

№ п/п	Наименование блюда	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32				
№ п/п	Наименование блюда	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	Хлеб ржаной (ржано пшеничный)	Мука пшеничная хлебопекарная	Мука картофельная (крахмал)	Крупы (злаки) бобовые	Макаронные изделия группы А	Картофель*	Овощи, зелень.*	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты (плоды) свежие*	Фрукты (плоды) сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло коровье сладкосливочное	Масло растительное	Яйцо куриное диетическое	Молоко, кисломолочные продукты	Творог, творожные изделия	Колбасные изделия	Мясо*	Птица (цельнобройлеры I категории потр.)*	Рыба*	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные				
45	Каша вязкая пшеничная					30									10	3			150																
13	Чай с сахаром														12												0,6								
87	Бульон с докторской говядиной	25	0	0	0	30	0	0	0	0	0	0	0	8	22	3	0	0	150	0	0	0	0	0	0	0	0,6	0	0	0	0	0			
Итого		25	0	0	0	30	0	0	0	0	0	0	0	8	22	3	0	0	150	0	0	0	0	0	0	0,6	0	0	0	0	0	0			
ГП	Сек.фруктовый (овощной)									150																									
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
51	Салат из чорквы с зелеными горошком																																		
57, 46	Суп. картофельный с овощами с петрушкой и суп-терками из говядины или порcelet. Овощной суповый бульон из говядины			12												2,6																			
63, 6	Суп. свекольный			10		6										1,4	6	3					45												
73	Каша пшеничная			1,4											2		4							9											
88	Каша из кураги			2											18																				
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																																	
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	50																																
Итого		20	50	25,4		8	6	0	35	275	0	0	18	0	20	4	15	5	12	0	0	45	27	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0		
21, 74	Кислоеопарный продукт или молоко кипяченое																																		
91	Творог молочный	50														8		15	185																
Итого		50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8		15	185																
80	Картофельная запеканка (овощи) с рыбой																																		
86	Кофейный напиток с молоком сухим																																		
76	Хлеб пшеничный или хлеб ржаной	25																																	
Итого		25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	90	0	0	8	8	0	4	36	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0		
Итого	Норма соли пищевой поваренной на весь день	120	50	25,4	8	36	0	190	311	150	0	90	18	8	30	23	15	24	397	0	0	45	27	52	9	0,6	2	0	6	0	0	0			
Итого за день		120	50	25,4	8	36	0	190	311	150	0	90	18	8	30	23	15	24	397	0	0	45	27	52	9	0,6	2	0	6	0	0	0	0		

Ужин

Полдник

Обед

Завтрак

2 завтрака



№ п/п	Наименование блюда	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
1																																	
10	Каши вязкая молочная с хлопьями овсяными "Смектин"					20									5	3			150														
15	Какао с молоком														12				80												1,5		
3	Ватерфорд с мясом и сыром	25	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	17	5	8	0	0	230	0	0	0	0	0	0	16	0	0	1,5	0	0		
	Итого																																
94	Напиток витаминизированный "Балетек" или др. напиток										160																						
	Итого										160																						
17	Икра рыбачья (промышленного производства)																																
41	Суп картофельный с зелеными бобами салатами							69	13							1,6		2															
40	Сотис Рыба тушеная в сметанном соусе			0,9				44								0,9	5	4															
12	Каша гречневая							98	32,7																								
9	Каша из сухих фруктов																																
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб из ржаной	20											20		11		4																
ГП	Хлеб ржаной (жвано-пшеничный)		40																														
	Итого		20	40	0,9	0	0	167	149,7	0	0	0	20	0	11	2,5	9	2	0	0	0	0	32	0	0	96	8	0	0	0	0	0	
	Итого																																
21/24	Кислое молоко продукт или молоко кипяченое														10	3	1	10	185														
66	Сметана на сметане			41											10	3	1	10	185														
	Итого			41											10	3	1	10	185														
25	Сырники из творога с маслом сливочным					20									16	5	3	5	35														
5/6	Чай с молоком														12				50														0,6
76	Фрукты свежие (банан)														90				90														0,6
	Итого					20									28	5	3	5	85														0,6
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																
	Итого за день	45	80	61,9	0	29	0	167	149,7	0	160	90	20	0	66	18,5	13	17	500	136	0	32	0	96	29	16	0,6	0	1,5	6	0	0	

