

Директор  
МКДОУ Детский сад № 4  
«Малыш» г.п. Терек



 М.А. Цирхова

**Примерное двухнедельное меню  
для организации питания детей  
от 1,2-х и от 3-х до 7-ми лет  
в муниципальном казенном дошкольном  
образовательном учреждении  
«Детский сад № 4 «Малыш» городского  
поселения Терек» Терского муниципального  
района Кабардино-Балкарской Республики  
на 2024 – 2025 учебный год**

(в соответствии с Сан ПиН 2.3/2.4.3590-20)

г.п. Терек

**Примерное 10-дневное меню дошкольников от 1,2-х до 3-х лет**

**1 неделя - 1 день - понедельник**

№	Масса порции	Продукты	Брутто		Нетто		Цена за кг	Сумма рубли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ тех. карты	Наименование сборника
			г	г	г	г								
<b>Завтрак</b>														
	<b>г</b>		<b>г</b>	<b>г</b>	<b>за кг</b>	<b>рубли</b>								
1	200	каша пшеничная	0,025	0,025	32	0,8	9	8,4	38,4	265,2	182	М.П.Могильный		
		молоко	0,045	0,045	65	2,925								
		сахар	0,003	0,003	72	0,216								
2	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,036	0	9,108	36,576	412	М.П.Могильный		
		сахар	0,01	0,01	72	0,72								
3	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,45	7,55	14,62	136	3	М.П.Могильный		
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>430</b>					<b>11,486</b>	<b>15,95</b>	<b>62,128</b>	<b>437,776</b>				
<b>Обед</b>														
1	200	капуста	0,055	0,05	35	1,925	1,476	2,736	9,108	66,96	63	М.П.Могильный		
		картофель	0,05	0,045	30	1,5								
		морковь	0,004	0,003	40	0,16								
		свекла	0,004	0,003	40	0,16								
		лук	0,003	0,002	25	0,075								
		масло растит.	0,002	0,002	120	0,24								
		томатная паста	0,002	0,002	272	0,544								
	сметана	0,003	0,003	230	0,69									
2	60/80/25	мясо	0,054	0,05	580	31,32	7,469	8,491	8,421	139,979	299/331	М.П.Могильный		
		яйцо	0,006	0,006	140	0,84								
		хлеб	0,01	0,01	40	0,4								
		лук	0,004	0,003	25	0,1								
		томатная паста	0,002	0,002	272	0,544								
		масло растит.	0,002	0,002	120	0,24								
		мука	0,002	0,002	30	0,06								
	крупа перловая	0,025	0,025	32	0,8									
3	200	сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный		
		сахар	0,01	0,01	72	0,72								
6	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200101	М.П.Могильный		
7	<b>Итого за обед:</b>		<b>615</b>				<b>13,105</b>	<b>12,887</b>	<b>66,409</b>	<b>574,077</b>				
<b>Полдник</b>														
1	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,9	1,61	27,66	137,5	422	В.Н.Могильный		
		молоко	0,01	0,01	65	0,65								
		дрожжи	0,0001	0,0001	350	0,035								
		сахар	0,003	0,003	72	0,216								
		масло сливочное	0,002	0,002	620	1,24								
		масло растительное	0,001	0,001	120	0,12								
		яйцо	0,005	0,005	140	0,7								
	повидло яблочное	0,003	0,003	130	0,39									
2	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный		
		сахар	0,01	0,01	72	0,72								
	Соль йодированая за весь день	5	0,005	0,005	17	0,085								
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>					<b>6,960</b>	<b>1,630</b>	<b>37,650</b>	<b>177,880</b>				
<b>Итого за день:</b>							<b>54,785</b>	<b>31,551</b>	<b>30,467</b>	<b>166,187</b>	<b>1189,733</b>			

1 неделя-2 день-вторник													
		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
		г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
<b>Завтрак</b>													
1	Суп гречневый	200	гречка	0,02	0,02	65	1,3	6,14	6,94	45,36	268,46	101	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	3,42	3,06	17,532	111,348	412	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>430</b>						<b>12,01</b>	<b>17,55</b>	<b>77,51</b>	<b>462,51</b>		
<b>Обед</b>													
2	Суп "Домашний"со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	3,87	4,05	14,076	108,234	88	М.П.Могильный
			вермишель	0,015	0,015	38	0,57						
			лук	0,004	0,002	25	0,1						
			томатная паста	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			морковь	0,004	0,002	40	0,16						
3	Плов из куриного филе	60/80/25	куриное филе	0,063	0,055	400	25,2	2,775	3,2	17,987	111,85	293	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,002	25	0,1						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			морковь	0,005	0,004	40	0,2						
			рис	0,04	0,04	92	3,68						
4	Компот из яблок	200	яблоко	0,01	0,008	50	0,5	0,05	0,022	26,17	104,00	394	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	92	4,6	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
	<b>Итого за обед:</b>	<b>665</b>						<b>10,70</b>	<b>8,77</b>	<b>83,23</b>	<b>453,58</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Ватрушка	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,68	5,63	43,52	239,47	432	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			творог	0,01	0,009	220	2,2						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло сливочное	0,002	0,002	620	1,24						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,240						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	3,42	3,06	17,532	111,348	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,005	0,005	17	0,085						
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>3,42</b>	<b>3,06</b>	<b>17,53</b>	<b>111,35</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>52,05</b>	<b>14,12</b>	<b>11,83</b>	<b>100,77</b>	<b>564,93</b>		

