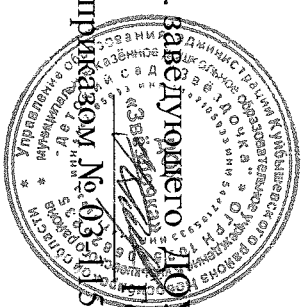


Утверждаю
И.о. заведующего ДОУ «Звездочка»
Ломзякова Н.Н.
приказом № 03-1/5 от 10.06.2026



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 до 7 лет
Период: с 01.07.2026 по 31.08.2026

Примерное 10-ти дневное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях

Возрастная категория: от 3 до 7 лет.
С июля 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Омлет натуральный	100	7,17	10,70	2,15	132,00	№ 117 Пермь 2001г
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,24	0,06	6,52	26,00	№ 54-3гн Новосибирск 2022г.
итого за завтрак 1			8,93	15,46	18,99	248,00	
завтрак 2	Напиток из смеси сухофруктов	100	0,11	0,00	9,71	38,00	№ 80 Новосибирск 2000г
			0,11	0,00	9,71	38,00	
итого за завтрак 2	Икра морковная	50	0,89	4,04	5,18	61,00	№ 54-12з Новосибирск 2022г.
	Рассольник ленинградский со сметаной	180/5	19,88	12,35	98,88	586,00	№ 132 Москва 2004г.
	Макаронные изделия отварные	100	3,56	4,11	23,74	149,00	№54-1г Новосибирск 2022г
	Котлета "Особенная" из мяса птицы	50	2,94	8,35	3,07	99,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г
	Соус красный основной	30	0,25	0,62	1,93	14,00	№ 54-3соус Новосибирск 2022г
	Компот из кураги	180	0,94	0,00	18,15	73,00	№ 54-2хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "У рожданный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
итого за обед			31,40	29,85	169,85	1 073,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,04	5,76	7,38	106,00	№ 245 Пермь 2001г
	Сдоба обыкновенная	50	4,02	2,91	29,40	162,00	№ 288 Пермь 2001г
итого за полдник			9,06	8,67	36,78	268,00	
ужин	Каша жидкая молочная кукурузная	150	2,12	5,70	5,85	82,00	№ 54-1к Новосибирск 2022г
	Чай со смородиной и сахаром	180	0,19	0,05	6,39	24,00	№ 54-6гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "У рожданный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			4,54	6,03	26,53	174,00	
Итого за день:			54,04	60,01	261,86	1 801,00	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная овсяная	150	5,04	7,39	18,06	158,00	№ 54-22к Новосибирск 2022г
	Чай с молоком	180	1,44	1,49	8,44	50,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			8,00	9,46	40,22	274,00	
завтрак 2	Фрукт свежий	100	0,92	0,29	13,22	61,00	№ 10 Москва №653
итого за завтрак 2			0,92	0,29	13,22	61,00	

обед	Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,30	7,00	№8 Новосибирск 2018г
	Свекольник со сметаной	180/5	17,37	22,00	62,00	569,00	№ 54-18с Новосибирск 2022г
	Картофельное пюре	100	2,15	4,59	14,48	110,00	№ 54-11г Новосибирск 2022г
	Суфле рыбное	50	5,29	2,86	3,33	60,00	Обработка
	Соус белый основной	30	0,17	1,26	1,09	16,00	№ 582 Москва 2004г
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	9,82	40,00	№ 54-32хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
итого за обед	Хлеб "Урожайный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
			28,46	31,28	110,92	893,00	
подпики	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,40	4,50	8,46	95,00	№ 260 Пермь 2001г
	Булочка школьная	50	4,38	3,18	30,63	169,00	№ 54-9в Новосибирск 2022г
итого за подпики			9,78	7,68	39,09	264,00	
	Гарнир сложенный	150	3,35	7,02	20,17	151,00	№ 210 Пермь 2001г
	Напиток из пшопника	180	0,72	0,00	20,68	37,00	№ 54-13хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			6,30	7,30	55,14	256,00	
	Итого за день:		53,46	56,01	258,59	1 748,00	

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак 1	Вутерброд с сыром	20/5	2,65	2,03	10,28	71,00	№ 3 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная пшениная	150	6,53	9,93	30,97	240,00	№ 54-24к Новосибирск 2022г
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	9,91	37,00	№ 54-2гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			9,36	11,96	51,16	348,00	
завтрак 2	Напиток из свежемороженных ягод	100	0,00	0,00	9,98	38,00	№ 262 Пермь 2001г
итого за завтрак 2			0,00	0,00	9,98	38,00	
обед	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	50	1,07	3,29	5,22	54,00	№ 54-34з Новосибирск 2022г.
	Суп "Кудрявый" со сметаной	180/5	2,78	5,07	15,29	120,00	Обработка
	Капуста тушеная	100	2,50	2,92	9,75	76,00	№ 54-8г Новосибирск 2022г
	Биточки по-Московски	50	4,65	11,13	4,53	136,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,49	0,00	16,32	69,00	№ 54-1хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
итого за обед			14,43	22,79	70,01	546,00	
подпики	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,04	5,76	7,38	106,00	№ 245 Пермь 2001г
	Крендель сахарный	50	4,39	7,21	30,08	203,00	№ 119 Новосибирск 2000г

