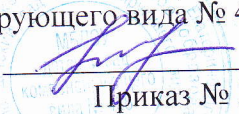


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад компенсирующего вида № 466  
ОГРН № 1026602319952  
ИНН/КПП 6658078261/665801001

---

620109 г. Екатеринбург, ул. Заводская д. 17а, 17б  
телефон/факс 8(343)308 00 91  
8(343)308 00 92  
e-mail: mdou466@mail.ru  
сайт: <http://466tvoysadik.ru>

УТВЕРЖДАЮ  
И.О. заведующего МБДОУ детского сада  
компенсирующего вида № 466  
  
А.О.Вершинина  
Приказ № 33 - м  
от "17" сентября 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
МБДОУ ДЕТСКОГО САДА КОМПЕСИРУЮЩЕГО ВИДА № 466

## ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.8/4/1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,27	7,07	25,75	188,60
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
7.035/11	Батон с повидлом	50	3,12	1,20	27,66	118,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>410</b>	<b>10,9</b>	<b>10,79</b>	<b>66,06</b>	<b>401,57</b>
4.20/10	10.00 Сок	180	0,00	0,00	18,37	84,92
<b>ИТОГО:</b>		<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18,37</b>	<b>84,92</b>
<b>ИТОГО (завтрак, 2 завтрак):</b>		<b>590</b>	<b>10,90</b>	<b>10,79</b>	<b>84,43</b>	<b>486,49</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.27/1/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	50	0,90	3,08	7,28	67,19
7.25/2/2	Суп - пюре из картофеля	180	1,22	0,21	10,06	83,51
7.061/3	Бигус с мясом	200	15,31	11,76	14,01	171,11
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги	180	0,20	0,00	15,35	63,31
7.34/2/3	Гренки	10	0,80	0,00	5,46	27,72
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>665</b>	<b>21,4</b>	<b>15,59</b>	<b>70,97</b>	<b>494,29</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.13/5/2	Запеканка из творога с морковью	150	16,20	28,50	20,65	417,22
4.12/11	Сгущенное молоко для запеканок	13	0,94	1,11	7,28	41,60
7.082	Снежок	150	3,89	4,79	16,32	124,30
7.081	Пряники	35	1,68	0,98	2,72	122,50
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
<b>ИТОГО:</b>		<b>363</b>	<b>23,85</b>	<b>35,52</b>	<b>54,49</b>	<b>740,27</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1618</b>	<b>56,15</b>	<b>61,90</b>	<b>209,89</b>	<b>1721,05</b>

с 01.09

## ВТОРОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом сливочным	180	4,13	5,43	13,52	131,00
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>12,37</b>	<b>16,53</b>	<b>48,57</b>	<b>405,55</b>
7.010	10.00 Бананы	140	1,47	0,00	21,36	87,22
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>1,47</b>	<b>0,00</b>	<b>21,36</b>	<b>87,22</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>545</b>	<b>13,84</b>	<b>16,53</b>	<b>69,93</b>	<b>492,77</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.5/1/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	50	0,80	3,38	6,10	53,49
7.2/2/2	Борщ со сметаной	180	1,57	4,09	10,92	89,54
7.82р	Запеканка картофельная с печенью	200	16,61	8,97	29,85	285,64
7.1/11/2	Соус молочный( для запеканок)	30	0,60	1,53	1,88	26,17
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,00	0,00	19,63	81,00
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>700</b>	<b>23,69</b>	<b>18,65</b>	<b>94,71</b>	<b>651,94</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н016/6	Рыба с овощами в омлете	140	18,02	9,35	3,35	214,82
4.12/10	Чай с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.015/1	Вафли	25,00	0,80	0,70	20,23	87,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>360</b>	<b>23,38</b>	<b>13,85</b>	<b>44,83</b>	<b>447,78</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1605</b>	<b>60,91</b>	<b>49,03</b>	<b>209,47</b>	<b>1592,49</b>