I неделя - 3 день - среда													
№	Завтрак	Масса порции,г.	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма рубли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн.	Наименование
1	Каша манная	200	крупа манная	0,025	0,025	45	1,125	6,21	7,08	30,91	212,200	147	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Какао с молоком	200	какао	0,002	0,002	800	1,6	3,312	3,132	13,158	94,068	416	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
	Бутерброд с маслом	5	масло сливочное	0,005	0,005	620	3,1	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>11,972</b>	<b>17,762</b>	<b>58,688</b>	<b>442,27</b>		
<b>Обед</b>													
	Салат из отварной свеклы	40	свекла	0,06	0,05	40	2,4	0,38	0,07	1,61	8,05	15	М.П.Могильный
			лук	0,002	0,001	30	0,06						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
1	Суп гороховый со сметаной	200	горох	0,035	0,035	40	1,4	4,04	4,2	13,76	109,00	87	М.П.Могильный
			картофель	0,05	0,045	30	1,5						
			морковь	0,004	0,003	40	0,16						
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Рыбные котлеты	80	рыба мороженая	0,078	0,07	185	14,43	6,2	3,34	2,79	66,02	262	М.П.Могильный
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
3	Картофельное пюре	90	картофель	0,1	0,09	30	3	2,775	3,2	17,9875	111,85	339	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
3	Кисель	200	кисель	0,007	0,007	210	1,470	0,108	0,108	20,628	83,916	397	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,500	200102	М.П.Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>615</b>						<b>17,123</b>	<b>12,348</b>	<b>80,1655</b>	<b>500,286</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Суп рисовый молочный	200	рис	0,02	0,02	92	1,84	6,678	7,146	26,604	197,442	100	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068	2	0,75	12,5	64,75	200102	М.П.Могильный
<b>Итого за полдник:</b>		<b>230</b>						<b>8,678</b>	<b>7,896</b>	<b>39,104</b>	<b>262,192</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>52,148</b>	<b>37,773</b>	<b>38,006</b>	<b>177,9575</b>	<b>1204,746</b>		

1 неделя - 4 день - четверг

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп пшеничный	200	пшено	0,025	0,025	52	1,3	8,78	8,3	45,260	290,86	100	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	9	36	412	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Бутерброд с сыром	5	сыр голландский	0,005	0,005	570	2,85	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>11,23</b>	<b>15,85</b>	<b>68,880</b>	<b>462,86</b>		
<b>Обед</b>													
	Рассольник со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	30	1,5					79	М.П.Могильный
			крупа перловая	0,015	0,015	32	0,48						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растит.	0,003	0,003	120	0,36						
			соленые огурцы	0,006	0,005	153	0,918						
2	Биточки с гречневый гарниром и подливой	60/80/25	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	6,2	3,34	2,79	66,02	306	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			масло растительное	0,004	0,004	120	0,48						
			томат	0,001	0,001	272	0,272						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			гречка	0,025	0,025	65	1,625						
3	Компот из яблок	200	яблоко	0,008	0,007	50	0,4	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>450</b>						<b>10,36</b>	<b>5</b>	<b>51,67</b>	<b>522,614</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Пирожки с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	7,6	3,89	12	113,41	441	М.П.Могильный
			повидло	0,002	0,002	130	0,26						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			масло сливоч.	0,001	0,001	620	0,62						
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
	Чай с сахаром		чай	0,002	0,002	750	1,5						
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068	0	0	0	0	0	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>						<b>7,88</b>	<b>4,02</b>	<b>33,52</b>	<b>201,78</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>58,48</b>	<b>39,711</b>	<b>27,911</b>	<b>208,97</b>	<b>1245,919</b>		

## 1 неделя - 5 день - пятница

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли						
1	Омлет	60	яйцо	0,03	0,03	140	4,2	6,678	7,146	26,604	197,442	229	М.П.Могильный
			молоко	0,02	0,02	65	1,3						
			мука	0,001	0,001	30	0,03						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
2	Кофейный напиток	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	3,42	3,06	17,532	111,348	414	М.П.Могильный
			молоко	0,02	0,02	65	1,3						
			кофейный напиток	0,0002	0,0002	550	0,11						
3	Хлеб	30					4,73	6,88	14,56	156	3	М.П.Могильный	
			хлеб	0,03	0,03	40							1,2
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>290</b>						<b>14,828</b>	<b>17,086</b>	<b>58,696</b>	<b>464,79</b>		
<b>Обед</b>													
1	Суп свекольный со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	1,476	2,736	9,108	111,08	110101	М.П.Могильный
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,01	0,008	40	0,4						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			свекла	0,03	0,025	40	1						
			капуста	0,025	0,022	35	0,875						
2	Котлеты куриные с ячневым гарниром и сметанным соусом	65/75/20	филе	0,068	0,063	400	27,2	4,7	4,52	5,15	168,12	304	М.П.Могильный
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			сметана	0,01	0,01	230	2,3						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			ячневая крупа	0,025	0,025	32	0,8						
3	Компот из сухофруктов	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,05	0,022	26,17	104,00	394	М.П.Могильный
			сухофрукты	0,005	0,004	120	0,6						
			Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05						
<b>Итого за обед:</b>		<b>625</b>						<b>10,334</b>	<b>8,886</b>	<b>86,056</b>	<b>594,478</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Суп молочный с вермишелью	200	молоко	0,05	0,05	65	3,25	5,75	5,21	18,838	145,2	100	М.П.Могильный
			вермишель	0,025	0,025	38	0,95						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,087	0,73	14,38	92,42	200102	М.П.Могильный
	Соль йодированная за весь день	5	соль	0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>430</b>						<b>7,837</b>	<b>5,94</b>	<b>33,218</b>	<b>237,62</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>54,783</b>	<b>32,999</b>	<b>31,912</b>	<b>177,97</b>	<b>1296,888</b>		