Итого за полдник			9,43	12,97	37,46	309,00	№ 135 Пермь 2001г
	Пудинг творожный запеченный	150	18,64	10,90	59,00	395,00	
	Соус молочный сладкий	30	0,76	1,72	4,90	37,00	№ 234 Пермь 2001г
ужин	Компот из изюма	180	0,27	0,00	15,14	59,00	№ 54-4хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
Итого за ужин			21,90	12,90	93,33	559,00	
Итого за день:			55,12	60,62	261,94	1 800,00	

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная манная	150	4,19	5,86	20,29	150,00	№ 54-27к Новосибирск 2022г
	Какао с молоком	180	3,17	3,35	14,96	100,00	№ 242 Пермь 2001г
итого за завтрак 1			8,88	13,91	45,57	340,00	
завтрак 2	Напиток ягодный	100	0,05	0,05	13,20	51,00	№ 701 Москва 2004г
итого за завтрак 2			0,05	0,05	13,20	51,00	
	Салат "Сказка"	50	0,35	10,06	9,05	127,00	№ 14 Новосибирск 2000г
обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/5	1,43	5,23	10,00	91,00	№ 110 Москва 2004г
	Плов из грудки куриной	150	17,81	11,76	26,26	310,00	№ 191 Пермь 2001г
	Компот из кураги	180	0,94	0,00	18,15	73,00	№ 54-2хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
итого за обед			23,47	27,43	82,36	692,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,40	4,50	8,46	95,00	№ 260 Пермь 2001г
	Печенье сахарное	30	2,26	0,00	22,32	124,00	№ 12.6 в Новосибирск 2018г
итого за полдник			7,66	4,50	30,78	219,00	
ужин	Макаронник с маслом сливочным	150/5	11,55	14,00	69,00	406,00	№ 110 Пермь 2001г
	Чай со смородиной и сахаром	180	0,19	0,05	6,39	24,00	№ 54-6гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			13,97	14,33	89,68	498,00	
итого за день:			54,03	60,22	261,59	1 800,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							
	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г

завтрак 1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,20	4,73	14,80	118,00	№ 45 Пермь 2001г
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,24	0,06	6,52	26,00	№ 54-3гн Новосибирск 2022г.
итого за завтрак 1			5,96	5,37	35,04	210,00	
завтрак 2	Напиток из шиповника	100	0,40	0,00	9,49	13,00	№ 54-13хн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 2			0,40	0,00	9,49	13,00	
обед	Салат из моркови и яблок	50	0,46	5,08	3,67	62,00	№ 54-11з Новосибирск 2022г
	Суп картофельный с горохом	180	8,00	20,66	59,00	460,00	№ 37 Пермь 2001г
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,82	5,26	28,61	188,00	№ 54-4г Новосибирск 2022г
	Колбаса из грудки куриной	50	8,87	5,92	5,09	122,00	№ 189 Пермь 2001г
	Соус красный основной	30	0,25	0,62	1,93	14,00	№ 54-3оус Новосибирск 2022г
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	9,82	40,00	№ 54-32хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
итого за обед	Хлеб "Урожайный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
	Булочка российская	50	26,48	38,06	127,02	977,00	№ 284 Пермь 2001г
полдник			3,40	4,78	30,33	177,00	№ 245 Пермь 2001г
итого за полдник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,04	5,76	7,38	106,00	
итого за полдник	Картофель отварной	150	8,44	10,54	37,71	283,00	№ 214 Пермь 2001г
	Биточки рыбная (минтай)	50	2,97	0,59	24,21	119,00	№ 54-3р Новосибирск 2022г
	Соус сметанный с томатом	30	7,22	1,40	4,62	60,00	№ 601 Москва 2004г
	Чай с яблоком и сахаром	180	0,39	3,77	1,49	41,00	№ 54-4бгн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	0,22	0,09	7,39	29,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			13,03	6,13	52,00	317,00	
итого за день:			54,31	60,10	261,26	1 800,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Омлет натуральный	100	17,17	12,25	44,16	394,00	№ 117 Пермь 2001г
	Чай с молоком	180	1,44	1,49	8,44	50,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			20,13	18,44	62,92	534,00	
завтрак 2	Напиток из свежемороженых ягод	100	0,00	0,00	9,98	38,00	№ 262 Пермь 2001г
итого за завтрак 2			0,00	0,00	9,98	38,00	
обед	Икра морковная	50	0,89	4,04	5,18	61,00	№ 54-12з Новосибирск 2022г.
	Суп картофельный с крупой рисовой	180	7,41	6,52	44,00	231,00	№ 138 Москва 2004г
	Каша перловая рассыпчатая	100	2,81	4,45	19,99	133,00	№ 54-5г Новосибирск 2022г.
	Биточки по-Московски	50	4,65	11,13	4,53	136,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г

