

УТВЕРЖДАЮ

Н.А. Загорнова

03 сентября 2016 г.



Примерное 10-ти дневное меню

по организации горячего питания Детей

в возрасте от 1-3 лет

(весенне-летний период)

Меню составлено в соответствии с СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ  
(2-х недельное)**

Заведующая

УТВЕРЖДАЮ  
Исполнительный директор  
Горднова Н.А.



Сезон: **Весенне-летний**  
Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**  
Диета:

**Меню на 1 неделю понедельник**

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
	<b>Завтрак</b>												
15Ф0031	Макаронны отварные	110	1,48	2,94	7,59	63	0,01	0,01				2,39	0,29
15/Ф006	Кондитерские изделия	30	2,12	3,11	6,44	62	0,02	0,01				7,66	0,55
15/Ф006	Чай с сахаром	150			13,62	54						0,32	0,04
5Ф00326	Яйца вареные	1/2 шт.	2,39	2,02	0,13	28	0,01	0,07				9,68	0,44
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>310</b>	<b>5,99</b>	<b>8,07</b>	<b>27,78</b>	<b>207</b>	<b>0,04</b>	<b>0,09</b>				<b>20,05</b>	<b>1,32</b>
	<b>Второй завтрак</b>												
002	Сок фруктовый	100	0,6	0,6	14,7	66	0,05	0,03			15	24	3,3
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>66</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>			<b>15</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>
	<b>Обед</b>												
15/078	Суп крестьянский на мясном бульоне	200	1,5	3,49	9,92	77	0,06	0,05		5	18,28	0,57	
15/Ф005	Пюре картофельное	150	3,71	4,34	21,41	139	0,13	0,13		10,7	61,37	1,05	
15Ф0045	Котлеты, биточки	70	14,54	10	5,38	170	0,06	0,16		0,48	46,42	1,31	
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44						0,21	0,03
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>620</b>	<b>23,98</b>	<b>18,51</b>	<b>70,64</b>	<b>547</b>	<b>0,25</b>	<b>0,34</b>		<b>16,18</b>	<b>126,28</b>	<b>2,96</b>	
	<b>Полдник</b>												
Ф00635	Раженка	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,2		0,45	186	0,15	
15/Ф000	Бутерброды с джемом	50	1,69	0,28	19,26	86	0,04	0,02		0,19	9,68	1,04	
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>200</b>	<b>6,04</b>	<b>4,03</b>	<b>25,56</b>	<b>162</b>	<b>0,07</b>	<b>0,22</b>		<b>0,64</b>	<b>195,68</b>	<b>1,19</b>	
	<b>Итого</b>		<b>36,61</b>	<b>31,21</b>	<b>138,68</b>	<b>982</b>	<b>0,41</b>	<b>0,68</b>		<b>31,82</b>	<b>366</b>	<b>8,76</b>	

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ  
(2-х недельное)

Заведующая

Заронова Н.А.



Сезон: Весенне-летний  
Категория: Дети от 1 года до 3-х лет  
Диета:

Меню на 1 неделю вторник

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
15/0185	Завтрак Каша молочная жидкая "Геркулес" Бутерброды с маслом Кофейный напиток с молоком	150	5	7,22	16,1	149	0,09	0,18	0,68	144,85	0,55		
15Ф0000		27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02		4,8	0,36		
15Ф0062		150	3,42	3,66	16,46	112	0,04	0,16	0,68	137,49	0,1		
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>327</b>	<b>9,9</b>	<b>16,62</b>	<b>42,36</b>	<b>358</b>	<b>0,15</b>	<b>0,36</b>	<b>1,36</b>	<b>287,14</b>	<b>1,01</b>		
5/0399	Фрукты	100	0,5		10,1	43			2				
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>		<b>10,1</b>	<b>43</b>			<b>2</b>				
15/Ф000	Обед Щи из свежей капусты с картофелем Компот из лимонов Каша гречневая рассыпчатая Куры отварные	200	2,18	3,53	11,61	87	0,06	0,06	12,2	35,09	0,77		
15Ф0059		150	0,12	0,02	15,54	63	0,01	0,01	2,28	4,91	0,06		
15/0313		85	2,4	3,33	11,34	85	0,06	0,03		4,84	1,17		
15		50	18,08	13,6		195	0,32	0,1		26,4	1,28		
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>545</b>	<b>27,01</b>	<b>21,16</b>	<b>61,52</b>	<b>546</b>	<b>0,45</b>	<b>0,2</b>	<b>14,48</b>	<b>71,24</b>	<b>3,28</b>		
0400	Полдник Молоко кипячёное Выпечка	150	5,09	4,53	8,42	95			2,27				
15/Ф005		70	3,64	6,26	26,96	179	0,06	0,03		9,9	0,65		
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>220</b>	<b>8,73</b>	<b>10,79</b>	<b>35,38</b>	<b>274</b>	<b>0,06</b>	<b>0,03</b>	<b>2,27</b>	<b>9,9</b>	<b>0,65</b>		
	<b>Итого</b>		<b>46,13</b>	<b>48,57</b>	<b>149,35</b>	<b>1 221</b>	<b>0,66</b>	<b>0,59</b>	<b>20,11</b>	<b>368,28</b>	<b>4,94</b>		

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ**  
(2-х недельное)

Заведующая

Зайкина Н.А.



Сезон: **Весенне-летний**  
Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**  
Диета:

**Меню на 1 неделю средн**

№ рецепта	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe			
	<b>Завтрак</b>													
15Ф0036	Запеканка из творога	120	15,86	11,45	20,17	247	0,06	0,26	0,42	202	0,58			
15Ф0000	Бутерброды с маслом	27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02		4,8	0,36			
5/Ф0061	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	4,93	20			0,41	2,23	0,12			
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>297</b>	<b>17,39</b>	<b>17,2</b>	<b>34,9</b>	<b>364</b>	<b>0,08</b>	<b>0,28</b>	<b>0,83</b>	<b>209,03</b>	<b>1,06</b>			
	<b>Второй завтрак</b>													
5/004	Фрукты	100	1,4	0,3	12,1	64				90				
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>12,1</b>	<b>64</b>				<b>90</b>				
	<b>Обед</b>													
15/081	Суп картофельный с горохом	200	5,23	2,57	15,72	107	0,17	0,05	2,75	33,7	1,7			
15Ф0031	Макаронные отварные	90	1,21	2,41	6,21	52	0,01	0,01		1,96	0,24			
15Ф0045	Котлеты, биточки	70	14,54	10	5,38	170	0,06	0,16	0,48	46,42	1,31			
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03			
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70								
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47								
	<b>Всего в Обед</b>	<b>570</b>	<b>25,21</b>	<b>15,66</b>	<b>61,24</b>	<b>489</b>	<b>0,24</b>	<b>0,22</b>	<b>3,23</b>	<b>82,29</b>	<b>3,28</b>			
	<b>Полдник</b>													
15Ф0000	Бутерброды с сыром	35	2,25	1,7	10,16	65	0,02	0,02	0,04	32,78	0,37			
15Ф0062	Какао с молоком	150	4,14	4,25	20,3	136	0,04	0,18	0,73	149,07	0,37			
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>185</b>	<b>6,39</b>	<b>5,95</b>	<b>30,46</b>	<b>201</b>	<b>0,06</b>	<b>0,2</b>	<b>0,77</b>	<b>181,85</b>	<b>0,74</b>			
	<b>Итого</b>		<b>50,39</b>	<b>39,1</b>	<b>138,69</b>	<b>1118</b>	<b>0,38</b>	<b>0,7</b>	<b>94,83</b>	<b>473,17</b>	<b>5,08</b>			

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ  
(2-х недельное)**



Сезон: **Весенне-летний**  
 Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**  
 Диетета:

**Меню на 1 неделю четверг**

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
	<b>Завтрак</b>												
15Ф0062	Кофейный напиток с молоком	150	3,42	3,66	16,46	112	0,04	0,16	0,68	137,49	0,1		
15Ф068	Каша манная молочная	150	4,91	6,54	18,45	152	0,05	0,17	0,68	143,86	0,23		
15Ф0000	Бутерброды с маслом	27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02		4,8	0,36		
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>327</b>	<b>9,81</b>	<b>15,94</b>	<b>44,71</b>	<b>361</b>	<b>0,11</b>	<b>0,35</b>	<b>1,36</b>	<b>286,15</b>	<b>0,69</b>		
	<b>Второй завтрак</b>												
002	Фрукты	100	0,6	0,6	14,7	66	0,05	0,03	15	24	3,3		
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>66</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>15</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>		
	<b>Обед</b>												
15/Ф057	Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной	200	2,02	3,52	12,79	91	0,06	0,06	6,49	29,05	0,99		
15Ф0049	Плов из птицы	180	15,57	18,62	32,99	362	0,09	0,13	1,2	32,16	1,66		
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03		
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>590</b>	<b>21,82</b>	<b>22,82</b>	<b>79,71</b>	<b>613</b>	<b>0,15</b>	<b>0,19</b>	<b>7,69</b>	<b>61,42</b>	<b>2,68</b>		
	<b>Полдник</b>												
15,5	Выпечка	70	4,46	2,98	44,12	222	0,08	0,04	0,08	15,6	1,08		
Ф00617	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	6,64	27			1,33	8,79	0,2		
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>220</b>	<b>4,53</b>	<b>2,99</b>	<b>50,76</b>	<b>249</b>	<b>0,08</b>	<b>0,04</b>	<b>1,41</b>	<b>24,39</b>	<b>1,28</b>		
	<b>Итого</b>		<b>36,75</b>	<b>42,35</b>	<b>189,87</b>	<b>1 290</b>	<b>0,39</b>	<b>0,61</b>	<b>25,46</b>	<b>395,96</b>	<b>7,95</b>		

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ  
(2-х недельное)**

Заведующий: **Поршнева И.А.**



Сезон: **Весенне-летний**  
 Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**  
 Диета:

**Меню на 1 неделю пятница**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
15Ф0032	Завтрак Омлет натуральный	80	6,98	11,66	2,51	143	0,04	0,24	0,26	76,82	1,06		
15Ф0000	Бутерброды с маслом	27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02	4,8	0,36			
15Ф0062	Кофейный напиток с молоком	150	3,42	3,66	16,46	112	0,04	0,16	0,68	137,49	0,1		
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>257</b>	<b>11,88</b>	<b>21,06</b>	<b>28,77</b>	<b>352</b>	<b>0,1</b>	<b>0,42</b>	<b>0,94</b>	<b>219,11</b>	<b>1,52</b>		
0368	Второй завтрак Фрукты	100	0,6	0,45	15,45	69	0,05	0,05	7,5	28,5	3,45		
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,45</b>	<b>15,45</b>	<b>69</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>7,5</b>	<b>28,5</b>	<b>3,45</b>		
15/0376	Обед Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03		
15Ф0010	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	4,46	1,76	9,83	73	0,04	0,04	1,87	9,19	0,53		
5,15	Рыба запеченная с овощами	70	8,84	5,22	6,98	110	0,05	0,07	0,22	36,58	0,67		
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	40	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>480</b>	<b>17,53</b>	<b>7,66</b>	<b>50,74</b>	<b>343</b>	<b>0,09</b>	<b>0,11</b>	<b>2,09</b>	<b>45,98</b>	<b>1,23</b>		
15/Ф006	Полдник Кондитерские изделия	30	2,12	3,11	6,44	62	0,02	0,01		7,66	0,55		
5/0399	Сок фруктовый	150	0,75		15,15	64			3				
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>180</b>	<b>2,87</b>	<b>3,11</b>	<b>21,59</b>	<b>126</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>3</b>	<b>7,66</b>	<b>0,55</b>		
	<b>Итого</b>		<b>32,88</b>	<b>32,28</b>	<b>116,55</b>	<b>891</b>	<b>0,26</b>	<b>0,59</b>	<b>13,53</b>	<b>301,25</b>	<b>6,75</b>		

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ**  
(2-х недельное)