с 01.03

## ВТОРОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом сливочным	180	4,13	5,43	13,52	131,00
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>12,37</b>	<b>16,53</b>	<b>48,57</b>	<b>405,55</b>
7.010	10.00 Бананы	140	1,47	0,00	21,36	87,22
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>1,47</b>	<b>0,00</b>	<b>21,36</b>	<b>87,22</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>545</b>	<b>13,84</b>	<b>16,53</b>	<b>69,93</b>	<b>492,77</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.19/1/1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50	1,12	7,60	3,46	84,57
7.2/2/2	Борщ со сметаной	180	1,57	4,09	10,92	89,54
7.82р	Запеканка картофельная с печенью	200	16,61	8,97	29,85	285,64
7.1/11/2	Соус молочный( для запеканок)	30	0,60	1,53	1,88	26,17
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,00	0,00	19,63	81,00
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>700</b>	<b>24,01</b>	<b>22,87</b>	<b>92,07</b>	<b>683,02</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н016/6	Рыба с овощами в омлете	140	18,02	9,35	3,35	214,82
4.12/10	Чай с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.015/1	Вафли	25,00	0,80	0,70	20,23	87,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>360</b>	<b>23,38</b>	<b>13,85</b>	<b>44,83</b>	<b>447,78</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1605</b>	<b>61,23</b>	<b>53,25</b>	<b>206,83</b>	<b>1623,57</b>

с 01.05

## ВТОРОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом сливочным	180	4,13	5,43	13,52	131,00
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>12,37</b>	<b>16,53</b>	<b>48,57</b>	<b>405,55</b>
7.010	10.00 Бананы	140	1,47	0,00	21,36	87,22
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>1,47</b>	<b>0,00</b>	<b>21,36</b>	<b>87,22</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>545</b>	<b>13,84</b>	<b>16,53</b>	<b>69,93</b>	<b>492,77</b>
<b>ОБЕД:</b>						
4.14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	6,05	2,20	61,75
7.2/2/2	Борщ со сметаной	180	1,57	4,09	10,92	89,54
7.82р	Запеканка картофельная с печенью	200	16,61	8,97	29,85	285,64
7.1/11/2	Соус молочный( для запеканок)	30	0,60	1,53	1,88	26,17
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,00	0,00	19,63	81,00
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>710</b>	<b>23,34</b>	<b>21,32</b>	<b>90,81</b>	<b>660,20</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н016/6	Рыба с овощами в омлете	140	18,02	9,35	3,35	214,82
4.12/10	Чай с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.015/1	Вафли	25,00	0,80	0,70	20,23	87,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>360</b>	<b>23,38</b>	<b>13,85</b>	<b>44,83</b>	<b>447,78</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1615</b>	<b>60,56</b>	<b>51,70</b>	<b>205,57</b>	<b>1600,75</b>

## ТРЕТИЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.15/4/1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,81	5,69	29,08	208,33
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
7.н035/2	Батон с маслом (25/8)	33	4,63	6,78	14,59	143,10
7.1/6/1	Яйцо отварное	20	2,40	2,03	0,10	31,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>413</b>	<b>15,35</b>	<b>17,02</b>	<b>56,42</b>	<b>477,8</b>
7.202	10.00 Апельсины	140	0,90	0,20	10,09	39,20
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>10,09</b>	<b>39,2</b>
<b>ИТОГО (завтрак, 2 завтрак):</b>		<b>553</b>	<b>16,25</b>	<b>17,22</b>	<b>66,51</b>	<b>517,00</b>
<b>ОБЕД:</b>						
2021/28/4	Икра кабачковая	60	1,20	5,40	5,64	73,20
7.н145-6	Щи со сметаной	180	1,52	2,48	7,31	58,43
7.3/3	Картофельное пюре	150	3,05	4,66	22,81	155,60
7.11/8/1-1	Гуляш из свинины	80	11,25	11,54	3,72	181,06
7.343/1	Напиток Валетек	200	0,00	0,00	0,30	1,60
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>730</b>	<b>21,13</b>	<b>24,76</b>	<b>66,11</b>	<b>585,99</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.19/3	Рагу из овощей с соусом молочным	150	3,11	5,93	17,22	141,14
4.8/12	Сдоба обыкновенная	60	5,31	3,83	37,77	207,68
4.11/10	Чай с лимоном	180	0,00	0,00	8,17	34,73
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,56	0,78	11,52	34,65
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>9,98</b>	<b>10,54</b>	<b>74,68</b>	<b>418,20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1688</b>	<b>47,36</b>	<b>52,52</b>	<b>207,30</b>	<b>1521,19</b>

