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

620109 г. Екатеринбург, ул. Заводская д. 17а, 176 телефон/факс 8(343) 308 00 91 8(343) 308 00 92 e-mail: mdou466@mail.ru

e-mail: mdou466@mail.ru caйт: http://466tvoysadik.ru

УТВЕРЖДАЮ

И.О. заведующего МБДОУ детского сада компенсирующего вида № 466

А.О.Вершинина

Приказ № 32-м от "27" августа 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЕ МЕНЮ МБДОУ ДЕТСКОГО САДА КОМПЕСИРУЮЩЕГО ВИДА № 466 ДЛЯ ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ЛЕЧЕБНОМ И ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ

третий день

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
завтрак:						
7.9/4/1	Каша рисовая	180	2,79	4,37	27,10	157,83
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	31,11
	ИТОГО:	360	2,79	4,37	35,27	188,94
7.202	Апельсин	140	0,90	0,20	10,09	39,20
	ИТОГО:	140	0,9	0,2	10,09	39,2
ИТОГО (3:	автрак, 2 завтрак):	500	3,69	4,57	45,36	228,14
ОБЕД:			,	,		,
2021/28/4	Икра из кабачков	60	1,20	5,40	5,64	73,20
2021/6/2.	Щи из свежей	200	1,38	1,88	7,40	51,56
	капусты(
	безглютеиновое меню)					
2021/4/3/1	Картофельное	150	2,54	3,78	22,24	141,71
2021/4/3/1	пюре без молочное	130	2,54	3,70	22,27	171,/1
	меню					
7.11/8/1-1	Гуляш из свинины	80	11,25	11,54	3,72	181,06
7.115	Компот из	180	2,80	0,00	18,93	77,82
	сухофруктов					
	ИТОГО:	670	19,17	22,06	80,53	525,35
полдник у	ПЛОТНЕННЫЙ:		, ,	,,	, ,	,
2021/32/6	Рагу из овощей(150	2,54	3,58	17,66	114,29
	вариант 2 без					
4 4 4 4 0	глютена)	100	0.00	0.00	0.15	24.72
4.11/10	Чай с лимоном	180	0,00	0.00	8,17	34,72
	ИТОГО:	330	2,54	3,58	25,83	149,01
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1500	25,40	30,21	151,72	902,50

четвертый день

№ тех.	Наименование					
карты	блюд	Выход (г)	Б	Ж	\mathbf{y}	Ккал
ЗАВТРАК:					<u>.</u>	
7.н039-1	Запеканка	130	15,23	19,51	11,42	389,46
	творожная		,	,	,	,
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	ИТОГО:	321	17,86	22,22	19,59	459,19
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	ИТОГО:	140	0	0	14,54	55,44
И	ТОГО (завтрак, 2	461	17,86	22,22	34,13	514,63
	завтрак):		,	,	,	,
ОБЕД:				•	•	
7.29/1/1	Салат из отварного	50	0,71	4,48	5,48	69,61
	картофеля,					
	моркови, свеклы с					
	репчатым луком,					
	соленым огурцом					
	и растительным					
7 14/2/2	маслом	100	1.20	4.12	0.61	07.17
7.14/2/2	Суп из овощей	180	1,30	4,12	8,61	87,17
7.368-4	Греча совощами	130	3,78	4,91	23,61	150,08
7.1/9/1	Мясо кур отварное	80	18,92	17,88	0,90	267,05
7 15/10/1	(порц., без кости) Напиток из	100	0.00	0.00	10.62	01.00
7.15/10/1	шиповника	180	0,00	0,00	19,63	81,00
	Шиновинка					
	ИТОГО:	620	24,71	31,39	58,23	654,91
поллни	К УПЛОТНЕННЫЙ		24,71	31,37	30,23	034,71
7.н038/7	Омлет	140	8,00	12,15	3,21	198,15
7.11030/7	натуральный (на	110	0,00	12,13	3,21	170,13
	воде)					
7.197/1	Компот из яблок	180	0,00	0,00	13,31	55,59
			,	,)-) -
	ИТОГО:	320	8	12,15	16,52	253,74
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1401	50,57	65,76	108,88	1423,28
	r 1		,	,	/	,

