



## МЕНЮ

Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_

1 День Сад

Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
Ж.В. Штебе/

Неделя

: 1

понедельни

День: к

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углевод ы		
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6	7	29	200	233,18
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	465,21
	Батон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Масло сливочное	5		4		33	79
	<b>Итого за Завтрак</b>	430	11	15	56	386	
<b>Завтрак 2</b>					13	55	501
	Сок	170	1		13	55	
<b>Итого за Завтрак2</b>		170	1		13	55	
<b>Обед</b>	Овощи свежие порционные (огурец)	60			1	7	148
	Суп крестьянский с крупой	200	2	4	8	77	119
	Котлеты "Школьные"	70	11	8	9	148	347,18
	Каша гречневая рассыпчатая	130	8	6	34	216	202
	Соус томатный с овощами	30		2	1	27	420
	Компот из свежих плодов	180			10	41	486,18
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>	720	25	20	85	627	
<b>Полдни к</b>					9	107	469
	Молоко кипяченое	200	6	5	16	96	580
	Кондитерское изделие	50	2	3	25	203	
<b>Итого за Полдник</b>		250	8	8	25	203	
<b>Ужин</b>	Котлеты рыбные любительские	70	8	1	4	63	308
	Рагу из овощей	130	3	6	13	124	176,21
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Ужин</b>	450	15	7	49	338	
<b>Итого за день</b>	2 020	60	50	228	1609		

Калькулятор \_\_\_\_\_

Технолог \_\_\_\_\_





## МЕНЮ

Согласовано:  
Директор

2 День Сад

Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Штебе/

Неделя

: 1

День: вторник

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак	Каша гречневая вязкая	200	9	8	32	232	213
	Чай с молоком	200	2	1	12	64	460
	Батон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	<b>Итого за Завтрак</b>		440	16	14	57	415
Завтрак 2					16	70	82
	Фрукт	160			16	70	
<b>Итого за Завтрак2</b>		160					
Обед	Салат из свеклы с чесноком.	60	1	4	5	54	34
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	5	14	18	224	104,21
	Плов из отварной птицы	200	20	17	25	333	375
	Компот из смеси сухофруктов	180	1		18	76	495,18
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>		690	31	35	88	798
Полдник					8	101	470
	Кефир	200	6	5		181	540,01
	Шанежка с картофелем	60	6	5	27	282	
<b>Итого за Полдник</b>		260	12	10	35		
Ужин					7	62	21,18
	Салат из моркови.	60	1	4		260	268
	Омлет натуральный	150	13	21	3	38	457
	Чай с сахаром	200			9	52	574
	Хлеб ржаной	25	2		10	59	573
	Хлеб пшеничный	25	2		12	471	
<b>Итого за Ужин</b>		460	18	25	41	2036	
<b>Итого за день</b>		2 010	77	84	237		

Калькулятор

Технолог





## МЕНЮ



Согласовано:  
Директор

3 День Сад



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Цыбе/

Неделя : 1

День: среда

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7	7	33	219	220
	Кофейный напиток с молоком	200	1	1	11	63	464,01
	Багон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Повидло фруктовое	10			7	26	86
	<b>Итого за Завтрак</b>		435	10	9	64	373
Завтрак 2					13	55	501
	Сок	170	1		13	55	
<b>Итого за Завтрак2</b>		170	1		13	55	
Обед	Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	56	1,21
	Свекольник со сметаной	200	2	4	8	75	98,02
	Печень по-строгановски	70	14	9	5	158	356,18
	Макаронные изделия отварные	130	5		26	165	256
	Компот из свежих плодов	180			10	41	486,18
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>		690	26	17	76	606
Полдник	Молоко кипяченое	200	6	5	9	107	469
	Манник	60	3	3	19	116	550,21
	<b>Итого за Полдник</b>		260	9	8	28	223
Ужин	Рагу из птицы	200	17	21	14	313	376
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	<b>Итого за Ужин</b>		450	21	21	46	464
<b>Итого за день</b>		2 005	67	55	227	1721	