с 01.09

**ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ**

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.н039-1	Запеканка творожная	130	19,49	26,14	14,47	415,41
4.12/10	Какао с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>355</b>	<b>27,05</b>	<b>36,78</b>	<b>43,16</b>	<b>655,82</b>
4.20/10	10.00 Сок	180	0,00	0,00	18,37	84,92
<b>ИТОГО:</b>		<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18,37</b>	<b>84,92</b>
<b>ИТОГО (завтрак, 2 завтрак):</b>		<b>535</b>	<b>27,05</b>	<b>36,78</b>	<b>61,53</b>	<b>740,74</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.057/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,80	2,46	6,78	46,52
7.14/2/2	Суп из овощей со сметаной	180	1,40	4,91	8,61	90,28
7.368-4	Греча с овощами	130	3,78	4,91	23,61	150,08
7.1/11/2	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0,60	1,53	1,88	26,17
4.5/9	Биточки( котлета) из мяса кур	80	14,15	13,72	12,82	255,48
7.193	Кисель из шиповника	180	0,00	0,00	21,63	91,17
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>715</b>	<b>24,51</b>	<b>28,17</b>	<b>99,57</b>	<b>766,75</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н038/7	Омлет натуральный	140	11,65	11,02	2,82	206,15
7.384	Молоко	180	4,73	5,06	7,69	106,03
7.298	Печенье	25	2,60	1,30	19,20	114,50
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
<b>ИТОГО:</b>		<b>360</b>	<b>20,12</b>	<b>17,52</b>	<b>37,23</b>	<b>461,33</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1610</b>	<b>71,68</b>	<b>82,47</b>	<b>198,33</b>	<b>1968,82</b>

**ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ**

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.н039-1	Запеканка творожная	130	19,49	26,14	14,47	415,41
4.12/10	Какао с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>355</b>	<b>27,05</b>	<b>36,78</b>	<b>43,16</b>	<b>655,82</b>
4.20/10	10.00 Сок	180	0,00	0,00	18,37	84,92
<b>ИТОГО:</b>		<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18,37</b>	<b>84,92</b>
<b>ИТОГО (завтрак, 2 завтрак):</b>		<b>535</b>	<b>27,05</b>	<b>36,78</b>	<b>61,53</b>	<b>740,74</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.29/1/1	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	50	0,71	4,48	5,48	69,61
7.14/2/2	Суп из овощей со сметаной	180	1,40	4,91	8,61	90,28
7.368-4	Греча с овощами	130	3,78	4,91	23,61	150,08
7.1/11/2	Соус молочный ( для подачи к блюду)	30	0,60	1,53	1,88	26,17
4.5/9	Биточки( котлета) из мяса кур	80	14,15	13,72	12,82	255,48
7.193	Кисель из шиповника	180	0,00	0,00	21,63	91,17
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>705</b>	<b>24,42</b>	<b>30,19</b>	<b>98,27</b>	<b>789,84</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н038/7	Омлет натуральный	140	11,65	11,02	2,82	206,15
7.384	Молоко	180	4,73	5,06	7,69	106,03
7.298	Печенье	25	2,60	1,30	19,20	114,50
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
<b>ИТОГО:</b>		<b>360</b>	<b>20,12</b>	<b>17,52</b>	<b>37,23</b>	<b>461,33</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1600</b>	<b>71,59</b>	<b>84,49</b>	<b>197,03</b>	<b>1991,91</b>



## ПЯТЫЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.16/4/1	Каша молочная ассорти ( рис, пшено) с маслом сливочным	180	4,46	5,80	21,79	170,80
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
7.н035/2	Батон с маслом (25/8)	33	4,63	6,78	14,59	143,10
<b>ИТОГО:</b>		<b>393</b>	<b>11,6</b>	<b>15,1</b>	<b>49,03</b>	<b>408,87</b>
7.131	10.00 Яблоко	140	0,50	0,00	15,00	63,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>533</b>	<b>12,10</b>	<b>15,10</b>	<b>64,03</b>	<b>471,87</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.36/1	Сельдь с картофелем и сливочным маслом	60	2,65	5,16	8,37	88,70
7.165-1	Рассольник "Ленинградский" с сметаной	200	1,94	2,99	14,02	95,75
8.43/3	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,69	38,24	209,27
7.21/8	Тефтели из мяса говядины в соусе	80	10,07	11,18	4,79	176,84
4.6/10	Компот из сухофруктов	180	0,50	0,00	18,42	80,50
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,40	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>725</b>	<b>24,27</b>	<b>24,56</b>	<b>108,08</b>	<b>758,11</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.148	Шанежка с картофелем	90	5,69	7,92	31,21	239,44
4.10/3	Морковь тушеная	150	2,10	6,91	15,69	136,13
7.075	Кефир	150	4,19	4,79	6,14	83,86
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>13,12</b>	<b>19,76</b>	<b>60,56</b>	<b>494,08</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1663</b>	<b>49,49</b>	<b>59,42</b>	<b>232,67</b>	<b>1724,06</b>

## ШЕСТОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.14/4/1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5,30	5,05	29,87	199,69
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
7.н035/2	Батон с маслом (25/8)	33	2,58	7,59	17,65	123,65
<b>ИТОГО:</b>		<b>393</b>	<b>10,39</b>	<b>15,16</b>	<b>60,17</b>	<b>418,31</b>
4.20/10	10.00 Сок	180	0,00	0,00	18,37	84,92
<b>ИТОГО:</b>		<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18,37</b>	<b>84,92</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>573</b>	<b>10,39</b>	<b>15,16</b>	<b>78,54</b>	<b>503,23</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.30/1/1	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	50	0,71	6,69	5,50	93,28
4.16/2	Суп картофельный с крупой	200	2,70	4,40	16,30	117,00
7.15/3	Свекла тушеная в молочном соусе	150	3,31	3,70	20,94	126,06
7.н163/7	Котлета мясная	70	13,74	11,65	2,46	187,52
7.343/2	Кисель Валетек	200	0,00	0,00	0,40	1,60
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>725</b>	<b>24,24</b>	<b>27,08</b>	<b>69,84</b>	<b>632,51</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.18/3	Рагу из овощей	150	2,36	3,79	16,33	110,90
7.150/3	Ватрушка с повидлом	50	3,29	3,02	27,47	161,88
7.023	Йогурт питьевой	150	7,49	4,79	12,73	127,29
7.144	Хлеб пшеничный	15	0,04	0,05	0,06	7,55
<b>ИТОГО:</b>		<b>365</b>	<b>13,18</b>	<b>11,65</b>	<b>56,59</b>	<b>407,62</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1663</b>	<b>47,81</b>	<b>53,89</b>	<b>204,97</b>	<b>1543,36</b>

с 01.09

## СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.5/4/1	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,71	4,89	25,59	177,52
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>12,95</b>	<b>15,99</b>	<b>60,64</b>	<b>452,07</b>
7.010	10.00 Бананы	140	1,47	0,00	21,36	87,22
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>1,47</b>	<b>0</b>	<b>21,36</b>	<b>87,22</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>545</b>	<b>14,42</b>	<b>15,99</b>	<b>82,00</b>	<b>539,29</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.4/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	60	1,03	4,09	8,18	69,57
7.5/2/2	Свекольник со сметаной	180	1,80	3,71	14,35	98,95
7.н047	Пюре розовое	150	2,79	4,04	18,36	127,92
7.н089	Суфле из печени	80	16,67	8,61	1,97	167,28
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги	180	0,23	0,00	15,35	63,32
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,50	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>710</b>	<b>26,63</b>	<b>21,09</b>	<b>84,54</b>	<b>643,14</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.7/7	Запеканка из рыбы с морковью	100	11,44	1,97	7,97	119,92
7.075	Кефир	150	4,19	4,79	6,14	83,86
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.307	Пряники	35,00	1,68	0,98	27,20	122,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>300</b>	<b>18,45</b>	<b>7,88</b>	<b>48,83</b>	<b>360,93</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1555</b>	<b>59,50</b>	<b>44,96</b>	<b>215,37</b>	<b>1543,36</b>

с 01.03

**СЕДЬМОЙ ДЕНЬ**

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.5/4/1	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,71	4,89	25,59	177,52
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>12,95</b>	<b>15,99</b>	<b>60,64</b>	<b>452,07</b>
7.010	10.00 Бананы	140	1,47	0,00	21,36	87,22
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>1,47</b>	<b>0</b>	<b>21,36</b>	<b>87,22</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>545</b>	<b>14,42</b>	<b>15,99</b>	<b>82,00</b>	<b>539,29</b>
<b>ОБЕД:</b>						
2021/28/4	Икра кабачковая	60	1,20	5,40	5,64	73,20
7.5/2/2	Свекольник со сметаной	180	1,80	3,71	14,35	98,95
7.н047	Пюре розовое	150	2,79	4,04	18,36	127,92
7.н089	Суфле из печени	80	16,67	8,61	1,97	167,28
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги	180	0,23	0,00	15,35	63,32
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,50	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>710</b>	<b>26,80</b>	<b>22,40</b>	<b>82,00</b>	<b>646,77</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.7/7	Запеканка из рыбы с морковью	100	11,44	1,97	7,97	119,92
7.075	Кефир	150	4,19	4,79	6,14	83,86
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.307	Пряники	35,00	1,68	0,98	27,20	122,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>300</b>	<b>18,45</b>	<b>7,88</b>	<b>48,83</b>	<b>360,93</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1555</b>	<b>59,67</b>	<b>46,27</b>	<b>226,92</b>	<b>1546,99</b>