Сезон: **Весенне-летний**

Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**

Диета:

**Меню на 2 недели понедельник**

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
15/0313	Каша гречневая распылчатая	150	2,4	3,33	11,34	85	0,06	0,03			4,15	1,17	
15/ф006	Кондитерские изделия	30	2,12	3,11	6,44	62	0,02	0,01			7,66	0,55	
15/ф006	Чай с сахаром	150			13,62	54					0,32	0,04	
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>330</b>	<b>4,52</b>	<b>6,44</b>	<b>31,4</b>	<b>201</b>	<b>0,08</b>	<b>0,04</b>			<b>12,13</b>	<b>1,76</b>	
5/0399	Сок фруктовый	100	0,5		10,1	43							
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>		<b>10,1</b>	<b>43</b>							
15Ф0010	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	4,46	1,76	9,83	73	0,04	0,04		1,87	9,19	0,53	
15/ф005	Пюре картофельное	150	3,98	4,65	22,94	149	0,14	0,14		11,46	65,75	1,12	
15Ф0045	Котлеты, биточки	70	14,54	10	5,38	170	0,06	0,16		0,48	46,42	1,31	
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44					0,21	0,03	
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	40	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>650</b>	<b>27,21</b>	<b>17,09</b>	<b>72,08</b>	<b>552</b>	<b>0,24</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>121,57</b>	<b>2,99</b>	
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47							
15Ф0063	Раженка с сахаром	150	4,23	7,92	5,6	111	0,02	0,15		0,18	163,68	0,13	
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>170</b>	<b>5,82</b>	<b>8,12</b>	<b>15,27</b>	<b>158</b>	<b>0,02</b>	<b>0,15</b>		<b>0,18</b>	<b>163,68</b>	<b>0,13</b>	
	<b>Итого</b>		<b>38,05</b>	<b>31,65</b>	<b>128,85</b>	<b>954</b>	<b>0,34</b>	<b>0,53</b>		<b>15,99</b>	<b>297,38</b>	<b>4,88</b>	

Заведующая

Ветернова Н.А.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ  
(2-х недельное)**

Сезон: **Весенне-летний**  
Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**  
Диета:

**Меню на 2 неделю вторник**

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe	
150185	Завтрак Каша пшённая жидкая на молоке	150	5,61	6,99	21,33	171	0,09	0,17	0,68	142,74	0,55	
15Ф0000		27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02	0,68	4,8	0,36	
15Ф0062		150	3,42	3,66	16,46	112	0,04	0,16	0,68	137,49	0,1	
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>327</b>	<b>10,51</b>	<b>16,39</b>	<b>47,59</b>	<b>380</b>	<b>0,15</b>	<b>0,35</b>	<b>1,36</b>	<b>285,03</b>	<b>1,01</b>	
5/004	Фрукты	100	1,4	0,3	12,1	64			90			
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>12,1</b>	<b>64</b>			<b>90</b>			
15/Ф057	Обед Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной	200	2,02	3,52	12,79	91	0,06	0,06	6,49	29,05	0,99	
15/0168		85	1,95	3,67	17,74	112	0,02	0,02	0,46	11,97	0,36	
15		50	18,08	13,6		195	0,32	0,1		26,4	1,28	
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03	
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70						
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47						
	<b>Всего в Обед</b>	<b>545</b>	<b>26,28</b>	<b>21,47</b>	<b>64,46</b>	<b>558</b>	<b>0,4</b>	<b>0,18</b>	<b>6,95</b>	<b>67,63</b>	<b>2,66</b>	
15.5	Полдник Выпечка	70	4,46	2,98	44,12	222	0,08	0,04	0,08	15,6	1,08	
5Ф00629		150	3,44	3,06	5,69	64	0,05	0,18	1,54	142,2	0,12	
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>220</b>	<b>7,9</b>	<b>6,04</b>	<b>49,81</b>	<b>286</b>	<b>0,13</b>	<b>0,22</b>	<b>1,62</b>	<b>157,8</b>	<b>1,2</b>	
	<b>Итого</b>		<b>46,08</b>	<b>44,2</b>	<b>173,95</b>	<b>1 288</b>	<b>0,68</b>	<b>0,75</b>	<b>99,93</b>	<b>510,46</b>	<b>4,87</b>	





