

СОГЛАСОВАНО
Руководитель дошкольного
образовательного учреждения № 11

2023 г. 11 июля 2026г.
"2" июля 2026г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО "Центр социального питания г.Березники"
Ю.М.Ернова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ-ясли (для детей с хроническими заболеваниями-пищевая аллергия)

с исключением продуктов: молоко, свекла, томатная паста, цитрусовые, гречневая крупа, манная крупа, пшеничная крупа, какао порошок, кофейный напиток, пыллёнок, яйцо куриное, шиповник

напитков, пылесос, анчо курное, шиповник

№ ред	1 день (понеделник)	Выход	Пищевые вещества				К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва			
			Б	Ж	У	В I		С	Са	Fe			
Завтрак													
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	20	1,92	0,72	14,3	71,2	0,05	0	0,05	0	8,55	0,54	
пр161/2023	Каша ячневая с маслом сливочным	150	1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83	0,04	1,83	73,49	0,53	
пр162/2023	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	0	0	4,86	0,78	
		350	3,8	3,2	44,04	220,18	0,09	1,83	0,09	1,83	86,9	1,85	
Обед													
168/2012	Суп картофельный с рыбной консервой	150	5,74	3,24	7,52	83,93	0,06	4,29	0,06	4,29	54,71	0,74	
пр15/2023	Шницель из свинины	50	7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	0,07	0	7	0,9	
203/1998	Картофель отварной	110	2,2	5,15	19,95	133,8	0,09	13,44	0,09	13,44	8,76	0,75	
пр20/2023	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	0	0,21	6,34	5,38	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	0,05	0	14,05	0,85	
		500	19,26	19,94	77,35	565,52	0,27	17,94	0,27	17,94	90,86	8,62	
Полдник													
110/2012	Бутерброд с повидлом на батоне	10/40	3,84	1,44	24,7	167,6	0,06	2	0,06	2	7,8	0,7	
пр162/2023	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	0	0	4,05	0,65	
		200	3,84	1,44	35,98	212,68	0,06	2	0,06	2	11,85	1,35	
Ужин													
пр 6/2023	Тефтели из свинины	50	7,1	6,03	4,8	92,08	0,05	2	0,05	2	12,63	0,74	
193/1998	Макаронные изделия отварные	120	4,41	4,23	28,26	168,88	1,47	0	1,47	0	8,53	0,71	
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	180	0,43	0,64	12,66	54,61	0,01	2,34	0,01	2,34	13,37	0,4	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,91	0,75	19,26	95,67	0,07	0	0,07	0	17,65	1,06	
		400	14,85	11,65	64,98	411,24	1,6	4,34	1,6	4,34	52,18	2,91	
Ужин дома с 19-00 до 20-00													
	Омлет с зелёным горошком и морковью	75	4,93	5,78	2,61	82,18	0,04	0,92	0,04	0,92	55,7	0,88	
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	0,03	0,7	120	0,1	
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	0,05	15	24	3,3	
			8,33	8,57	22,35	196,94	0,12	16,62	0,12	16,62	199,7	4,28	
Итого за день			50,08	44,8	244,7	1606,56	2,14	42,73	2,14	42,73	441,49	19,01	

№ реп	2 день (вторник)	выход	Пищевые вещества			У	К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У			В 1	С	Са	Fe	
	Завтрак											
108/2012	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20	5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31		
пр107/201	Каша геркулесовая с маслом сливочным	145	2,48	3,6	15,38	103,5	0,13	1,16	117,6	0,93		
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78		
		350	7,49	11,76	36,34	280,74	0,15	1,27	261,06	2,02		
	Обед											
пр174/202	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	0,95	2,63	3,83	50,4	0,03	10,07	15,46	0,42		
пр158/201	Биточек рыбный	50	7,39	1,37	4,84	61,2	0,03	0,14	20,13	0,35		
205/1998	Картофельное пюре без молока	110	2,34	4,44	17,08	117,6	0,09	3,4	24,24	0,76		
пр103/20	Компот из изюма	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38		
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85		
		500	14,8	9,59	67,83	424,69	0,21	13,82	80,22	7,76		
	Полдник											
пр187/202	Булочка детская	50	4,3	1,5	32	159,2	0,04	0	11,25	0,53		
пр162/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65		
		250	4,3	1,5	43,28	204,28	0,04	0	15,3	1,18		
	Ужин											
пр165/202	Колбаски Особый	50	6,5	7,87	5,5	119,07	0,02	0	7,2	0,84		
105/1998	Пюре из гороха	120	13,5	3	29,76	192,1	0,22	0	57,5	3,33		
пр15/2023	Кисель Вишневка	180	0,02	0	18	70,1	0	0	4,86	0,78		
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06		
		400	24,87	12,12	85,36	540,72	0,31	0	87,21	6,01		
	Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из рыбы с зеленью	100	12,48	3,11	6,03	102,03	0,06	0,74	42,48	0,62		
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1		
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3		
			15,88	5,9	25,77	216,79	0,14	16,44	186,48	4,02		
	Итого за день		67,34	40,87	258,58	1667,22	0,85	31,53	630,27	20,99		