учеб	Соус томатный	30	0,24	1,52	1,91	22,00	№ 238 Пермь 2001г.
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,49	0,00	16,32	69,00	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	
	Хлеб "У рожданий"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	
	Итого за обед		19,43	28,04	110,83	743,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,40	4,50	8,46	95,00	№ 260 Пермь 2001г
	Булочка школьная	50	4,38	3,18	30,63	169,00	
	Итого за полдник		9,78	7,68	39,09	264,00	
	Каша жидкая молочная кукурузная	150	2,12	5,70	5,85	82,00	
	Компот из изюма	180	0,32	0,00	18,17	71,00	
ужин	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	№ 54-1к Новосибирск 2022г Пром.
	Хлеб "У рожданий"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	
	Итого за ужин		4,67	5,98	38,31	221,00	
Итого за день:			54,01	60,14	261,13	1 800,00	

Присем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
завтрак 1	Бутерброд с сыром	20/5	2,65	2,03	10,28	71,00	№ 3 Москва 2004г
	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	2,25	6,66	7,52	97,00	№ 106 Пермь 2001г
	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	3,06	17,88	105,00	№ 258 Пермь 2001г
	Итого за завтрак 1		7,78	11,75	35,68	273,00	
	завтрак 2	100	0,92	0,29	13,22	61,00	№ 701 Москва 2004г
Итого за завтрак 2	Фрукт свежий		0,92	0,29	13,22	61,00	
	Салат "Здоровье"	50	0,73	5,05	3,29	61,00	№ 15 Прейскурант 87
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	180/5	21,42	19,52	75,69	545,00	№ 55 Пермь 2001г
	Макаронные изделия отварные	100	3,56	4,11	23,74	149,00	№ 54-1г Новосибирск 2022г
	Котлета "Особенная" из мяса птицы	50	2,94	8,35	3,07	99,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г
обед	Соус красный основной	30	0,25	0,62	1,93	14,00	№ 54-3соус Новосибирск 2022г
	Компот из кураги	180	0,94	0,00	18,15	73,00	№ 54-2хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "У рожданий"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
	Итого за обед		32,78	38,03	144,77	1 032,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,04	5,76	7,38	106,00	№ 245 Пермь 2001г
	Печенье сахарное	30	2,26	0,00	22,32	124,00	№ 12.6 в Новосибирск 2018г
	Итого за полдник		7,30	5,76	29,70	230,00	
	Каша "Дружба"	150	4,00	4,40	18,10	127,00	№ 54-16к Новосибирск 2022г
	Итого за полдник						

ужин	Чай с сахаром	180	0,15	0,00	5,27	20,00	№ 54-2гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
Итого за ужин			6,38	4,68	37,66	215,00	
Итого за день:			55,16	60,51	261,03	1 811,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная овсяная	150	5,04	7,39	18,06	158,00	№ 54-22к Новосибирск 2022г
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,24	0,06	6,52	26,00	№ 54-3гн Новосибирск 2022г.
Итого за завтрак 1			6,80	8,03	38,30	250,00	
завтрак 2	Напиток из шиповника	100	0,40	0,00	9,49	13,00	№ 54-13хн Новосибирск 2022г
Итого за завтрак 2			0,40	0,00	9,49	13,00	
обед	Салат "Овощной букет"	50	0,89	4,04	5,18	61,00	№ 54-12з Новосибирск 2022г.
	Суп картофельный с клецками	180/30	17,82	16,85	73,52	545,00	№ 54-6с Новосибирск 2022г
	Рис отварной	100	2,54	4,07	25,74	153,00	№ 201 Пермь 2001г
	Котлета рыбная (минтай)	50	7,22	1,40	4,62	60,00	№ 54-3р Новосибирск 2022г
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	9,82	40,00	№ 54-32хн Новосибирск 2022г
	Супе белый основной	30	0,17	1,26	1,09	16,00	№ 582 Москва 2004г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
	Итого за обед		31,72	28,14	138,87	966,00	
подлник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,40	4,50	8,46	95,00	№ 260 Пермь 2001г
	Прижки печенье с картофелем	60	4,64	5,12	31,18	191,00	№ 304 Пермь 2001г
Итого за подлник			10,04	9,62	39,64	286,00	
	Рагу из овощей	150	2,64	14,14	14,16	193,00	№ 83 Пермь 2001г
	Чай со смородиной и сахаром	180	0,19	0,05	6,39	24,00	№ 54-6гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
Итого за ужин			5,06	14,47	34,84	285,00	
Итого за день:			54,02	60,26	261,14	1 800,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
День 9			Б	Ж	У		
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная манная	150	4,19	5,86	20,29	150,00	№ 54-24к Новосибирск 2022г
	Чай с молоком	180	1,44	1,49	8,44	50,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г