## 2 неделя - 6 день - понедельник

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша овсяная	200	крупя овсяная	0,025	0,025	50	1,25	6,14	6,94	45,36	268,46	182	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
3	Бутерброд с сыром	5	сыр голландский	0,005	0,005	570	2,85	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>8,65</b>	<b>14,51</b>	<b>69,97</b>	<b>444,84</b>		
<b>Обед</b>													
1	Суп "Домашний" со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	30	1,5	5,887	5,838	7,987	108,038	63	М.П.Могильный
			вермишель	0,015	0,015	38	0,57						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Котлеты с пшеничным гарниром и сметанным соусом	60/90	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	2,55	2,3125	15,875	118,924	303	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			пшено	0,025	0,025	52	1,3						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			сметана	0,008	0,008	230	1,84						
3	Кисель	200	кисель	0,007	0,007	210	1,47	0,126	0,126	26,154	83,916	350	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>450</b>						<b>12,563</b>	<b>9,7765</b>	<b>75,016</b>	<b>440,378</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Рогалики с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,678	7,146	26,604	197,442	76	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			масло сливочное	0,001	0,001	620	0,62						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			повидло	0,002	0,002	130	0,26						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5	соль	0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>						<b>8,738</b>	<b>7,916</b>	<b>49,094</b>	<b>284,376</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1145</b>					<b>58,204</b>	<b>29,951</b>	<b>32,2025</b>	<b>194,08</b>	<b>1098,904</b>		

2 неделя - 7 день - вторник													
№	Масса порции, гр	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
Завтрак			г	г	за кг	рубли	г	г	г				
1	Суп гречневый молочный	200	молоко	0,05	0,05	65	3,25	5,75	5,21	18,83	145,2	100	М.П. Могильный
			крупа гречневая	0,02	0,02	65	1,3						
2	Чай	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72						
			чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
3	Бутерброд с маслом	35	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	4,73	6,88	14,56	156	3	М.П. Могильный
			масло сливочное	0,005	0,005	620	3,1						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>10,54</b>	<b>12,11</b>	<b>43,38</b>	<b>341,58</b>		
<b>Обед</b>													
1	Суп гороховый со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65		2,27	11,43	73,2	86	М.П. Могильный
			морковь	0,004	0,002	40	0,16						
			лук	0,004	0,002	25	0,1						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			томат	0,003	0,003	272	0,816						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			горох	0,035	0,035	40	1,4						
2	Котлеты куриные с отварными макаронами и подливой	75/75	филе	0,068	0,063	400	27,2	11,648	10,745	9,408	180,929	120611	М.П. Могильный
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			яйцо	0,006	0,006	12,5	0,075						
			лук	0,005	0,004	25	0,125						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растит.	0,003	0,003	120	0,36						
			морковь	0,003	0,002	12,5	0,0375						
			макароны	0,025	0,025	32	0,8						
3	Компот из сухофруктов	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,83	3,3	2,44	13,44	350	М.П. Могильный
			сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П. Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>450</b>						<b>19,018</b>	<b>22,91</b>	<b>52,828</b>	<b>397,069</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Булочка	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,4	5,5	22	151,10	452	М.П. Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло сливочное	0,002	0,002	620	1,24						
			дрожжи	0,002	0,002	350	0,7						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			масло растительное	0,001	0,001	120	0,12						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	6,6	26,40	118	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>						<b>3,4</b>	<b>5,5</b>	<b>28,6</b>	<b>177,5</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1145</b>						<b>32,958</b>	<b>40,52</b>	<b>124,808</b>	<b>916,149</b>		