№ п/п	3 день (среда)	Выход	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У	К/кал	В 1	С	Са	Fe	
105/2012	Завтрак										
пр16/1/202	Бутерброд с сыром на батоне	10/20	5,01	3,87	7,42	123,14	0,02	0,11	0,11	138,6	0,31
пр16/2/202	Каши ячневая с маслом сливочным	150	1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83	1,83	73,49	0,53
пр16/2/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	0	4,86	0,78
			6,89	6,35	37,16	272,12	0,06	1,94	1,94	216,95	1,62
	Обед										
пр15/2/2023	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,25	3,22	7,67	73,4	0,05	7,11	7,11	8,69	0,49
пр15/2/2023	Котлета из свинины	50	7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	0	7	0,9
203/1998	Картофель отварной	110	2,3	5,2	19,9	134,02	0,09	13,44	13,44	8,76	0,75
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	150	0,36	0,53	10,55	45,51	0	1,95	1,95	11,14	0,33
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	0	14,05	0,85
		500	14,99	20,35	71,6	532,79	0,26	22,5	22,5	49,64	3,32
	Полдник										
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50	4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	0	8,6	0,54
пр16/2/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	0	4,05	0,65
		200	4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	0	12,65	1,19
	Ужин										
пр6/2/2023	Тефтели из свинины	50	5,5	12	5	150	0,05	2	2	12,63	0,74
190/1998	Рис отварной	120	3,1	4,06	32,22	180,14	1,76	0	0	10,23	0,85
пр16/2/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	0	4,86	0,78
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	0	17,65	1,06
		400	13,45	17,31	82,86	543,69	1,88	2	2	45,37	3,43
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Блюда из мяса с овощным гарниром	100	8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	12,42	33,62	1,46
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	15	24	3,3
			11,92	11,07	23,26	257,44	0,12	28,12	28,12	177,62	4,86
	Итого за день		52,05	56,88	261,91	1820,12	2,38	54,56	54,56	502,23	14,42

№ рец	4 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У	К/кал	В 1	С	Са	Fe	
110/1998	Завтрак										
	Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44	
пр 161/20	Каша пшеница с маслом сливочным	140	2,7	2,85	18,68	111,15	0,13	1,16	117,6	0,93	
пр 162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
		350	3,9	7,05	52,62	289,25	0,15	1,26	128,86	2,15	
	Обед										
пр 174/202	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	0,95	2,63	3,83	50,4	0,03	10,07	15,46	0,42	
пр 158/20	Тефтели из рыбы	50	4,41	1,03	4,59	45,26	0,02	0,19	0,03	0,43	
193/1998	Макаронные изделия отварные	110	4,04	3,9	25,9	154,8	1,47	0	8,53	0,71	
пр 30/202	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85	
		500	13,52	8,71	76,4	445,95	1,57	10,47	44,41	7,79	
	Полдник										
125/2017	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50	4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	8,6	0,54	
пр 162/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
		200	4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	12,65	1,19	
	Ужин										
пр 161/202	Кнели из индейки с рисом	50	7,1	7,2	2,8	105,1	0	0	5,4	0,6	
203/1998	Картофель отварной	120	2,5	5,63	21,77	145,97	0,09	13,44	8,76	0,75	
пр 162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		400	14,45	14,08	70,21	464,62	0,16	13,44	36,67	3,19	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Котлеты овощные с творогом	150	5,5	15,53	16,64	228,44	0,12	16,36	57,3	1,68	
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1	
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3	
			8,9	18,32	36,38	343,2	0,2	32,06	201,3	5,08	
	Итого за день		45,57	49,96	282,64	1766,1	2,14	57,23	423,89	19,4	

