



Приложение №1 к договору №2/1 от 01.09.2024 г.

Возрастная категория 1-3 года

Прием пищи		Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
ДЕНЬ 1								
Завтрак:								
		Каша молочная "Дружба"	150	5,65	7,45	24,3	174	134
		Бутерброд с маслом	30	2,01	3,87	12,13	91,33	1
		Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
		Итого:	330	7,76	11,33	46,63	314,33	
2-й завтрак:								
		Ацидобиофин	150	4,35	3,75	6,3	76	399
Обед:								
		Салат "Здоровье"	30	2,89	2,55	3,2	25	10
		Суп картофельный с крупой	150	2,3	2,45	8,84	43,69	80
		Котлеты	50	8,7	9,84	7,74	129,5	70
		Каша перловая рассыпчатая	110	3,5	3,93	17,93	87,33	124
		Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
		Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
		Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
		Соус томатный	15	0,15	0,66	0,9	10,5	159
		Итого:	525	20,55	20,225	78,57	470,83	
Подлинник:								

	Булочка домашняя	30	1,98	3,75	16,17	143	469
	Сок яблочный	150	0,95	0	17,15	68	399
	Итого:	180	2,93	3,75	33,32	211	
Ужин:							
	Макароны отварные с сыром	110	9,29	10,01	22,71	159,86	69
	Морс	150	0,116	0,083	10,51	44,241	22/1
	Яблоки свежие	95	0,48	0,48	11,76	44	368
	Итого:	400	15,266	17,593	99,86	626,101	
Итого за первый день:							
			47,926	52,898	231,36	1487,261	
ДЕНЬ 2							
Завтрак:							
	Каша овсяная молочная жидкая	150	4,02	8,35	21,32	167,25	5
	Бутерброд с сыром	55	6,45	7,27	17,77	162,25	3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,9	10,6	70	395
	Итого:	355	12,81	18,52	49,69	399,5	
Второй завтрак:							
	Йогурт	120	3,48	3	5,98	80,31	401
Обед:							
	Салат из моркови	30	0,37	1,2	5,48	15,69	41
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,62	5,73	12,29	62,85	82
	Плов из курицы	130	8,3	6,34	23,65	216	100
	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	45	274
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701

	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
	Итого:	480	13,09	14,17	72,48	429,6	
Полдник:							
	Печенье	30	2,25	2,69	22,32	125,1	15/1
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	180	2,35	2,7	32,52	174,1	
Ужин:							
	Фрикадельки запеченные	60/45	8,99	4,62	5,4	77,98	263
	Капуста тушеная	110/99,52	2,48	6,88	11,31	92	336
	Яблоки свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368
	Чай с лимоном	150	0,1	0,01	8,5	34,17	18
	Итого:	450	14,39	14,68	71,17	247,15	
Итого за второй день:							
			46,12	53,07	231,84	1330,66	
День 3							
Завтрак:							
	Каша рисовая молочная	150	4,75	5,15	22,72	161,25	133
	Бутерброд с маслом	30	2,01	3,87	12,13	91,33	1
	Какао с молоком	150	3,15	3,7	12,9	88	397
	Итого:	350	9,91	12,72	47,75	340,58	
Второй завтрак:							
	Ряженка	120	3,48	3	5,04	78,78	401
Обед:							
	Салат "Витаминный"	30	1,46	3,66	2,73	46	15
	Борщ со сметаной	150	1,02	2,95	9,55	76,25	56
	Жаркое по-домашнему	150	15,36	5,6	16,32	190,8	276
	Кисель из плодового концентрата	150	0,42	0,045	22,65	92,7	213

	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
	Итого:	530	20,94	13,035	70,39	495,81	
Полдник:							
	Растегай с рыбой	70	5,3	6,75	25,3	149,3	455/588
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	220	5,4	6,76	35,5	198,3	
Ужин:							
	Оладьи из печени	60	14,5	6,98	5,85	144	61/1
	Макароньы отварные	110	5,22	2,6	22,83	113,74	67
	Яблоки свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368
	Морс	150	0,105	0,075	9,465	39,818	21/1
	Итого:	415	20,295	10,125	49,885	340,558	
Итого за третий день:			60,025	45,64	208,565	1454,028	
День 4							
Завтрак:							
	Каша манная молочная жидкая	150	6,18	8,67	26,25	195	132
	Бутерброд с маслом	30	2,01	3,87	12,13	91,33	1
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого	350	8,29	12,55	48,58	335,33	
Второй завтрак:							
	Варенец	120	3,9	4,7	5,6	68,15	401
Обед:							
	Салат из свеклы с зеленым горошком	30	0,5	2,5	3,46	23,13	34
	Расольник	150	1,97	4,56	5,83	62,55	73