Завтрак

Обед

Ужин











День 2, лет. 11 человек участвовало

День 5

№ п/п	Наименование блюда	Хлеб пшеничный или кукурузный	Хлеб ржаной (ржаное пшеничный)	Мука пшеничная хлебопекарная	Мука маргоферановая (баратца)	Крупы (старый) большие	Макaronные изделия (трупки) А	Картофель	Пюре из картофеля	Сыры ферментированные (сыростенные)	Варенки	Макаронизированные (готовый продукт)	Фрукты (ягоды) свежие	Фрукты (ягоды) сушеные	Консервированные изделия	Сахар	Масло коровье сливочное	Масло растительное	Яйца куриные диетические	Молоко, молокозменные продукты	Творог, творожные изделия	Колбасные изделия	Мясо	Пшеница (цельнозерновая) категория А	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Каша-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32								
		<b>Завтрак</b>																																					
22	Омлет картофельный с картофелем																		80	50																			
23	Икра кабачковая (свежемороженого производства)																																						
24	Кофейный напиток с сахаром, сливочным маслом																			36								2											
25	Булочка с маслом и сыром	25																									16												
	<b>Итого</b>	25													8	13			80	86							16												
		<b>2 завтрак</b>																																					
26	Вареники мясные с картофелем																																						
27	"Валетек" варенье ягодное										160																												
	<b>Итого</b>										160																												
		<b>Обед</b>																																					
28	Салат из зеленого горошка (с курицей и луком) салатный																	5																					
29	Свекольник с мясом (с картофель)							24	74						1	2							43			6													
30	Булочка с маслом			10					40									4	6				28																
31	Суп куриный с овощами			17					109							17																							
32	Картофельное пюре							128												24																			
33	Булочка с маслом и сыром													20	11																								
34	Хлеб пшеничный или кукурузный	20																																					
35	Хлеб ржаной (ржаное пшеничный)		50																																				
	<b>Итого</b>	20	50	11,7		4		162	186,9				40	20	12	8,7	9	6	24				41																
		<b>Полдник</b>																																					
36	Кисломолочный продукт или молоко домашнее																																						
37	Блины или лепешки с начинкой																																						
	<b>Итого</b>			23											2		2		72																				
		<b>Ужин</b>																																					
38	Овощи натертое (солью или сметаной)																																						
39	Каша (пшеничная) с маслом																																						
40	Каша (пшеничная) с маслом																																						
41	Каша (пшеничная) с маслом																																						
42	Хлеб пшеничный или кукурузный	25																																					
43	Фрукты свежие (бананы)											50																											
44	Чай с сахаром																																						
	<b>Итого</b>	25										50																											
45	Нарма соевая (пшеничная) на весь день																																						
	<b>Итого за день</b>	83	50	24,7		8,4		162	246,9		160	50	20	0	24	26,7	11	91	435	0	0	41	52		6	16	0,6	2		6									







№ п/п	Наименование блюда	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
1	Наименование блюда	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
14	Каши вязкие молочная "Дружба"					30									5	3			150													
15	Каши с хлопками														12				80													
3	Ватрушка с маслом и сыром	25														5			230							16						
Итого		25	0	0	0	30	0	0	0	0	0	0	0	0	17	8	0	0	230	0	0	0	0	0	0	16	0	0	1,5	0	0	
	Напитки витаминизированный напиток, или др. напиток										160									160												
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23	Смесь с легким печеньем								8																							
47	Суп варено-фрикадельный с борщами, с мясом					16			40	188						2																
19	Жидкое по-домашнему							85	33,7																							
9	Котлет из свинины												20																			
II	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																														
II	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50																													
Итого		20	50	0	0	16	0	125	60,5	0	0	0	20	0	11	2	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
21, 74	Каждый новый продукт или нового животного																		185													
II	Копчености и изделия (говядина или курица или баранина или др.)																															
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	85	0	0	0	0	185	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Вареники лепешки																															
77	Суп молочный сладкий																															
13	Наи с сахаром																															
76	Фрукты свежие (яблоко)	0										120																				
Итого		0	0	33	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	29	2	0	12	38	128	0	0	0	0	0	0	0,6	0	0	0	0	
	Порция соли пищевой поваренной на весь день																															
Итого за день		45	50	33	0	46	0	125	60,5	0	160	120	20	85	57	12	8	12	453	128	0	95	0	38	0	16	0,6	0	1,5	6	0	