Калькулятор

Технолог





# МЕНЮ



Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_

4 День Сад



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
Ж.В. Штебе/

Неделя : 1

День: четверг

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6	5	19	144	140
	Какао с молоком	200	3	3	14	94	462
	Батон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	<b>Итого за Завтрак</b>		440	14	13	46	357
Завтрак 2	Фрукт	160			16	70	82
	<b>Итого за Завтрак2</b>		160			16	70
Обед	Суп-пюре из картофеля	200	4	5	14	117	132
	Гренки	10	1		9	41	143
	Кнели мясные с рисом	70	9	8	5	131	338,21
	Капуста тушеная	130	3	4	11	94	380
	Напиток из шиповника	200	1		18	78	496
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
<b>Итого за Обед</b>		660	22	17	79	572	
Полдник	Йогурт	200	6	5	8	101	470
	Булочка российская	60	4	4	29	168	544,18
	<b>Итого за Полдник</b>		260	10	9	37	269
Ужин	Салат из моркови,	60	1	4	7	62	21,18
	Запеканка из творога	150	32	9	25	310	279,18
	Кисель	50			4	15	484
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
<b>Итого за Ужин</b>		510	37	13	67	536	
<b>Итого за день</b>		2 030	83	52	245	1804	

Калькулятор \_\_\_\_\_ /

Технолог \_\_\_\_\_ /





## МЕНЮ



Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_

5 День Сад



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Штебе/

Неделя

: 1

День: пятница

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак	Каша "Дружба"	200	5	7	28	191	226
	Кофейный напиток с молоком	200	1	1	11	63	464,01
	Батон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Масло сливочное	5		4		33	79
			430	8	13	52	352
<b>Итого за Завтрак</b>							
Завтрак 2					13	55	501
	Сок	170	1		13	55	
<b>Итого за Завтрак2</b>							
Обед	Салат витаминный	60	1	4	4	51	2,18
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	200	2	2	13	81	116
	Суфле рыбное	80	11	5	2	90	303,18
	Картофельное пюре	130	3	5	8	88	377
	Компот из смеси сухофруктов,	180	1		18	76	495,18
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
			700	22	16	67	497
<b>Итого за Обед</b>							
Полдник					9	107	469
	Молоко кипяченое	200	6	5	16	96	580
	Кондитерское изделие	50	2	3	25	203	
<b>Итого за Полдник</b>							
Ужин	Котлеты куриные припущенные	70	11	7	6	128	372,18
	Пюре из гороха с маслом	130	14	3	25	185	389,18
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
			450	29	10	63	464
<b>Итого за Ужин</b>							
<b>Итого за день</b>							
		2 000	68	47	220	1571	

Калькулятор \_\_\_\_\_

Технолог \_\_\_\_\_





## МЕНЮ

Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_

6 День Сад

Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Штебе/



Рацион: МЕНЮ САД		Неделя : 2	День: понедельник				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7	7	33	219	220
	Чай с молоком	180	1	1	10	58	460
	Батон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Масло сливочное	5		4		33	79
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>410</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>56</b>	<b>375</b>	
Завтрак 2	Сок	170	1		13	55	501
	<b>Итого за Завтрак2</b>	<b>170</b>	<b>1</b>		<b>13</b>	<b>55</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов с луком	60		4	2	41	15,21
	Суп картофельный с крупой	200	2	3	8	66	114,21
	Бигус	200	18	13	5	213	329,21
	Компот из смеси сухофруктов,	180	1		18	76	495,18
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>	<b>690</b>	<b>25</b>	<b>20</b>	<b>55</b>	<b>507</b>	
Полдник	Молоко кипяченое	200	6	5	9	107	469
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>25</b>	<b>203</b>	
Ужин	Запеканка картофельная с печеню	150	11	4	13	134	354,01
	Соус сметанный	50	1	5	1	50	408,18
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>46</b>	<b>335</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 970</b>	<b>60</b>	<b>50</b>	<b>195</b>	<b>1475</b>		