2 неделя - 8 день - среда													
№		Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	руб.лн	г	г	г	г		
<b>Завтрак</b>													
1	Каша манная	200	крупа манная	0,025	0,025	40	1	11,79	6,77	53,06	320	179	М.П. Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15						М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,06	0,02	9,99	40,38	411	
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>365</b>					<b>0</b>	<b>11,85</b>	<b>6,79</b>	<b>63,05</b>	<b>360,38</b>		
<b>Обед</b>													
2	Суп крестьянский со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	30	1,5	1,476	2,736	9,108	111,08	110101	М.П. Могильный
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,003	0,003	40	0,12						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			пшено	0,015	0,015	52	0,78						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
3	Биточки с гречневым гарниром и подливой	60/80	мясо	0,055	0,05	580	31,9	8,64	4	5,71	110	299	М.П. Могильный
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			лук	0,005	0,004	25	0,125						
			масло растит.	0,003	0,003	120	0,36						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			макаронны	0,025	0,025	38	0,95	2,21	2,43	12,21	79,9	182	М.П. Могильный
4	Кисель	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П. Могильный
			кисель	0,007	0,007	210	1,47						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,50	200102	М.П. Могильный
	<b>Итого за обед:</b>	<b>625</b>						<b>16,486</b>	<b>10,826</b>	<b>75,908</b>	<b>528,08</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Пирожки с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,24	8,1	34,31	235,10	56	М.П. Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			повидло	0,002	0,002	130	0,26						
			масло сливоч.	0,001	0,001	620	0,62						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	4	соль	0,004	0,004	17	0,068						
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>6,24</b>	<b>8,1</b>	<b>43,31</b>	<b>271,1</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>54,39</b>	<b>34,576</b>	<b>25,716</b>	<b>182,268</b>	<b>1159,560</b>		

2 неделя - 9 день - четверг													
№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн.	Наименование
				г	г	за кг	рубли	г	г	г			
1	Суп вермишелевый молочный	200	вермишель	0,02	0,02	38	0,76	8,78	8,3	45,260	290,86	182	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	2,67	2,34	14,31	89,000	413	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
3	Бутерброд с маслом	35	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
			масло сливочное	0,005	0,005	620	3,1						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>13,9</b>	<b>18,19</b>	<b>74,19</b>	<b>515,86</b>		
<b>Обед</b>													
2	Рассольник со сметаной	200	перловка	0,015	0,015	32	0,48	4,39	4,21	13,058	107,8	87	М.П. Могильный
			картофель	0,05	0,045	30	1,5						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			соленые огурцы	0,006	0,005	153	0,918						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
3	Бефстроганов из куриного филе с картофельным пюре	150	филе куриное	0,06	0,05	400	24	2,775	3,2	17,9875	111,85	293	М.П. Могильный
			сметана	0,008	0,008	230	1,84						
			картофель	0,1	0,09	92	9,2						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			молоко	0,008	0,008	65	0,52						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2						
4	Компот из яблок	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,05	0,022	26,17	104,00	394	М.П. Могильный
			яблоко	0,006	0,006	40	0,24						
<b>Итого за обед:</b>		<b>650</b>					0	<b>7,215</b>	<b>7,432</b>	<b>57,2155</b>	<b>323,65</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Ватрушка	60	творог	0,007	0,007	220	1,54	8,84	4,91	14,105	135,970	441	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			сахар	0,004	0,004	72	0,288						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			мука	0,035	0,035	30	1,05						
			масло растительное	0,001	0,001	120	0,12						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,010	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	4	соль	0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>						<b>10,7</b>	<b>7,055</b>	<b>37,97</b>	<b>258,175</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>57,58</b>	<b>31,815</b>	<b>32,677</b>	<b>169,3755</b>	<b>1097,685</b>		

## 2 неделя - 10 день - пятница

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника						
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г								
1	Каша рисовая	200	рис	0,025	0,025	92	2,3	6,21	7,08	30,91	212,200	147	М.П.Могильный						
			молоко	0,05	0,05	65	3,25												
			сахар	0,003	0,003	72	0,216												
	Чай с сахаром		чай	0,0002	0,0002	750	0,15												
			сахар	0,01	0,01	72	0,72												
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2												
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>230</b>						<b>6,21</b>	<b>7,08</b>	<b>30,91</b>	<b>212,2</b>								
	<b>Обед</b>																		
1	Свекольник со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	1,476	2,736	9,108	83,4	80	М.П.Могильный						
			капуста	0,025	0,022	35	0,875												
			свекла	0,03	0,025	40	1,2												
			лук	0,005	0,003	25	0,125												
			морковь	0,003	0,003	40	0,12												
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24												
	сметана	0,003	0,003	230	0,69														
2	Котлеты с отварными макаронами и подливой	60/80/25	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	7,469	8,24	8,421	139,98	229	М.П.Могильный						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84												
			лук	0,005	0,003	25	0,125												
			масло растит.	0,004	0,004	120	0,48												
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4												
			морковь	0,003	0,002	40	0,12												
			томат	0,002	0,002	230	0,46							0,365	1,249	1,467	18,53	372	М.П.Могильный
			мука	0,003	0,003	30	0,09												
	макаронны	0,025	0,025	38	0,95	1,6821	2,02	17,52	94,99	330	М.П. Могильный								
3	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный						
			сахар	0,01	0,01	72	0,72												
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный						
	<b>Итого за обед:</b>	<b>615</b>						<b>15,1521</b>	<b>15,905</b>	<b>85,396</b>	<b>563,994</b>								
	<b>Полдник</b>																		
1	Оладьи со сметаной	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,7	11,25	29,8	235,3	430	М.П. Могильный						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216												
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7												
			молоко	0,01	0,01	65	0,65												
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36												
			сметана	0,008	0,008	230	1,84												
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	9	36	411	М.П.Могильный						
			сахар	0,01	0,01	72	0,72												
	Соль йодированная за весь день	5		0,005	0,005	17	0,085	0	0	0	0								
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>3,7</b>	<b>11,25</b>	<b>38,8</b>	<b>271,25</b>								
	<b>Итого за день:</b>						<b>54,312</b>	<b>25,0621</b>	<b>34,235</b>	<b>155,106</b>	<b>1047,444</b>								
	<b>ИТОГО за весь период</b>						<b>550,05</b>	<b>289,40</b>	<b>279,86</b>	<b>1526,08</b>	<b>9982,45</b>								
	<b>Среднее значение за период</b>						<b>55,00</b>	<b>28,94</b>	<b>27,99</b>	<b>152,61</b>	<b>998,25</b>								