итого за завтрак 1			7,15	12,05	39,05	290,00	
завтрак 2		Напиток из свежемороженных ягод	100	0,00	0,00	9,98	№ 262 Пермь 2001г
итого за завтрак 2				0,00	0,00	9,98	
обед	Салат "Полувинный"		50	0,83	2,82	4,33	№ 33 Новосибирск 2000г
	Суп картофельный с макаронными изделиями		180	12,00	5,54	53,23	№ 54-7с Новосибирск 2022г
	Каша гречневая рассыпчатая		100	5,82	5,26	28,61	№ 54-4г Новосибирск 2022г
	Виточки из грудки кур		50	8,87	5,92	5,09	№ 189 Пермь 2001г
	Соус томатный		30	0,24	1,52	1,91	№ 238 Пермь 2001г.
	Компот из смеси сухофруктов		180	0,49	0,00	16,32	№ 54-1хн Новосибирск 2022г
итого за обед	Хлеб пшеничный		20	1,52	0,18	9,68	Пром.
	Хлеб "Урожайный"		20	1,42	0,20	9,22	Пром.
				31,19	21,44	128,39	
подзакус	Кисломолочная или молочная продукция		180	5,40	4,50	7,20	№ 245 Пермь 2001г
	Булочка домашняя		50	3,68	7,93	31,02	№ 282 Пермь 2001г
итого за подзакус				9,08	12,43	38,22	
ужин	Картофельное пюре запеченное с маслом сливочным		150/5	4,14	13,74	23,75	№ 261 Москва 2004г.
	Чай с яблоком и сахаром		180	0,22	0,09	7,39	№ 54-46г Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный		20	1,52	0,18	9,68	Пром.
	Хлеб "Урожайный"		10	0,71	0,10	4,61	Пром.
итого за ужин				6,59	14,11	45,43	
итого за день:				54,01	60,03	261,07	1 801,00

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Суфле творожное	120	11,86	17,62	15,85	271,00	№ 365 Москва 2004г
	Соус молочный сладкий	20	0,50	1,15	3,27	26,00	№ 234 Пермь 2001г
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	9,91	37,00	№ 54-2гн Новосибирск 2022г
			14,06	19,35	42,75	400,00	
итого за завтрак 1	Напиток яблочный	100	0,05	0,05	13,20	51,00	№ 701 Москва 2004г
завтрак 2			0,05	0,05	13,20	51,00	
итого за завтрак 2							
обед	Салат из моркови и яблок	50	0,46	5,08	3,67	62,00	№ 54-11з Новосибирск 2022г
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/5	1,43	5,23	10,00	91,00	№ 110 Москва 2004г
	Жаркое по-домашнему	150	17,22	7,32	33,86	316,00	№ 54-28м Новосибирск 2022г
	Напиток с витаминами "Витоника"	180	0,00	3,10	36,59	138,00	РЦ 10.86.10.590-003-17840891-2016
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.

	Хлеб "Урожайный"	20	1,42	0,20	9,22	45,00	Пром.
Итого за обед			22,05	21,11	103,02	698,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	180	5,40	4,50	8,46	95,00	№ 260 Пермь 2001г
	Булочка российская	50	3,40	4,78	30,33	177,00	№ 284 Пермь 2001г
Итого за полдник			8,80	9,28	38,79	272,00	
ужин	Каша жидкая молочная пшеница	150	6,53	9,93	30,97	240,00	№ 54-24к Новосибирск 2022г
	Компот из изюма	180	0,32	0,00	18,17	71,00	№ 54-4хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
Итого за ужин			9,08	10,21	63,43	379,00	
Итого за день:			54,04	60,00	261,19	1 800,00	

Итого за весь период	542,20	597,90	2 610,80	17 961,00	
Среднее значение за период	54,22	59,79	261,08	1 796,10	

Приложение:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить замену на равноценные по составу продукты в
2. На полдник включаются молочные и кисломолочные продукты: кефир, снежок, ряженка.
3. Разрешается включать в меню кондитерские изделия без крема (конфеты).

В данном меню калорийность распределена между приемами пищи:

Завтрак 1.	20%
Завтрак 2.	5%
Обед.	35%
Полдник.	15%
Ужин	25%

Техник-технолог 1 категории отдела питания

[Подпись]

Н.М.Павлова