**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ**  
(2-х недельное)



©390Н: Весенне-летний

Категория: Дети от 1 года до 3-х лет

Диета:

Меню на 2 недели среда

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe			
	<b>Завтрак</b>													
15Ф0036	Запеканка из творога	120	15,86	11,45	20,17	247	0,06	0,26	0,42	202	0,58			
15Ф0000	Бутерброды с маслом	27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02		4,8	0,36			
15Ф0062	Кофейный напиток с молоком	150	3,42	3,66	16,46	112	0,04	0,16	0,68	137,49	0,1			
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>297</b>	<b>20,76</b>	<b>20,85</b>	<b>46,43</b>	<b>456</b>	<b>0,12</b>	<b>0,44</b>	<b>1,1</b>	<b>344,29</b>	<b>1,04</b>			
	<b>Второй завтрак</b>													
0368	Фрукты	100	0,6	0,45	15,45	69	0,05	0,05	7,5	28,5	3,45			
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,45</b>	<b>15,45</b>	<b>69</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>7,5</b>	<b>28,5</b>	<b>3,45</b>			
	<b>Обед</b>													
15/Ф007	Свекольник со сметаной	200	2,41	3,55	15,22	102	0,06	0,07	7,56	39,12	1,35			
15Ф0044	Жаркое по-домашнему	180	18,98	16,72	33,23	359	0,23	0,25	17,71	32,59	3,78			
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03			
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70								
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47								
	<b>Всего в Обед</b>	<b>590</b>	<b>25,62</b>	<b>20,95</b>	<b>82,38</b>	<b>621</b>	<b>0,29</b>	<b>0,32</b>	<b>25,27</b>	<b>71,92</b>	<b>5,16</b>			
	<b>Полдник</b>													
15Ф0000	Бутерброды с сыром	35	2,25	1,7	10,16	65	0,02	0,02	0,04	32,78	0,37			
15Ф0062	Какао с молоком	150	4,14	4,25	20,3	136	0,04	0,18	0,73	149,07	0,37			
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>185</b>	<b>6,39</b>	<b>5,95</b>	<b>30,46</b>	<b>201</b>	<b>0,06</b>	<b>0,2</b>	<b>0,77</b>	<b>181,85</b>	<b>0,74</b>			
	<b>Итого</b>		<b>53,37</b>	<b>48,2</b>	<b>174,72</b>	<b>1347</b>	<b>0,52</b>	<b>1,01</b>	<b>34,64</b>	<b>626,56</b>	<b>10,39</b>			

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ  
(2-х недельное)**

Сезон: **Весенне-летний**Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**

Диета:

Меню на 2 недели четверг



№ п/п	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
	<b>Завтрак</b>												
15Ф0168	Каша рисовая молочная	150	5,09	6,63	25,47	182	0,05	0,17	0,68	142,98	0,32		
15Ф0000	Бутерброды с маслом	27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02	0,73	4,8	0,36		
15Ф0062	Какао с молоком	150	4,14	4,25	20,3	136	0,04	0,18	0,73	149,07	0,37		
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>327</b>	<b>10,71</b>	<b>16,62</b>	<b>55,57</b>	<b>415</b>	<b>0,11</b>	<b>0,37</b>	<b>1,41</b>	<b>296,85</b>	<b>1,05</b>		
	<b>Второй завтрак</b>												
002	Сок фруктовый	100	0,6	0,6	14,7	66	0,05	0,03	15	24	3,3		
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>66</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>15</b>	<b>24</b>	<b>3,3</b>		
	<b>Обед</b>												
15Ф0011	Суп картофельный с мучными клецками	200	6,7	10,75	38,84	279	0,26	0,17	18,4	75,12	2,61		
15/0313	Каша гречневая рассыпчатая	85	2,4	3,33	11,34	85	0,06	0,03	0,48	4,84	1,17		
15Ф0045	Котлеты, биточки	70	14,54	10	5,38	170	0,06	0,16	0,48	46,42	1,31		
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03		
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>565</b>	<b>27,87</b>	<b>24,76</b>	<b>89,49</b>	<b>694</b>	<b>0,38</b>	<b>0,36</b>	<b>18,88</b>	<b>126,59</b>	<b>5,12</b>		
	<b>Полдник</b>												
15/Ф001	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,45	6,16	14,91	133	0,05	0,17	0,59	123,17	0,25		
0002	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,67	47							
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>170</b>	<b>6,04</b>	<b>6,36</b>	<b>24,58</b>	<b>180</b>	<b>0,05</b>	<b>0,17</b>	<b>0,59</b>	<b>123,17</b>	<b>0,25</b>		
	<b>Итого</b>		<b>45,22</b>	<b>48,34</b>	<b>184,34</b>	<b>1355</b>	<b>0,59</b>	<b>0,93</b>	<b>35,88</b>	<b>570,61</b>	<b>9,72</b>		