четвертый день

№ тех.	Наименование	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
карты	блюд	выход (г)	D	Ж	J	IXRAJI
ЗАВТРАК:						
7.н039-1	Запеканка творожная	130	15,23	19,51	11,42	389,46
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	ИТОГО:	321	17,86	22,22	19,59	459,19
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	ИТОГО:	140	0	0	14,54	55,44
И	ТОГО (завтрак, 2	461	17,86	22,22	34,13	514,63
	завтрак):		,	,	,	,
ОБЕД:				•		
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	180	1,30	4,12	8,61	87,17
7.368-4	Греча совощами	130	3,78	4,91	23,61	150,08
7.1/9/1	Мясо кур отварное (порц., без кости)	80	18,92	17,88	0,90	267,05
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,00	0,00	19,63	81,00
		(20	210			(21.02
	итого:	630	24,8	29,37	59,53	631,82
, ,	СУПЛОТНЕННЫЙ					
7.н038/7	Омлет натуральный (на воде)	140	8,00	12,15	3,21	198,15
7.197/1	Компот из яблок	180	0,00	0,00	13,31	55,59
	ИТОГО:	320	8	12,15	16,52	253,74
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1411	50,66	63,74	110,18	1400,19

пятый день

№ тех.	Наименование	Dryway (v)	Б	Ж	У	Ккал
карты	блюд	Выход (г)	D	Ж	y	KKAJI
ЗАВТРАК:						
2021/11/4.	Каша пшенная	200	4,32	5,56	27,84	199,31
	безмолочная с					
	маслом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0.00	0.00	8.17	34.11
	М ТОГО	200	4.22	5.5 6	26.01	222.42
	ИТОГО:	380	4,32	5,56	36,01	233,42
7.131	10.00 Яблоки	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	ИТОГО:	140	0	0	14,54	55,44
ИТОГО (за	втрак, 2 завтрак):	520	4,32	5,56	50,55	288,86
ОБЕД:						
7.36/1	Сельдь с	60	2,62	1,03	8,33	81,55
	картофелем					
7.165-1	Рассольник	200	1,69	1,18	13,11	93,02
	"Ленинградский"					
7.179/1	Рис припущенный	150	3,95	2,17	31,70	217,04
	с овощами					
7.21/8	Тефтели из мяса	80	10,06	11,00	4,01	168,82
	говядины					
4.6/10	Компот из	180	0,00	0,00	18,42	80,50
	сухофруктов		·	•	·	•
	ИТОГО:	670	18,32	15,38	75,57	640,93
полдник	УПЛОТНЕННЫЙ:		,	,	,	,
4.10/3	Морковь тушеная	150	1,86	6,73	15,42	131,12
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
			0,00	0,00	U 1 1	U .1111
	ИТОГО:	330	1,86	6,73	23,59	165,23
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1520	24,50	27,67	149,71	1095,02

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

№ тех.	Наименование	Выход (г)	Б	ж	y	Ккал
карты	блюд					
3ABTPAK: 2021/2/4/1	Каша гречневая безмолочная с маслом	150	4,06	5,53	28,71	178,11
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
			.,	.,,,,,	-, -	- ,
	итого:	330	4,06	5,53	36,88	212,22
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	ИТОГО:	140	0	0	14,54	55,44
	ИТОГО:	470	4,06	5,53	51,42	267,66
ОБЕД:						
7.30/1/1	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	50	7,10	6,69	5,50	93,28
4.16/2	Суп картофельный	200	2,17	4,01	18,12	117,00
7.15/3	Свекла тушеная	150	2,39	2,71	19,44	106,01
7.н163/7	Котлета мясная	70	13,31	11,42	0,56	177,13
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,00	0,00	19,63	81,00
	ИТОГО:	650	24,97	24,83	63,25	574,42
	moro.	030	27,77	24,05	05,25	374,42
2021/32/4	Рагу из овощей (вариант 2 без глютена)	200	2,71	4,08	1,94	114,29
7.115	Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	18,93	77,82
		200	0.74	4.00	A 0 0 =	405 44
	ИТОГО:	380	2,71	4,08	20,87	192,11
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1500	31,74	34,44	135,54	1034,19

