180	6,24	9,08	49,71	306,0
Каша вязкая молочная кукурузная	0				
Каша вязкая молочная кукурузная	0				
Батон с сыром и маслом	40/10/10	5,4	12,36	20,65	151,9
Батон с сыром и маслом	0				
Батон с сыром и маслом	0				
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,0
Какао с молоком	0				
Какао с молоком	0				
Итого за завтрак	440	15,72	24,98	87,94	576,9
Второй завтрак					
Сок фруктовый	200	1		20,2	85,0
вафли	25	2,8	7,55	15,08	129,0
вафли	0				
Итого за второй завтрак	225	3,8	7,55	36	214,0
Обед					
Икра кабачковая	60	0,24	0,12	6,9	29,0
Суп картофельный с яичными хлопьями на кур. бул	200	1,87	2,26	13,5	91,0
Картофельная запеканка с куриц.	200	19,6	16,78	21,8	286,2
Картофельная запеканка с куриц.	0				
Картофельная запеканка с куриц.	0				
Совс осн.кр.	50	0,14	0,96	0,38	10,0
Совс осн.кр.	0				
Совс осн.кр.	0				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,0
Компот из смеси сухофруктов	0				
Компот из смеси сухофруктов	0				
Хлеб бел/рж	25/25	3,86	1,46	25,7	125,0
Хлеб бел/рж	0				
Хлеб бел/рж	0				
Итого за обед	760	26,37	21,67	100,29	674,2
Полдник					
Пирожок с морковью	100	7,1	9,88	30,88	234,0

Пирожок с морковью	0								
Пирожок с морковью	0								
Фрукт	260		1,56		0,26		15,08		69,0
Фрукт	0								
Валитек	200						19,4		78,0
Итого за полдник	560	8,66		10,14		65,36			381,0
Ужин									
Суфле из печени	100	12,28		6,83		2,86			124,0
Суфле из печени	0								
Суфле из печени	0								
Рис отварной	130	3,16		4,65		31,8			182,0
Рис отварной	0								
Рис отварной	0								
Соус осн.кр.	50	0,14		0,96		0,38			10,0
Соус осн.кр.	0								
Соус осн.кр.	0								
Капуста тушеная (белокачанная)	60	1,24		1,94		5,66			45,0
Капуста тушеная (белокачанная)	0								
Капуста тушеная (белокачанная)	0								
Кисель	200	0,1		0,1		23,79			115,0
Кисель	0								
Хлеб бел/рж	25/25	3,86		1,46		25,7			125,0
Хлеб бел/рж	0								
Хлеб бел/рж	0								
Итого за ужин	590	20,78		15,94		90,19			601,0
Второй ужин									
Снежок	200	5,6		5		22			156,0
Итого за второй ужин	200	5,6		5,0		22			156,0
Итого за день	2775	80,9		85,28		401,77			2 603,1
Средние значения за 14 дней		77,48		90,05		370,35			2 514,3