Обег

Ужин

Полдник

Завтрак



День 3-7 мес. 12 часовое пребывание

День 8

№ п/п	Наименование блюда	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	Хлеб ржаной (ржаной пшеничный)	Мука пшеничная хлебопекарная	Мука картофельная (крахмал)	Крупы (злаки) бобовые	Макаронные изделия группы А	Картофель*	Овощи, зелень*	Сок фруктовый (овощные)	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	Фрукты (плоды) свежие*	Фрукты (плоды) сушеные	Консервные изделия	Сахар	Масло коровье сливочное	Масло растительное	Ябло куриное диетическое	Молоко, кефир, молочные продукты	Творог, творожные изделия	Колбасные изделия	Мясо*	Птица (шпатель, бройлеры 1 категории полн.)*	Рыба*	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные		
<b>Завтрак</b>																																	
68	Каша овсяная					25									5	3			150														
2	Кофейный напиток с молоком														12				80										2				
87	Булочка с изюмом или повидлом	25													8																		
	Итого	25	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	8	17	3	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	
<b>2 завтрак</b>																																	
П1	Сок фруктовый (овощной)									150																							
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Обед</b>																																	
24	Салат из зеленого горошка (взв. дубы) с луком перьями								56								5																
	Сельдь с соусом лимонно-уксусным														1	2						27		6									
	Колбасные изделия отварные																																
	Картофель тушеный								182						4		6				70												
	Котлет из свинины фарш																																
П2	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20										37			12																		
П3	Хлеб ржаной (ржаной пшеничный)	20	30	2	0	0	0	34	112	0	0	37	0	0	17	2	11	0	0	0	70	0	27	0	6	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Полдник</b>																																	
25	Кисломолочный продукт (йогурт) с творогом из диетического теста																																
26	Фрукты свежие (сезонные)			26,8								60			3	0,8		4,2														1,6	
	Итого	0	0	26,8	0	0	0	0	0	0	0	60	0	0	3	0,8	4,2	185	10	18,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,6	
<b>Ужин</b>																																	
27	Закуска овощная	13				6		66	224																								
П4	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																															
П5	Чай с лимонком														12													0,6					
	Итого	38	0	0	0	6	0	66	224	0	0	0	0	0	12	3	5	10	0	0	0	0	0	0	0	6	0	0,6	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																														6		
	Итого за день	83	30	28,8	0	31	0	100	536	150	0	102	0	8	49	11	16,8	14,5	425	18,4	70	0	27	0	12	0	0,6	2	0	6	1,6		











	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	Хлеб ржаной (жарено-пшеничный)	Мука пшеничная хлебопекарная	Мукакартофельная (крупчатка)	Крупа (злаки)облавыг	Макаронные изделия (паста) А	Картофель	Овощи (кроме картофеля)	Селеди фрукты (овощи) замороженные (готовый продукт)	Ягоды (фрукты) замороженные (готовый продукт)	Фрукты (ягоды) свежие*	Фрукты (плоды) сушен	Консервированные овощи	Сахар	Масло коровье сливочное	Масло растительное	Яйца куриные перепелиные	Молоко, молочные продукты	Творог, творожные изделия	Мясо	Птица (окорочок, фрикадельки, котлеты)	Рыба*	Сметана	Сыр	Чай	Кофе instant	Какао порошок	Соль	Дрожжи хлебопекарные		
Яйца на 10 штук	798	490	280,4	30,8	407	116	1286	2534	1050	480	998	116	204	456,6	217,3	113,9	245,2	4410	414,4	70	578	253	382	114	64	6	12	6	60	4,8	
Согласно требованиям к ПП (группа)	79,8	49	28,04	3,08	40,7	11,6	128,6	253,4	105	48	99,8	11,6	20,4	45,66	21,73	11,39	24,52	441	41,44	7	57,8	25,3	38,2	11,4	6,4	0,6	1,2	0,6	6	0,48	
Норма продуктов питания	80	50	29	3	43	12	140	260	100	50	100	13	20	47	21	11	24	450	40	6,9	55	21	37	11	6,4	0,6	1,2	0,6	6	0,5	
Согласно требованиям к ПП (группа)	99,75	98,00	96,69	102,67	94,65	96,67	99,00	97,46	105,00	96,00	99,80	105,45	102,00	97,14	103,48	103,55	102,17	98,00	103,60	101,45	105,09	105,42	104,59	103,64	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	96,00
Приспускание отклонения от рекомендуемых норм питания	-0,25	-2,00	-3,31	2,67	-5,35	-1,33	-1,00	-2,54	5,00	-4,80	-0,20	5,45	2,00	-2,85	-3,48	-3,55	2,17	2,00	3,60	-1,15	5,09	5,42	-4,59	3,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-4,00	

Примечание: \* согласно приложения 10 СанПиН 2.4.1.3049-13 при формировании меню ведется подсчет норм нетто сырья продуктов питания: картофеля, овощей, фруктов, мяса птицы, рыбы.  
1 - согласно требований приложения 10 СанПиН 2.4.1.3049-13 допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания ±4,5%.