с 01.05

**СЕДЬМОЙ ДЕНЬ**

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.5/4/1	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,71	4,89	25,59	177,52
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
4.4/13	Батон с маслом с сыром (30/5/10)	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>405</b>	<b>12,95</b>	<b>15,99</b>	<b>60,64</b>	<b>452,07</b>
7.010	10.00 Бананы	140	1,47	0,00	21,36	87,22
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>1,47</b>	<b>0</b>	<b>21,36</b>	<b>87,22</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>545</b>	<b>14,42</b>	<b>15,99</b>	<b>82,00</b>	<b>539,29</b>
<b>ОБЕД:</b>						
4.15/1	Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	0,60	6,10	2,75	66,59
7.5/2/2	Свекольник со сметаной	180	1,80	3,71	14,35	98,95
7.н047	Пюре розовое	150	2,79	4,04	18,36	127,92
7.н089	Суфле из печени	80	16,67	8,61	1,97	167,28
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги	180	0,23	0,00	15,35	63,32
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,50	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>710</b>	<b>26,20</b>	<b>23,10</b>	<b>79,11</b>	<b>640,16</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.7/7	Запеканка из рыбы с морковью	100	11,44	1,97	7,97	119,92
7.075	Кефир	150	4,19	4,79	6,14	83,86
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.307	Пряники	35,00	1,68	0,98	27,20	122,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>300</b>	<b>18,45</b>	<b>7,88</b>	<b>48,83</b>	<b>360,93</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1555</b>	<b>59,07</b>	<b>46,97</b>	<b>209,94</b>	<b>1540,38</b>

с 01.09

## ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.11/4/1	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	5,81	5,69	28,17	208,33
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
4.2/13	Хлеб с маслом, яйцом	55	4,86	6,70	15,22	138,10
<b>ИТОГО:</b>		<b>415</b>	<b>13,18</b>	<b>14,91</b>	<b>56,04</b>	<b>441,4</b>
7.202	10.00 Апельсины	140	0,90	0,20	10,09	39,20
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>10,09</b>	<b>39,2</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>555</b>	<b>14,08</b>	<b>15,11</b>	<b>66,13</b>	<b>480,60</b>
<b>ОБЕД:</b>						
4.10/1	Салат из моркови с растительным маслом	50	0,70	4,00	6,60	64,00
7.н086-7	Суп гороховый со сметаной	200	4,00	2,88	15,79	110,64
8.43/3	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,69	38,24	209,27
4.27/8	Кнели мясные паровые	80	13,62	14,78	4,61	228,66
7.3/10/1	Компот из яблок и чернослива	180	0,00	0,00	15,34	63,68
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>715</b>	<b>27,43</b>	<b>26,99</b>	<b>104,82</b>	<b>783,30</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н227/2	Картофель и овощи, тушеные в соусе	130	1,94	4,28	13,06	105,72
7.2/12	Булочка творожная	60	7,19	9,12	28,66	248,20
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
4.12/10	Чай с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
<b>ИТОГО:</b>		<b>385,00</b>	<b>13,69</b>	<b>17,20</b>	<b>62,97</b>	<b>499,38</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1655</b>	<b>55,20</b>	<b>59,30</b>	<b>233,92</b>	<b>1763,28</b>

с 01.03

## ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.11/4/1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,81	5,69	28,17	208,33
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
4.2/13	Хлеб с маслом, яйцом	55	4,86	6,70	15,22	138,10
<b>ИТОГО:</b>		<b>415</b>	<b>13,18</b>	<b>14,91</b>	<b>56,04</b>	<b>441,4</b>
7.202	10.00 Апельсины	140	0,90	0,20	10,09	39,20
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>10,09</b>	<b>39,2</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>555</b>	<b>14,08</b>	<b>15,11</b>	<b>66,13</b>	<b>480,60</b>
<b>ОБЕД:</b>						
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблок моркови с растительным маслом	50	5,60	3,40	6,45	53,90
7.н086-7	Суп гороховый со сметаной	200	4,00	2,88	15,79	110,64
8.43/3	Макаронные изделия отварные отварные	150	5,33	4,69	38,24	209,27
4.27/8	Кнели мясные паровые	80	13,62	14,78	4,61	228,66
7.3/10/1	Компот из яблок и чернослива	180	0,00	0,00	15,34	63,68
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>715</b>	<b>32,33</b>	<b>26,39</b>	<b>104,67</b>	<b>773,20</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.н227/2	Картофель и овощи, тушеные в соусе	130	1,94	4,28	13,06	105,72
7.2/12	Булочка творожная	60	7,19	9,12	28,66	248,20
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
4.12/10	Чай с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
<b>ИТОГО:</b>		<b>385,00</b>	<b>13,69</b>	<b>17,20</b>	<b>62,97</b>	<b>499,38</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1655</b>	<b>60,10</b>	<b>58,70</b>	<b>233,77</b>	<b>1753,18</b>

## ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
4.19/5	Суфле творожное	120	18,01	27,76	20,43	268,80
4.14/10	Какао с молоком	180	4,10	4,12	20,09	144,95
7.н035/2	Батон с маслом	33	4,63	6,78	14,59	143,10
<b>ИТОГО:</b>		<b>333</b>	<b>26,74</b>	<b>38,66</b>	<b>55,11</b>	<b>556,85</b>
4.20/10	10.00 Сок	180	0,00	0,00	18,18	84,92
<b>ИТОГО:</b>		<b>180</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18,18</b>	<b>84,92</b>
<b>ИТОГО (завтрак, 2 завтрак):</b>		<b>513</b>	<b>26,74</b>	<b>38,66</b>	<b>73,29</b>	<b>641,77</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.23/1/1	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растительным маслом	50	0,62	3,72	4,49	55,37
4.20/2	Суп – лапша на курином бульоне	200	1,90	2,80	11,10	78,00
7.н070-3	Жаркое по домашнему из мяса кур	200	18,92	8,67	29,49	291,02
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54	67,92
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003-3	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	18,81	81,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>690</b>	<b>25,55</b>	<b>15,87</b>	<b>87,95</b>	<b>608,41</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.18/4/2	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	150	3,65	4,82	18,33	137,96
7.384	Молоко	180	4,73	5,06	7,69	106,03
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.298	Печенье	25	2,60	1,30	19,20	114,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>370</b>	<b>12,12</b>	<b>11,32</b>	<b>52,74</b>	<b>393,14</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1573</b>	<b>64,41</b>	<b>65,85</b>	<b>213,98</b>	<b>1643,32</b>



## ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
<b>ЗАВТРАК:</b>						
7.н038/7	Омлет натуральный	140	11,65	14,33	2,82	206,15
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,52	12,65	94,97
4.4/13	Батон с маслом, сыром	45	4,14	6,98	14,96	129,60
<b>ИТОГО:</b>		<b>365</b>	<b>18,3</b>	<b>23,83</b>	<b>30,43</b>	<b>430,72</b>
7.131	10.00 Яблоко	140	0,50	0,00	14,54	55,44
<b>ИТОГО:</b>		<b>140</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>14,54</b>	<b>55,44</b>
<b>ИТОГО (завтрак, 2 завтрак):</b>		<b>505</b>	<b>18,80</b>	<b>23,83</b>	<b>44,97</b>	<b>486,16</b>
<b>ОБЕД:</b>						
7.33/1/1	Салат отварного картофеля, морской капусты и репчатого лука с растительным маслом	50	0,80	4,28	6,17	72,61
7.2/2/2	Борщ со сметаной	180	1,57	4,09	10,82	89,54
7.4/8/1	Плов из мяса	200	15,07	17,16	30,73	360,36
7.115	Компот из сухофруктов	200	0,00	0,00	18,93	77,82
7.144	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,52	34,65
7.003	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	16,72	72,40
<b>ИТОГО:</b>		<b>685</b>	<b>21,22</b>	<b>26,17</b>	<b>90,89</b>	<b>707,38</b>
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:</b>						
7.38/3/3	Запеканка морковная	150	3,85	5,75	30,87	172,27
4.12/10	Чай с молоком	180	3,42	3,66	13,73	110,81
7.144	Хлеб пшеничный	15	0,11	0,11	0,84	34,65
7.015/1	Вафли	25	0,80	0,70	20,23	87,50
<b>ИТОГО:</b>		<b>370</b>	<b>8,42</b>	<b>20,29</b>	<b>60,11</b>	<b>328,53</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1560</b>	<b>48,43</b>	<b>70,28</b>	<b>195,97</b>	<b>1522,07</b>