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

№ тех.	Наименование	D (-)	Г)IC	y	IC
карты	блюд	Выход (г)	Б	Ж	y	Ккал
ЗАВТРАК:						
7.9/4/1	Каша рисовая	180	2,79	4,37	27,10	157,83
	вязкая с малом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	31,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	ИТОГО:	371	5,42	7,08	35,27	224,56
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	итого:	140	0	0	14,54	55,44
	ИТОГО:	511	5,42	7,08	49,81	280,00
ОБЕД:			· · · · · ·		ĺ	,
2021/28/4	Икра кабачковая	60	1,20	5,40	5,64	73,20
7.5/2/2	Свекольник	180	1,80	2,87	13,85	95,98
7.н047	Пюре розовое	150	2,02	3,86	17,11	121,03
2021/9/8/1	Печень тушеная	70	17,11	11,44	0,00	189,42
	(безмолочное					
	меню)					
7.1/10/1	Компот из яблок и	180	0,00	0,00	15,35	63,31
	кураги					·
	ИТОГО:	640	22,13	23,57	51,95	542,94
полдник	УПЛОТНЕННЫЙ:					
7.2/7/2	Рыба отварная под	100	10,94	8,23	8,62	183,08
	маринадом		,	Í	,	Í
7.15/10/1	Напиток из	180	0,00	0,00	19,63	81,00
	шиповника					
		200	10.04	0.22	20.25	264.00
	ИТОГО:	280	10,94	8,23	28,25	264,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1431	38,49	38,88	130,01	1087,02

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

№ тех.	Наименование	D (-)	Г	ALC.	У	IC
карты	блюд	Выход (г)	Б	Ж	y	Ккал
ЗАВТРАК:						
7.9/4/1	Каша рисовая	180	2,79	4,37	27,10	157,83
	вязкая с малом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	31,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	итого:	371	5,42	7,08	35,27	224,56
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	итого:	140	0	0	14,54	55,44
	итого:	511	5,42	7,08	49,81	280,00
ОБЕД:				•		•
4.15/1	Салат из свежих	60	0,60	6,10	2,75	66,59
	помидор с малом		ŕ		•	
	растительным					
7.5/2/2	Свекольник	180	1,80	2,87	13,85	95,98
7.н047	Пюре розовое	150	2,02	3,86	17,11	121,03
2021/9/8/1	Печень тушеная	70	17,11	11,44	0,00	189,42
	(безмолочное				•	
	меню)					
7.1/10/1	Компот из яблок и	180	0,00	0,00	15,35	63,31
	кураги			,		,
	нтого	(40	21.52	24.27	40.06	52(22
	итого:	640	21,53	24,27	49,06	536,33
i i	УПЛОТНЕННЫЙ:			, , , , , , , , , , , , , , , , , , , 		_
7.2/7/2	Рыба отварная под	100	10,94	8,23	8,62	183,08
7.15/10/1	маринадом	100	0.00	0.00	10.62	01.00
7.15/10/1	Напиток из	180	0,00	0,00	19,63	81,00
	шиповника					
	ИТОГО:	280	10,94	8,23	28,25	264,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1431	37,89	39,58	127,12	1080,41