	Запеканка картофельная с мясом	140	9,91	9,85	23,42	180	291
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
	Итого:	510	15,39	17,705	72,67	440,49	
Полдник:							
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,7	15/2
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	180	0,94	1	33,39	155,7	
Ужин:							
	Омлет натуральный	150	12,92	19,85	3,51	244,34	99
	Дюлоки свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368
	Какао с молоком	150	3,15	3,25	12,9	88	22
	Итого:	395	16,54	23,57	28,15	375,34	
	Итого за четвертый день:		45,06	59,525	188,39	1375,01	
День 5							
Завтрак:							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,43	4,2	14,68	110,7	93
	Бутерброд с сыром	30	4,33	6,82	12,13	127,33	9/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,9	10,6	70	395
	Итого:	330	10,1	13,92	37,41	308,03	
Второй завтрак:							
	Ацидобифилин	120	4,35	3,75	6,3	76	26

Обед:									
	Винегрет овощной	40	0,4	2,5	5,4	23,45	45		
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,97	3,92	5,03	46,3	67		
	Биточки паровые	60/44,25	7,64	6,79	6,71	109,9	289		
	Морковь тушеная с рисом	120/64,8	2,08	6,04	20,93	119,13	106		
	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	45	274		
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701		
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700		
	Итого:	550	14,89	20,15	69,13	433,84			
Полдник:									
	Печенье	50	2,03	4,18	15,64	180	188		
	Какао с молоком	150	3,15	3,25	12,9	88	22		
	Итого:	475	5,18	7,43	28,54	268			
Ужин:									
	Рыба тушеная с овощами	60	6,55	4,06	2,54	60	247		
	Картофельное пюре	120	2,79	3,84	12,76	93,6	104		
	Сок яблочный	150	0,95	0	17,15	68	399		
	Яблоки свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368		
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700		
	Итого:	445	11,96	8,57	53,05	302,4			
Итого за пятый день:			46,48	53,82	194,43	1388,27			
День 6									
Завтрак:									
	Каша пшениая молочная жидкая	150	7,47	9,5	23,27	153,57	133		
	Бутерброд с маслом	30	2,01	3,87	12,13	91,33	1		

	Какао с молоком	150	3,15	3,7	12,9	88	397
	Итого:	350	12,63	17,07	48,3	332,9	
Второй завтрак:							
	Ряженка	120	3,48	3	5,04	78,78	401
Обед:							
	Салат из моркови	30	0,37	1,2	5,48	15,69	41
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,07	4,21	9,67	79,95	81
	Гуляш из отварного мяса	60	7,73	7,11	1,96	93,75	277
	Макаронны отварные	120	5,2	3,36	26,54	156,8	147
	Кисель из плодового концентрата	150	0,42	0,045	22,65	92,7	213
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
	Итого	550	19,47	16,705	85,44	528,95	
Подник:							
	Булочка молочная	30	2,03	4,18	15,64	108	371
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	18/1
	Итого:	180	4,68	6,51	26,95	185	
Ужин:							
	Греча отварная	100	5,73	4,06	25,76	162	313
	Биточки мясные паровые	60	8,64	6,79	5,71	109,9	58
	Чай с лимоном	150	0,1	0,01	8,5	44,17	393
	Яблока свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368
	Итого:	405	14,94	11,33	51,71	359,07	
Итого за шестой день:			55,2	54,615	217,44	1484,7	
День 7							

Завтрак:							
	Каша рисовая молочная	150	4,75	5,15	22,72	161,25	131
	Бутерброд с маслом	30	2,01	3,87	12,13	91,33	1
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	330	6,86	9,03	45,05	301,58	
Второй завтрак:							
	Ряженка	120	3,48	3	5,04	78,78	401
Обед:							
	Икра кабачковая	30	1,36	1,88	2,36	27,84	53
	Суп картофельный с клецками	150	1,27	1,72	8,62	55,5	41
	Азу	50	5,72	8,54	1,8	126,36	63
	Рагу из овощей	110	1,95	5,95	8,75	87,5	73
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
	Итого:	530	12,11	18,685	52,63	434,21	
Полдник:							
	Печенье	30	2,25	2,69	22,32	125,1	15/1
	Чай с лимоном	150	0,1	0,01	8,5	34,17	18
	Итого:	180	2,35	2,7	30,82	159,27	
Ужин:							
	Запеканка из творога со стухенным молоком	150/15	27,3	19,72	36,07	426,75	155
	Бананы свежие	95	1,5	0,5	21	95	368
	Сок яблочный	150	0,95	0	17,15	68	399
	Итого:	245	29,75	0,5	74,22	589,75	