**Примерное 10-дневное меню дошкольников от 3-х до 7-и лет**

**I неделя - 1 день - понедельник**

№		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
<b>Завтрак</b>													
		<b>г</b>		<b>г</b>	<b>г</b>	<b>за кг</b>	<b>рубли</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>		
1	Каша пшеничная молочная	200	крупа пшеничная	0,025	0,025	32	0,8	9	8,4	38,4	265,2	182	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,036	0	9,108	36,576	412	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
3	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,45	7,55	14,62	136	3	М.П.Могильный
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>430</b>						<b>11,486</b>	<b>15,95</b>	<b>62,128</b>	<b>437,776</b>		
<b>Обед</b>													
1	Борщ со сметаной	200	капуста	0,055	0,05	35	1,925	1,476	2,736	9,108	66,96	63	М.П.Могильный
			картофель	0,05	0,045	30	1,5						
			морковь	0,004	0,003	40	0,16						
			свекла	0,004	0,003	40	0,16						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			томатная паста	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Котлета из говядины с перловым гарниром и с подливой	60/80/25	мясо	0,054	0,05	580	31,32	7,469	8,491	8,421	139,979	299/331	М.П.Могильный
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			томатная паста	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			крупа перловая	0,025	0,025	32	0,8						
3	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
6	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200101	М.П.Могильный
7	<b>Итого за обед:</b>	<b>615</b>					<b>0</b>	<b>13,105</b>	<b>12,887</b>	<b>66,409</b>	<b>574,077</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Пирог с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,9	1,61	27,66	137,5	422	В.Н.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			дрожжи	0,0001	0,0001	350	0,035						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло сливочное	0,002	0,002	620	1,24						
			масло растительное	0,001	0,001	120	0,12						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			повидло яблочное	0,003	0,003	130	0,39						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,005	0,005	17	0,085						
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>6,960</b>	<b>1,630</b>	<b>37,650</b>	<b>177,880</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>54,785</b>	<b>31,551</b>	<b>30,467</b>	<b>166,187</b>	<b>1189,733</b>		

1 неделя-2 день-вторник													
		Масса порции	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
		г		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
<b>Завтрак</b>													
1	Суп гречневый	200	гречка	0,02	0,02	65	1,3	6,14	6,94	45,36	268,46	101	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	3,42	3,06	17,532	111,348	412	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>430</b>						<b>12,01</b>	<b>17,55</b>	<b>77,51</b>	<b>462,51</b>		
<b>Обед</b>													
2	Суп "Домашний"со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	3,87	4,05	14,076	108,234	88	М.П.Могильный
			вермишель	0,015	0,015	38	0,57						
			лук	0,004	0,002	25	0,1						
			томатная паста	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			морковь	0,004	0,002	40	0,16						
3	Плов из куриного филе	60/80/25	куриное филе	0,063	0,055	400	25,2	2,775	3,2	17,987	111,85	293	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,002	25	0,1						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			морковь	0,005	0,004	40	0,2						
			рис	0,04	0,04	92	3,68						
4	Компот из яблок	200	яблоко	0,01	0,008	50	0,5	0,05	0,022	26,17	104,00	394	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	92	4,6	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
	<b>Итого за обед:</b>	<b>665</b>						<b>10,70</b>	<b>8,77</b>	<b>83,23</b>	<b>453,58</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Ватрушка	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,68	5,63	43,52	239,47	432	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			творог	0,01	0,009	220	2,2						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло сливочное	0,002	0,002	620	1,24						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,240						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	3,42	3,06	17,532	111,348	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,005	0,005	17	0,085						
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>3,42</b>	<b>3,06</b>	<b>17,53</b>	<b>111,35</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>52,05</b>	<b>14,12</b>	<b>11,83</b>	<b>100,77</b>	<b>564,93</b>		