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

№ тех.	Наименование	Выход (г)	Б	ж	У	Ккал
карты	блюд	Быход (г)		71		1414401
ЗАВТРАК:	T			ı		
7.9/4/1	Каша рисовая	180	2,79	4,37	27,10	157,83
	вязкая с малом					
4.10/10	растительным	100	0.00	0.00	0.17	21 11
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	31,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	итого:	371	5,42	7,08	35,27	224,56
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
7.131	ИТОГО:	140	0,00	0,00	14,54	55,44
		511	5,42	7,08	49,81	280,00
ОБЕД:	ИТОГО:	311	3,42	7,00	49,01	200,00
обед: 7.4/1	Салат из	60	1,03	4,09	8,18	69,57
/ .4 / 1	Салат из белокочанной	60	1,03	4,09	8,18	69,37
	капусты и					
	кукурузыс луком и					
	малом					
	растительным					
7.5/2/2	Свекольник	180	1,80	2,87	13,85	95,98
7.н047	Пюре розовое	150	2,02	3,86	17,11	121,03
2021/9/8/1	Печень тушеная	70	17,11	11,44	0,00	189,42
2021/9/0/1	(безмолочное	, 0	17,11	11,	0,00	105,.2
	меню)					
7.1/10/1	Компот из яблок и	180	0,00	0,00	15,35	63,31
	кураги			,,,,		
	ИТОГО:	640	21,96	22,26	54,49	539,31
полдник	<u>УПЛОТНЕННЫЙ:</u>					
7.2/7/2	Рыба отварная под	100	10,94	8,23	8,62	183,08
	маринадом					
7.15/10/1	Напиток из	180	0,00	0,00	19,63	81,00
	шиповника					
	нтого	280	10.04	0 22	29.25	264.00
	ИТОГО:		10,94	8,23	28,25	264,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1431	38,32	37,57	132,55	1083,39

второй день

№ тех.	Наименование	D (-)	Г	nt.	V	IC
карты	блюд	Выход (г)	Б	Ж	y	Ккал
ЗАВТРАК						
2021/2/4/1	Каша гречневая	150	4,06	5,53	28,71	178,11
	безмолочная с					
	маслом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	итого.	341	6.60	8 24	26.99	247,84
7.010	ИТОГО:		6,69	8,24	36,88	ŕ
7.010	10.00 Банан	140	1,53	0,10	22,36	20,00
	ИТОГО:	140	1,53	0,1	22,36	20
	ИТОГО:	481	8,22	8,34	59,24	267,84
ОБЕД:	I.a. u					
7.19/1/1	Салат из морской	50	1,12	7,60	3,46	84,57
	капусты и					
	моркови с яйцом и					
	растительным					
	маслом					
7.2/2/2	Борщ	180	1,45	3,30	10,79	87,55
7.82p	Запеканка	200	16,61	8,97	29,85	285,64
-	картофельная с					
	печенью					
7.15/10/1	Напиток из	180	0,40	0,00	19,63	81,00
	шиповника					
	ИТОГО:	610	19,58	19,87	63,73	538,76
	К УПЛОТНЕННЫ		1	1		, , , , , , ,
7.2/7/2	Рыба отварная под маринадом	100	10,94	8,23	8,62	183,08
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54	67,92
7 1/6/1	Яйцо отварное	20.00	2.40	2.03	0.10	39 20
	ИТОГО:	300	13,34	10,26	25,26	290,20
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1391	41,14	38,47	148,23	1096,80