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ**  
(2-х недельное)



Сезон: **Весенне-летний**  
Категория: **Дети от 1 года до 3-х лет**  
Диета:

**Меню на 2 недели пятница**

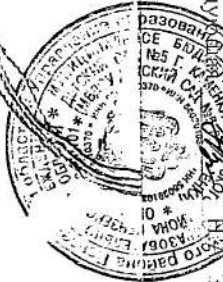
№ рецепта	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe		
	<b>Завтрак</b>												
15Ф0032	Омлет натуральный	80	6,98	11,66	2,51	143	0,04	0,24	0,26	76,82	1,06		
15Ф0000	Бутерброды с маслом	27	1,48	5,74	9,8	97	0,02	0,02	0,41	4,8	0,36		
5/Ф0061	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	4,93	20				2,23	0,12		
	<b>Всего в Завтрак</b>	<b>257</b>	<b>8,51</b>	<b>17,41</b>	<b>17,24</b>	<b>260</b>	<b>0,06</b>	<b>0,26</b>	<b>0,67</b>	<b>83,85</b>	<b>1,54</b>		
	<b>Второй завтрак</b>												
0368	Фрукты	100	0,6	0,45	15,45	69	0,05	0,05	7,5	28,5	3,45		
	<b>Всего в Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,45</b>	<b>15,45</b>	<b>69</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>7,5</b>	<b>28,5</b>	<b>3,45</b>		
	<b>Обед</b>												
15/Ф0000	Щи из свежей капусты с картошкой	200	2,18	3,53	11,61	87	0,06	0,06	12,2	35,09	0,77		
15Ф0031	Макаронные отварные	90	1,21	2,41	6,21	52	0,01	0,01		1,96	0,24		
15Ф0043	Котлеты рыбные любительские	70	8,45	4,96	3,59	93	0,06	0,07	0,19	12,72	0,63		
15/0376	Компот из смеси сухофруктов	150			10,9	44				0,21	0,03		
0001	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70							
0002	Хлеб пшеничный	40	3,18	0,4	19,34	94							
	<b>Всего в Обед</b>	<b>590</b>	<b>17,66</b>	<b>11,78</b>	<b>65,01</b>	<b>439</b>	<b>0,13</b>	<b>0,14</b>	<b>12,39</b>	<b>49,98</b>	<b>1,67</b>		
	<b>Полдник</b>												
15/Ф0006	Кондитерские изделия	30	3,53	5,19	10,74	104	0,03	0,02		12,76	0,91		
5/0399	Сок фруктовый	150	0,75		15,15	64							
	<b>Всего в Полдник</b>	<b>180</b>	<b>4,28</b>	<b>5,19</b>	<b>25,89</b>	<b>168</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>12,76</b>	<b>0,91</b>		
	<b>Итого</b>		<b>31,05</b>	<b>34,82</b>	<b>123,58</b>	<b>936</b>	<b>0,27</b>	<b>0,47</b>	<b>23,56</b>	<b>175,09</b>	<b>7,57</b>		

Пронумеровано, прошито и скреплено

печатью

Заведу

Загорнова



*(Handwritten signature)*