I неделя - 3 день - среда													
№	Завтрак	Масса порции,г.	Продукты	Брутто г	Нетто г	Цена за кг	Сумма рубли	Б г	Ж г	У г	Ккал г	№ техн.	Наименование
1	Каша манная	200	крупа манная	0,025	0,025	45	1,125	6,21	7,08	30,91	212,200	147	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Какао с молоком	200	какао	0,002	0,002	800	1,6	3,312	3,132	13,158	94,068	416	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
	Бутерброд с маслом	5	масло сливочное	0,005	0,005	620	3,1	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>435</b>						<b>11,972</b>	<b>17,762</b>	<b>58,688</b>	<b>442,27</b>		
	<b>Обед</b>												
	Салат из отварной свеклы	40	свекла	0,06	0,05	40	2,4	0,38	0,07	1,61	8,05	15	М.П.Могильный
			лук	0,002	0,001	30	0,06						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
1	Суп гороховый со сметаной	200	горох	0,035	0,035	40	1,4	4,04	4,2	13,76	109,00	87	М.П.Могильный
			картофель	0,05	0,045	30	1,5						
			морковь	0,004	0,003	40	0,16						
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Рыбные котлеты	80	рыба мороженая	0,078	0,07	185	14,43	6,2	3,34	2,79	66,02	262	М.П.Могильный
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
3	Картофельное пюре	90	картофель	0,1	0,09	30	3	2,775	3,2	17,9875	111,85	339	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
3	Кисель	200	кисель	0,007	0,007	210	1,470	0,108	0,108	20,628	83,916	397	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,500	200102	М.П.Могильный
	<b>Итого за обед:</b>	<b>615</b>						<b>17,123</b>	<b>12,348</b>	<b>80,1655</b>	<b>500,286</b>		
	<b>Полдник</b>												
1	Суп рисовый молочный	200	рис	0,02	0,02	92	1,84	6,678	7,146	26,604	197,442	100	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068	2	0,75	12,5	64,75	200102	М.П.Могильный
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>230</b>						<b>8,678</b>	<b>7,896</b>	<b>39,104</b>	<b>262,192</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>52,148</b>	<b>37,773</b>	<b>38,006</b>	<b>177,9575</b>	<b>1204,746</b>		

**1 неделя - 4 день - четверг**

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ тех. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп пшеничный	200	пшено	0,025	0,025	52	1,3	8,78	8,3	45,260	290,86	100	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	9	36	412	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Бутерброд с сыром	5	сыр голландский	0,005	0,005	570	2,85	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>11,23</b>	<b>15,85</b>	<b>68,880</b>	<b>462,86</b>		
<b>Обед</b>													
	Рассольник со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	30	1,5					79	М.П.Могильный
			крупа перловая	0,015	0,015	32	0,48						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растит.	0,003	0,003	120	0,36						
			соленые огурцы	0,006	0,005	153	0,918						
2	Биточки с гречневым гарниром и подливой	60/80/25	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	6,2	3,34	2,79	66,02	306	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			масло растительное	0,004	0,004	120	0,48						
			томат	0,001	0,001	272	0,272						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			гречка	0,025	0,025	65	1,625						
3	Компот из яблок	200	яблоко	0,008	0,007	50	0,4	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
		сахар	0,01	0,01	72	0,72							
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>450</b>						<b>10,36</b>	<b>5</b>	<b>51,67</b>	<b>522,614</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Пирожки с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	7,6	3,89	12	113,41	441	М.П.Могильный
			повидло	0,002	0,002	130	0,26						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			масло сливоч.	0,001	0,001	620	0,62						
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
	Чай с сахаром		чай	0,002	0,002	750	1,5						
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068	0	0	0	0	0	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>						<b>7,88</b>	<b>4,02</b>	<b>33,52</b>	<b>201,78</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>58,48</b>	<b>39,711</b>	<b>27,911</b>	<b>208,97</b>	<b>1245,919</b>		

## 1 неделя - 5 день - пятница

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Омлет	60	яйцо	0,03	0,03	140	4,2	6,678	7,146	26,604	197,442	229	М.П.Могильный
			молоко	0,02	0,02	65	1,3						
			мука	0,001	0,001	30	0,03						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
2	Кофейный напиток	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	3,42	3,06	17,532	111,348	414	М.П.Могильный
			молоко	0,02	0,02	65	1,3						
			кофейный напиток	0,0002	0,0002	550	0,11						
3	Хлеб	30					4,73	6,88	14,56	156	3	М.П.Могильный	
			хлеб	0,03	0,03	40							1,2
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>290</b>						<b>14,828</b>	<b>17,086</b>	<b>58,696</b>	<b>464,79</b>		
<b>Обед</b>													
1	Суп свекольный со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	1,476	2,736	9,108	111,08	110101	М.П.Могильный
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,01	0,008	40	0,4						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			свекла	0,03	0,025	40	1						
			капуста	0,025	0,022	35	0,875						
2	Котлеты куриные с ячневым гарниром и сметанным соусом	65/75/20	филе	0,068	0,063	400	27,2	4,7	4,52	5,15	168,12	304	М.П.Могильный
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			сметана	0,01	0,01	230	2,3						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			ячневая крупа	0,025	0,025	32	0,8						
3	Компот из сухофруктов	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,05	0,022	26,17	104,00	394	М.П.Могильный
			сухофрукты	0,005	0,004	120	0,6						
			Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05						
<b>Итого за обед:</b>		<b>625</b>						<b>10,334</b>	<b>8,886</b>	<b>86,056</b>	<b>594,478</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Суп молочный с вермишелью	200	молоко	0,05	0,05	65	3,25	5,75	5,21	18,838	145,2	100	М.П.Могильный
			вермишель	0,025	0,025	38	0,95						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,087	0,73	14,38	92,42	200102	М.П.Могильный
	Соль йодированная за весь день	5	соль	0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>430</b>						<b>7,837</b>	<b>5,94</b>	<b>33,218</b>	<b>237,62</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>54,783</b>	<b>32,999</b>	<b>31,912</b>	<b>177,97</b>	<b>1296,888</b>		