Калькулятор \_\_\_\_\_

Технолог \_\_\_\_\_









## МЕНЮ



Согласовано:  
Директор

8 День Сад



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Штебе/

Неделя

: 2

День: среда

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6	8	26	202	232
	Кофейный напиток с молоком	200	1	1	11	63	464,01
	Батон нарезной	25	2	1	13	65	576
	Масло сливочное	5		4		33	79
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>430</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>50</b>	<b>363</b>	
Завтрак 2					13	55	501
	Сок	170	1		13	55	
<b>Итого за Завтрак 2</b>		170	1		13	55	
Обед	Салат из капусты белокачанной и огурцов	60	1	4	2	42	5
	Борщ с капустой и картофелем	200	6	14	22	240	95,21
	Жаркое по-домашнему	200	19	14	26	307	328,21
	Компот из яблок с лимоном	180			13	54	487
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>	<b>690</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	<b>85</b>	<b>754</b>	
Полдник					9	107	469
	Молоко кипяченое	200	6	5	24	124	545
	Сдоба обыкновенная	50	4	6	33	231	
<b>Итого за Полдник</b>		250	10	6	33	231	
Ужин	Кнели рыбные припущенные	70	9	1	2	52	302,18
	Рагу из овощей	130	3	6	13	124	176,21
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>16</b>	<b>7</b>	<b>47</b>	<b>327</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 990</b>	<b>66</b>	<b>59</b>	<b>228</b>	<b>1730</b>		

Калькулятор

Технолог





## МЕНЮ



Согласовано:  
Директор

9 День Сад



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Штебе/

Неделя

: 2

День: четверг

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	6	7	31	209	227
	Чай с молоком	200	2	1	12	64	460
	Батон нарезной	30	2	1	15	78	576
	Повидло фруктовое	15			10	39	86
	<b>Итого за Завтрак</b>		445	10	9	68	390
Завтрак 2					16	70	82
	Фрукт	160			16	70	
<b>Итого за Завтрак2</b>		160					
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	5	3	12	93	113,21
	Суфле из кур	70	9	9	3	129	368,21
	Капуста тушеная	130	3	4	11	94	380
	Компот из смеси сухофруктов	180	1		18	76	495,18
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>		630	22	16	66	503
Полдник					8	101	470
	Йогурт	200	6	5	32	174	577,13
	Булочка Алтайская	60	5	3	40	275	
<b>Итого за Полдник</b>		260	11	8			
Ужин	Салат из моркови	150	2	9	17	156	21,18
	Запеканка из творога	150	32	9	25	310	279,18
	Кисель	50			4	15	484
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	<b>Итого за Ужин</b>		600	38	18	77	630
<b>Итого за день</b>		2 095	81	51	267	1868	

Калькулятор

Технолог





## МЕНЮ



Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_

10 День Сад



Утверждено:  
Индивидуальный предприниматель  
/Ж.В. Штебе/

Неделя : 2

День: пятница

Рацион: МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5	6	26	181	230,18
	Кофейный напиток с молоком	180	1	1	10	57	464,01
	Батон нарезной	30	2	1	15	78	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	<b>Итого за Завтрак</b>		425	11	12	51	370
Завтрак 2							
	Сок	160	1		12	52	501
<b>Итого за Завтрак2</b>		160	1		12	52	
Обед	Салат овощной	60	1		4	22	75,13
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2	4	11	88	100,21
	Фрикадельки рыбные	70	10	1	5	76	353,13
	Картофельное пюре	130	3	5	8	88	377
	Компот из апельсинов с яблоками	180			14	60	488,21
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	<b>Итого за Обед</b>		690	20	10	64	445
Полдник							
	Молоко кипяченое	200	6	5	9	107	469
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
<b>Итого за Полдник</b>		250	8	8	25	203	
Ужин	Голубцы ленивые,	70	7	8	3	115	333
	Макаронные изделия отварные	130	5		26	165	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	573
	Хлеб ржаной	25	2		10	52	574
<b>Итого за Ужин</b>		500	17	10	63	457	
<b>Итого за день</b>		2 025	57	40	215	1527	

Калькулятор \_\_\_\_\_

Технолог \_\_\_\_\_