второй день

№ тех.	Наименование	Выход (г)	Б	Ж	y	Ккал
карты	блюд	рыход (г)	D	Ж	3	IXRAJI
ЗАВТРАК						
2021/2/4/1	Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	150	4,06	5,53	28,71	178,11
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	итого:	341	6,69	8,24	36,88	247,84
7.010	10.00 Банан	140	1,53	0,10	22,36	20,00
	итого:	140	1,53	0,1	22,36	20
	ИТОГО:	481	8,22	8,34	59,24	267,84
ОБЕД:			,		, ,	,
4.14/1	Салат из свежих огуруов с растительным маслом	60	0,45	6,05	2,20	61,75
7.2/2/2	Борщ	180	1,45	3,30	10,79	87,55
7.82p	Запеканка картофельная с печенью	200	16,61	8,97	29,85	285,64
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,40	0,00	19,63	81,00
	ИТОГО:	620	18,91	18,32	62,47	515,94
поплни	К УПЛОТНЕННЫІ		10,71	10,52	04,77	313,77
7.2/7/2	Рыба отварная под маринадом	100	10,94	8,23	8,62	183,08
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54	67,92
7.1/6/1	Яйцо отварное	20.00	2.40	2.03	0.10	39.20
	ИТОГО:	300	13,34	10,26	25,26	290,20
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1401	40,47	36,92	146,97	1073,98

второй день

№ тех.	Наименование	Выход (г)	Б	ж	У	Ккал
карты	блюд	выход (г)	Ъ	Ж	J	IXNAJI
ЗАВТРАК:						
2021/2/4/1	Каша гречневая безмолочная с	150	4,06	5,53	28,71	178,11
	маслом растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62
	итого:	341	6,69	8,24	36,88	247,84
7.010	10.00 Банан	140	1,53	0,10	22,36	20,00
	итого:	140	1,53	0,1	22,36	20
ИТОГО (3	автрак, 2 завтрак):	481	8,22	8,34	59,24	267,84
ОБЕД:	, 2 sub (pun)	401	0,22	0,54	37,24	207,04
7.5/1/1	Салат из	50	0,00	3,38	6,10	53,49
7.5/1/1	белокочанной	30	0,00	3,30	0,10	33,17
	капусты и					
	моркови с					
	растительным					
- 0 /0 /0	маслом	100	4.45	2.20	10.70	0=
7.2/2/2	Борщ	180	1,45	3,30	10,79	87,55
7.82p	Запеканка картофельная с печенью	200	16,61	8,97	29,85	285,64
7.15/10/1	Напиток из	180	0.40	0.00	10.62	21.00
7.13/10/1	шиповника	180	0,40	0,00	19,63	81,00
	Шиновина					
		(10	10.46	1 7 6 7	66.25	505 (0
полинии	:ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ	610	18,46	15,65	66,37	507,68
<u> 7.2/7/2</u>		100	10,94	8,23	8,62	183,08
	Рыба отварная под маринадом		ŕ	·	ŕ	·
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54	67,92
7.1/6/1	Яйцо отварное	20,00	2,40	2,03	0,10	39,20
	нтого	200	12 24	10.26	25.26	200.20
	ИТОГО:	300	13,34	10,26	25,26	290,20
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1391	40,02	34,25	150,87	1065,72

восьмой день

	Наименование	Выход (г)	Б	ж	У	Ккал
№ тех. карты	блюд	рыход (1)	D	Ж	.	IKAJI
ЗАВТРАК:						
7.16/4/1	Каша ассорти	180	2,02	3,76	17,83	161,38
	безмолочная (рис,					
	пшено) с маслом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.1/6/1	Яйцо	20	2,40	2,03	0,14	31,40
	итого:	380	4,42	5,79	26,14	226,89
7.010	10.00 Бананы	140	0,00	0,00	21,36	87,22
7.010		- 10	0,00	0,00	21,50	07,22
	итого:	140	0	0	21,36	87,22
	ИТОГО:	520	4,42	5,79	47,50	314,11
ОБЕД:			,	,	,	
4.10/1	Салат из моркови с	50	0,70	4,00	6,60	64,00
-	растительным		-)	, , ,	-)	, , , ,
	маслом					
7.086/3	Суп гороховый	180	3,51	3,13	14,13	104,30
2021/4/3/1	Картофельное	150	2,54	3,78	22,24	141,71
	пюре(без молочное		,		,	
	• `					
4.07/0	меню)	0.0	11.71	10.01	2.74	171.20
4.27/8	Кнели мясные	80	11,71	10,01	3,74	171,28
7.2/10/1	паровые Компот из яблок и	100	0.00	0.00	15.24	(2.67
7.3/10/1	чернослива	180	0,00	0,00	15,34	63,67
	Герпослива					
	итого:	640	18,46	20,92	62,05	544,96
полдник уг	ІЛОТНЕННЫЙ:		,	,	,	,
7.н227/3	Картофель и овощи	180	2,67	5,93	18,08	146,40
,	тушеные в соусе	200	_,~,		10,00	1.0,.0
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	31,11
	ИТОГО:	360	10,35	5,93	26,25	177,51
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1520	33,23	32,64	135,80	1036,58