## 2 неделя - 6 день - понедельник

№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша овсяная	200	крупя овсяная	0,025	0,025	50	1,25	6,14	6,94	45,36	268,46	182	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
3	Бутерброд с сыром	5	сыр голландский	0,005	0,005	570	2,85	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>8,65</b>	<b>14,51</b>	<b>69,97</b>	<b>444,84</b>		
<b>Обед</b>													
1	Суп "Домашний" со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	30	1,5	5,887	5,838	7,987	108,038	63	М.П.Могильный
			вермишель	0,015	0,015	38	0,57						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Котлеты с пшеничным гарниром и сметанным соусом	60/90	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	2,55	2,3125	15,875	118,924	303	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,003	25	0,1						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			пшено	0,025	0,025	52	1,3						
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			сметана	0,008	0,008	230	1,84						
3	Кисель	200	кисель	0,007	0,007	210	1,47	0,126	0,126	26,154	83,916	350	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>450</b>						<b>12,563</b>	<b>9,7765</b>	<b>75,016</b>	<b>440,378</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Рогалики с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,678	7,146	26,604	197,442	76	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			масло сливочное	0,001	0,001	620	0,62						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			повидло	0,002	0,002	130	0,26						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5	соль	0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>						<b>8,738</b>	<b>7,916</b>	<b>49,094</b>	<b>284,376</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1145</b>					<b>58,204</b>	<b>29,951</b>	<b>32,2025</b>	<b>194,08</b>	<b>1098,904</b>		

2 неделя - 7 день - вторник													
№	Масса порции, гр	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника	
Завтрак			г	г	за кг	рубли	г	г	г				
1	Суп гречневый молочный	200	молоко	0,05	0,05	65	3,25	5,75	5,21	18,83	145,2	100	М.П. Могильный
			крупа гречневая	0,02	0,02	65	1,3						
2	Чай	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72						
			чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
3	Бутерброд с маслом	35	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	4,73	6,88	14,56	156	3	М.П. Могильный
			масло сливочное	0,005	0,005	620	3,1						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>10,54</b>	<b>12,11</b>	<b>43,38</b>	<b>341,58</b>		
<b>Обед</b>													
1	Суп гороховый со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65		2,27	11,43	73,2	86	М.П. Могильный
			морковь	0,004	0,002	40	0,16						
			лук	0,004	0,002	25	0,1						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			томат	0,003	0,003	272	0,816						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			горох	0,035	0,035	40	1,4						
2	Котлеты куриные с отварными макаронами и подливой	75/75	филе	0,068	0,063	400	27,2	11,648	10,745	9,408	180,929	120611	М.П. Могильный
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			яйцо	0,006	0,006	12,5	0,075						
			лук	0,005	0,004	25	0,125						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			масло растит.	0,003	0,003	120	0,36						
			морковь	0,003	0,002	12,5	0,0375						
			макароны	0,025	0,025	32	0,8						
3	Компот из сухофруктов	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,83	3,3	2,44	13,44	350	М.П. Могильный
			сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П. Могильный
<b>Итого за обед:</b>		<b>450</b>						<b>19,018</b>	<b>22,91</b>	<b>52,828</b>	<b>397,069</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Булочка	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,4	5,5	22	151,10	452	М.П. Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло сливочное	0,002	0,002	620	1,24						
			дрожжи	0,002	0,002	350	0,7						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			масло растительное	0,001	0,001	120	0,12						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	6,6	26,40	118	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>260</b>						<b>3,4</b>	<b>5,5</b>	<b>28,6</b>	<b>177,5</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1145</b>						<b>32,958</b>	<b>40,52</b>	<b>124,808</b>	<b>916,149</b>		

2 неделя - 8 день - среда													
№		Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	руб.лн	г	г	г	г		
<b>Завтрак</b>													
1	Каша манная	200	крупа манная	0,025	0,025	40	1	11,79	6,77	53,06	320	179	М.П. Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15						М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,06	0,02	9,99	40,38	411	
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>365</b>					<b>0</b>	<b>11,85</b>	<b>6,79</b>	<b>63,05</b>	<b>360,38</b>		
<b>Обед</b>													
2	Суп крестьянский со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	30	1,5	1,476	2,736	9,108	111,08	110101	М.П. Могильный
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,003	0,003	40	0,12						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
			пшено	0,015	0,015	52	0,78						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
3	Биточки с гречневым гарниром и подливой	60/80	мясо	0,055	0,05	580	31,9	8,64	4	5,71	110	299	М.П. Могильный
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			лук	0,005	0,004	25	0,125						
			масло растит.	0,003	0,003	120	0,36						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			макароны	0,025	0,025	38	0,95	2,21	2,43	12,21	79,9	182	М.П. Могильный
4	Кисель	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П. Могильный
			кисель	0,007	0,007	210	1,47						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,50	200102	М.П. Могильный
	<b>Итого за обед:</b>	<b>625</b>						<b>16,486</b>	<b>10,826</b>	<b>75,908</b>	<b>528,08</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Пирожки с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,24	8,1	34,31	235,10	56	М.П. Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			повидло	0,002	0,002	130	0,26						
			масло сливоч.	0,001	0,001	620	0,62						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	4	соль	0,004	0,004	17	0,068						
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>6,24</b>	<b>8,1</b>	<b>43,31</b>	<b>271,1</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>54,39</b>	<b>34,576</b>	<b>25,716</b>	<b>182,268</b>	<b>1159,560</b>		