Итого за седьмой день:			54,55	33,915	207,76	1563,59	
День 8							
Завтрак:							
	Каша овсяная молочная	150	4,02	8,35	21,32	167,25	130
	Бутерброд с сыром	30	4,33	6,82	12,13	127,33	9/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,9	10,6	70	395
	Итого:	330	10,69	18,07	44,05	364,58	525
Второй завтрак:							
	Йогурт	120	3,48	3	5,98	80,31	401
Обед:							
	Винегрет овощной	40	0,54	0,46	10,5	32,64	45
	Свекольник	150	1,2	5,1	9,49	65,85	58
	Тефтели мясные	60	4,43	5,91	5,85	85,5	286
	Картофельное пюре	120	2,79	3,84	11,76	93,6	70
	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	45	274
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
	Итого:	540	11,76	16,21	68,66	412,65	
Полдник:							
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,7	15/2
	Какао с молоком	150	3,15	3,7	12,9	88	397
	Итого:	180	3,99	4,69	36,09	194,7	
Ужин:							
	Голубцы ленивые	150/42,8	10,61	6,81	15,09	164	298
	Яблоки свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701

	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	265	12,66	7,87	47,31	308,26	
Итого за восьмой день:			42,58	49,84	202,09	1360,5	
День 9							
Завтрак:							
	Каша пшениная молочная жидкая	150	7,47	9,5	23,27	153,57	133
	Бутерброд с сыром	30	4,33	6,82	12,13	127,33	9/1
	Какао с молоком	150	3,15	3,7	12,9	88	397
	Итого:	350	14,95	20,02	48,3	368,9	
Второй завтрак:							
	Варенец	120	3,9	4,7	5,6	68,15	401
Обед:							
	Салат из свеклы с яблоком	40	1,33	3,13	3	41,33	19
	Расолыник	150	1,97	4,56	5,83	62,55	73
	Плов из курицы	130	8,3	6,34	23,65	216	100
	Кисель из плодового концентрата	150	0,42	0,045	22,65	92,7	213
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,29	56,7	700
	Итого:	500	13,82	14,375	68,42	469,28	
Подник:							
	Печенье	15	1,12	1,77	11,23	62,56	
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	165	1,22	1,78	21,43	111,56	
Ужин:							
	Макаронник	150	10,18	9,71	54,84	233	469
	Соус сметанный	20	0,21	0,75	0,88	11,11	354
	Яблоки свежие	95	0,47	0,47	11,74	43	368

	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	18/1
	Итого:	415	13,51	13,26	78,77	364,11	
Итого за девятый день:			47,4	54,135	222,52	1382	
День 10							
Завтрак:							
	Каша молочная "Дружба"	150	3,65	6,65	25,3	174	134
	Бутерброд с маслом	30	2,01	3,87	12,13	91,33	1
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	10,2	49	194
	Итого:	330	5,76	10,53	47,63	314,33	
Второй завтрак:							
	Ряженка	120	3,48	3	5,04	78,78	401
Обед:							
	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком	40	1,46	3,66	2,73	46	7
	Суп рыбный	150	7,14	4,08	14,32	120,68	48
	Курица, тушенная в соусе с овощами	130	5,06	6,33	12,99	138,32	302
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	52,26	701
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,86	37,8	700
	Итого:	510	16,67	14,865	70	479,81	
Полдник:							
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,7	15/2
	Морс	150	0,116	0,083	10,51	44,241	22/1
	Итого:	180	0,956	1,073	33,7	150,941	

Ужин:							
	Творожно-рисовая запеканка	130	15,43	19,35	25,75	329,6	157
	Сок яблочный	150	0,95	0	17,15	68	399
	Итого:	280	16,38	19,35	42,9	397,6	
Итого за десятый день:			43,246	48,818	199,27	1421,461	
Среднее значение за период			48,722	50,4	210,131	1421,896	