восьмой день

№ тех.	Наименование	Dryway (v)	Б	ж	У	Ккал
карты	блюд	Выход (г)	D	Ж	y	Ккал
ЗАВТРАК:				,		
7.16/4/1	Каша ассорти	180	2,02	3,76	17,83	161,38
	безмолочная (рис,			·		
	пшено) с маслом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
7.1/6/1	Яйцо	20	2,40	2,03	0,14	31,40
	итого:	380	4,42	5,79	26,14	226,89
7.010	10.00 Бананы	140	ŕ		· ·	1
7.010	10.00 дананы	140	0,00	0,00	21,36	87,22
	итого:	140	0	0	21,36	87,22
	ИТОГО:	520	4,42	5,79	47,50	314,11
ОБЕД:			-,	- 3	90 0	2,
4.13/1	Салат из	50	5,60	3,40	6,45	53,90
	припущенной		-)	- , -	-) -	
	моркови и яблок с					
	растительным					
	маслом					
7.086/3	Суп гороховый	180	3,51	3,13	14,13	104,30
2021/4/3/1	Картофельное	150	2,54	3,78	22,24	141,71
	пюре(безмолочное			·		
4.27/8	Кнели мясные	80	11,71	10,01	3,74	171,28
	паровые					
7.3/10/1	Компот из яблок и	180	0,00	0,00	15,34	63,67
	чернослива					
	ИТОГО:	640	23,36	20,32	61,90	534,86
полдник	УПЛОТНЕННЫЙ:	· ·	<i></i>	·	, , -	, , , , ,
7.н227/3	Картофель и овощи	180	2,67	5,93	18,08	146,40
, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	тушеные в соусе		-7- '	- 9- 0		
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	31,11
	ИТОГО:	360	10,35	5,93	26,25	177,51
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1520	38,13	32,04	135,65	1026,48

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

№ тех. карты	Наименование блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал
ЗАВТРАК:	олюд					
2021/11/4.	Каша пшенная	200	3,89	1,05	25,06	207,09
2021/11/4.	безмолочная с	200	3,07	1,03	23,00	201,07
	маслом					
	растительным					
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
				2,00		
	итого:	380	3,89	1,05	33,23	241,2
7.131	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
7.131	10.00 Helioko	110	0,00	0,00	14,54	33,44
	итого:	140	0	0	14,54	55,44
ИТОГО (за	автрак, 2 завтрак):	520	3,89	1,05	47,77	296,64
ОБЕД:						
7.27/1/1	Салат из	50	0,00	3,08	7,28	67,19
	отварного		,	,	,	,
	картофеля,					
	кукурузы и					
	репчатым луком с					
	растительным					
	маслом					
7.25/2/2	Суп - пюре из	180	1,22	0,21	10,06	83,51
7.23/2/2	картофеля	100	1,22	0,21	10,00	05,51
7.061/3	Бигус с мясом	200	15,31	11,76	14,01	171,11
7.1/10/1	Компот из яблок и	180	0,20	0,00	15,35	63,31
/.1/10/1	кураги	160	0,20	0,00	13,33	05,51
	куршп					
	ИТОГО:	610	16,73	15,05	46,70	385,12
	УПЛОТНЕННЫЙ:					
7.13/5/2	Запеканка из	150	16,20	28,50	20,65	417,22
	творога с					
	морковью	100	0.10	0.00	10.55	00.70
7.15/10/1	Напиток из	180	0,40	0,00	19,63	80,50
	шиповника					
	ИТОГО:	330	16,60	28,50	40,28	497,72
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1460	37,22	44,60	134,75	1179,48