2 неделя - 9 день - четверг													
№	Завтрак	Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн.	Наименование
				г	г	за кг	рубли	г	г	г			
1	Суп вермишелевый молочный	200	вермишель	0,02	0,02	38	0,76	8,78	8,3	45,260	290,86	182	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	65	2,925						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	2,67	2,34	14,31	89,000	413	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
3	Бутерброд с маслом	35	хлеб	0,03	0,03	40	1,2	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
			масло сливочное	0,005	0,005	620	3,1						
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>435</b>						<b>13,9</b>	<b>18,19</b>	<b>74,19</b>	<b>515,86</b>		
<b>Обед</b>													
2	Рассольник со сметаной	200	перловка	0,015	0,015	32	0,48	4,39	4,21	13,058	107,8	87	М.П. Могильный
			картофель	0,05	0,045	30	1,5						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
			томат	0,002	0,002	272	0,544						
			соленые огурцы	0,006	0,005	153	0,918						
			масло растительное	0,002	0,002	120	0,24						
3	Бефстроганов из куриного филе с картофельным пюре	150	филе куриное	0,06	0,05	400	24	2,775	3,2	17,9875	111,85	293	М.П. Могильный
			сметана	0,008	0,008	230	1,84						
			картофель	0,1	0,09	92	9,2						
			лук	0,003	0,002	25	0,075						
			молоко	0,008	0,008	65	0,52						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2						
4	Компот из яблок	200	сахар	0,01	0,01	72	0,72	0,05	0,022	26,17	104,00	394	М.П. Могильный
			яблоко	0,006	0,006	40	0,24						
<b>Итого за обед:</b>		<b>650</b>					0	<b>7,215</b>	<b>7,432</b>	<b>57,2155</b>	<b>323,65</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Ватрушка	60	творог	0,007	0,007	220	1,54	8,84	4,91	14,105	135,970	441	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			сахар	0,004	0,004	72	0,288						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			мука	0,035	0,035	30	1,05						
			масло растительное	0,001	0,001	120	0,12						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,010	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	4	соль	0,004	0,004	17	0,068						
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>						<b>10,7</b>	<b>7,055</b>	<b>37,97</b>	<b>258,175</b>		
<b>Итого за день:</b>							<b>57,58</b>	<b>31,815</b>	<b>32,677</b>	<b>169,3755</b>	<b>1097,685</b>		

## 2 неделя - 10 день - пятница

№		Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
<b>Завтрак</b>													
1	Каша рисовая	200	рис	0,025	0,025	92	2,3	6,21	7,08	30,91	212,200	147	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	65	3,25						
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
	Чай с сахаром		чай	0,0002	0,0002	750	0,15						
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>230</b>						<b>6,21</b>	<b>7,08</b>	<b>30,91</b>	<b>212,2</b>		
<b>Обед</b>													
1	Свекольник со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	1,476	2,736	9,108	83,4	80	М.П.Могильный
			капуста	0,025	0,022	35	0,875						
			свекла	0,03	0,025	40	1,2						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			морковь	0,003	0,003	40	0,12						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Котлеты с отварными макаронами и подливой	60/80/25	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	7,469	8,24	8,421	139,98	229	М.П.Могильный
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			масло растит.	0,004	0,004	120	0,48						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			томат	0,002	0,002	230	0,46	0,365	1,249	1,467	18,53	372	М.П.Могильный
			мука	0,003	0,003	30	0,09						
			макароны	0,025	0,025	38	0,95						
							1,6821		2,02	17,52	94,99	330	М.П. Могильный
3	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
	<b>Итого за обед:</b>	<b>615</b>						<b>15,1521</b>	<b>15,905</b>	<b>85,396</b>	<b>563,994</b>		
<b>Полдник</b>													
1	Оладьи со сметаной	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,7	11,25	29,8	235,3	430	М.П. Могильный
			сахар	0,003	0,003	72	0,216						
			яйцо	0,005	0,005	140	0,7						
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36						
			сметана	0,008	0,008	230	1,84						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	9	36	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,005	0,005	17	0,085	0	0	0	0		
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>260</b>						<b>3,7</b>	<b>11,25</b>	<b>38,8</b>	<b>271,25</b>		
	<b>Итого за день:</b>						<b>54,312</b>	<b>25,0621</b>	<b>34,235</b>	<b>155,106</b>	<b>1047,444</b>		
	<b>ИТОГО за весь период</b>						<b>550,05</b>	<b>289,40</b>	<b>279,86</b>	<b>1526,08</b>	<b>9982,45</b>		
	<b>Среднее значение за период</b>						<b>55,00</b>	<b>28,94</b>	<b>27,99</b>	<b>152,61</b>	<b>998,25</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582763

Владелец Цирхова Марина Аатовна

Действителен с 27.03.2024 по 27.03.2025