№ рпс	5 день (пятница)	Выход	Пищевые вещества			К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В 1	С	Ca	Fe	
Завтрак											
108/1998	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20	5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31	
пр161/2012	Каша рисовая с маслом сливочным	145	1,5	2,33	21,15	111,08	0,06	1,53	143,6	0,45	
пр162/2012	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
		350	6,51	10,49	42,11	288,32	0,08	1,64	287,06	1,54	
Обед											
39/1998	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,7	1,7	13,1	74,64	0,08	9,08	10,6	0,68	
146/1998	Фрикадельки рыбные	50	7,45	3,85	3,93	57,55	0,05	0,1	25	0,5	
205/1998	Картофельное пюре без молока	110	2,34	4,44	17,08	117,6	0,09	3,4	24,24	0,76	
пр103/2012	Компот из яблок	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85	
		500	15,61	11,14	76,19	445,28	0,28	12,79	80,23	8,17	
Полдник											
604/2012	Печенье	1 шт	1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0	2,2	0,2	
пр162/2012	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
126/2012	Фрукты (Плоды свежие)	1 шт	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3	
		315	2,47	3,05	45,48	216,83	0,07	15	30,25	4,15	
Ужин											
пр164/2012	Колбасик Малютка	50	6,74	7,6	5,54	117,58	0,1	0	5,4	0,74	
137/2018	Рагу овощное	120	2,27	6,4	15,86	133,4	0,12	6,6	30,3	0,95	
пр162/2012	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		400	13,86	15,25	67,04	464,53	0,29	6,6	58,21	3,53	
Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Пудинг мясной с овощами	100	8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	33,62	1,46	
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1	
			11,32	10,47	7,66	189,94	0,07	13,12	153,62	1,56	
	Итого за день		49,77	50,4	238,48	1604,9	0,79	49,15	609,37	18,95	

№ рсч	6 день (понедельник)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В1	С	Са	Fe	
604/2012	Печенье	шт									
пр161/202	Каша ячневая с маслом сливочным	150	1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0	2,2	0,2	
пр162/202	Чай с сахаром	180	1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83	73,49	0,53	
		350	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
			3,75	4,93	48,34	253,23	0,06	1,83	80,55	1,51	
36/1998	Обед										
15/2023	Суп из овощей со сметаной	150	2,9	7,3	10,49	189,07	0,08	6	61,39	0,78	
193/1998	Биточек из свинины	50	7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	7	0,9	
пр15/202	Макаронные изделия (ракушки) отварные с зеленым горошком	110	4,3	3,2	23,8	132,06	1,47	0	8,53	0,71	
124/2012	Напиток витаминный	150	0,04	0	11,44	46,9	0	2,1	2,2	0,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85	
		500	18,32	21,9	79,21	647,89	1,67	8,1	93,17	3,74	
105/2012	Полдник										
пр162/202	Бутерброд с сыром на батоне	10/40	6,52	3,96	28,6	175,8	0,03	0,11	152,6	0,6	
	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
		200	6,52	3,96	39,88	220,88	0,03	0,11	156,65	1,25	
пр15/202	Ужин										
пр11/20	Бжжи мясные	50	5,2	7,8	6,5	109,57	0,05	2	12,63	0,74	
пр74/2016	Картофель и овощи тушенные в соусе	120	3,4	6,7	28,15	168,55	0	28,8	14,4	1,3	
124/2012	Компот из свежих фруктов	180	0,43	0,64	12,66	54,61	0,01	2,34	13,37	0,4	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		400	13,88	16,39	79,41	492,18	0,13	33,14	58,05	3,5	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
532	Котлеты мясо-капустные с сыром	50	7,83	9,22	1,77	121,4	0,03	4,32	17,44	1,23	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	14	0,4	
			8,83	9,42	21,97	213,4	0,05	8,32	31,44	1,63	
	Итого за день		51,3	56,6	268,81	1827,58	1,94	51,5	419,86	11,63	

№ п/п	7 день (вторник)	выход	Пищевые вещества		У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж			В1	С	Са	Fe
110/2012	Завтрак Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44
пр107/2012	Каша геркулесовая с маслом сливочным	140	2,48	3,6	15,38	103,5	0,13	1,16	117,6	0,93
пр162/2012	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
		350	3,68	7,8	49,32	281,6	0,15	1,26	128,86	2,15
	Обед									
37/1998	Суп картофельный с бобовыми	150	1,41	2,3	8,16	59,28	0,1	5,7	72,75	0,69
пр158/2012	Тертель из рыбы	50	6,3	3,9	6,54	86,47	0,02	0,19	0,03	0,43
205/1998	Картофельное пюре без молока	110	2,34	4,44	17,08	117,6	0,09	3,4	24,24	0,76
пр20/2023	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500	14,17	11,79	73,86	458,84	0,26	9,5	117,41	8,11
	Полдник									
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50	4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	8,6	0,54
пр162/2012	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
		200	4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	12,65	1,19
	Ужин									
174/1998	Фрикадельки из свинины	50	3,9	5,9	4,9	83,4	0,05	2	12,63	0,74
203/1998	Картофель отварной	120	2,5	5,63	21,77	145,97	0,09	13,44	8,76	0,75
пр162/2012	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06
		400	11,25	12,78	72,31	442,92	0,21	15,44	43,9	3,33
	Ужин дома с 19-00 до 20-00									
	Блюдо из творога с фруктовым салатом	75	4,17	2,4	15,83	104,9	0,02	3,05	51,61	1,51
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
			7,57	5,19	35,57	219,66	0,1	18,75	195,61	4,91
	Итого за день		41,47	39,36	278,09	1626,1	0,78	44,95	498,43	19,69