девятый день

№ тех.	Наименование	Выход (г)	Б	ж	y	Ккал
карты	блюд	рыход (г)	D	Ж	J	IKKAJI
ЗАВТРАК:				1	1	
4.19/5	Суфле творожное	120	18,00	27,76	20,43	261,73
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11
				+		
	итого:	300	18	27,76	28,6	295,84
4.19/10	10.00 Яблоко	140	0,00	0,00	14,54	55,44
	итого:	140	0	0	14,54	55,44
· I	ИТОГО:	440	18,00	27,76	43,14	351,28
ОБЕД:			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
7.23/1/1	Салат из отварной	50	0,62	4,12	2,90	50,83
l	свеклы с соленым					
ľ	огурцом и					
	растительным					
1.7/0	маслом	100	7.60	2.20	2.50	12.22
4.7/2	Бульон куриный	180	7,69	0,80	0,50	43,22
7.1/6/1	Яйцо	20	2,40	2,03	0,14	31,40
7.н070-3	Жаркое по -	200	18,92	8,67	29,49	291,02
	домашнему с мясом					
	кур					
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54	67,92
				 		
	ИТОГО:	630	29,63	15,62	49,57	484,39
поллник		050	27,00	10,04	77,57	707,07
7.18/4/1	Каша безмолочная	180	4,40	5,79	22,01	165,55
7.10/ 1/1	ассорти (рис,	100	1,10] 3,73	22,01	100,00
	гречневая крупа) с					
	маслом					
	растительным					
4.6/10	Компот из	180	0,00	0,00	18,42	80,50
	сухофруктов					
	итого.	360	4,40	5 70	40,43	246,05
ИТОГО:				5,79		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1430	52,03	49,17	133,14	1081,72

десятый день

№ тех.	Наименование	D ()	-	0.4.0	*7	T.0	
карты	блюд	Выход (г)	Б	Ж	У	Ккал	
ЗАВТРАК		-	-		-		
7.н038/7	Омлет натуральный	140	11,00	14,09	3,54	206,15	
	без добавления						
4.10/10	молока	100	0.00	0.00	0.17	24.11	
4.10/10	Чай	180	0,00	0,00	8,17	34,11	
7.435/7	Сыр	11	2,63	2,71	0,00	35,62	
итого:		331	13,63	16,8	11,71	275,88	
7.202	10.00 Апельсины	140	0,00	0,00	10,09	39,20	
	итого:	140	0	0	10,09	39,2	
	итого:	471	13,63	16,80	21,80	315,08	
ОБЕД:							
7.33/1/1	Салат из отварного	50	0,80	4,28	6,17	72,61	
	картофеля, морской		,	,	, l	,	
	капусты и						
	репчатого лука с						
	растительным						
	маслом						
7.2/2/2	Борщ	180	1,45	3,30	10,79	87,55	
7.4/8/1	Плов из мяса говядины	200	14,93	17,16	30,13	338,34	
7.115	Компот из	180	0,00	0,00	18,93	77,82	
	сухофруктов		·	·			
	ИТОГО:	610	17,18	24,74	66,02	576,32	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:							
4.39/3	Запеканка	100	1,70	1,44	15,04	99,08	
1.57/5	морковная	100	1,,,	1,11	10,01	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	
4.10/10	Чай	180	0.00	0,00	8,17	34,11	
7.1/6/1	Яйцо	20	2,40	2,03	0,14	31,40	
			,	,			
итого:		300	4,10	3,47	23,35	164,59	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1381	34,91	45,01	111,17	1055,99	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075085

Владелец Вершинина Алена Олеговна

Действителен С 02.04.2025 по 02.04.2026