[illegible]

№ п/п	9 день (четверг)	Выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В 1	С	Са	Fe	
105/1998	Завтрак										
	Бутерброд с сыром на батоне	10/20	5,01	3,87	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31	
пр107/20	Каша геркулесовая с маслом сливочным	140	2,48	3,6	15,38	103,5	0,13	1,16	117,6	0,93	
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
		350	7,49	7,47	36,34	280,74	0,15	1,27	261,06	2,02	
	Обед										
пр174/202	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	0,95	2,63	3,83	50,4	0,03	10,07	15,46	0,42	
133/1998	Котлета рыбная	50	7,4	1,38	4,85	61,38	0,04	0,4	25,5	0,4	
203/1998	Картофель отварной с зеленым горошком 90/20	110	2,88	4,26	18,92	108,87	0,09	13,44	8,76	0,75	
пр103/20	Компот из изюма	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85	
		500	15,35	9,42	69,68	416,14	0,22	24,12	70,11	7,8	
	Полдник										
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50	4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	8,6	0,54	
пр162/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
		200	4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	12,65	1,19	
	Ужин										
пр123/20	Биточек из индейки	50	4,85	8,66	4,02	101,45	0,1	0	6,64	0,353	
193/1998	Макаронные изделия отварные	120	4,41	4,23	28,26	168,88	1,47	0	8,53	0,71	
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		400	14,11	14,14	77,92	483,88	1,64	0	37,68	2,903	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Омлет с зеленью	150	9,86	11,56	5,22	164,36	0,08	1,84	111,4	1,76	
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1	
	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	16	2,2	
			13,06	14,15	19,76	256,62	0,14	12,54	247,4	4,06	
	Итого за день		54,81	46,98	250,73	1660,46	2,21	37,93	628,9	17,973	

№ рецепта	10 день (пятница)	Выход	Пищевые вещества			К/ккал	Витамины			Минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	С		Са	Fe	
110/1998	Завтрак											
пр16/2002	Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1		0,1	6,4	
пр16/2002	Каша ячневая с маслом сливочным	140	1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83		1,83	73,49	
пр16/2002	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0		0	4,86	
		350	3,08	6,68	50,14	272,98	0,06	1,93		1,93	84,75	
192/2002	Обед											
пр16/2002	Рассольник домашний со сметаной	150	1,24	3,21	6,15	67,12	0,05	9,96		9,96	13,34	
пр16/2002	Кнели из индейки с рисом	50	7,1	7,2	2,8	105,1	0	0		0	5,4	
194/1998	Вареники отварная	110	4,04	3,88	25,9	154,8	1,5	2,2		2,2	15,6	
пр20/2002	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21		0,21	6,34	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0		0	14,05	
		500	16,5	15,44	76,93	522,51	1,6	12,37		12,37	54,73	
604/2012	Полдник											
пр16/2002	Печенье	шт	1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0		0	2,2	
пр16/2002	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0		0	4,05	
		200	1,87	2,45	29,88	149,33	0,02	0		0	6,25	
75/1998	Ужин											
454/2012	Запеканка картофельная с овощами с маслом сливочным	130	3,22	9,64	20,44	181,48	0,09	5,08		5,08	18,98	
пр74/2016	Соус сметанный	40	0,63	3,76	1,37	42,35	0,01	0,05		0,05	21,7	
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	180	0,43	0,64	12,66	54,61	0,01	2,34		2,34	13,37	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0		0	17,65	
		400	9,13	15,29	66,57	437,89	0,18	7,47		7,47	71,7	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из творога с яблоками	150	14,89	12,76	19,88	245,9	0,09	1,6		1,6	134,66	
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7		0,7	120	
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15		15	24	
			18,29	15,55	39,62	360,66	0,17	17,3		17,3	278,66	
итого за день			48,87	55,41	263,14	1743,37	2,03	39,07		39,07	496,09	17

Использованы сборники рецептов:

1998

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, Пермь 1998

2012

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, Пермь 2012

приказ

Бюллетень разработанные ООО "Центр социального питания г. Березники"

2010

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Москва 2010 год

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 86695774623375700579819917695010535788983042400

Владелец Глушенок Юлия Адольфовна

Действителен с 09.12.2025 по 09.12.2026