

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1		Неделя: 1			День: понедельник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Каша вязкая гречневая	180	6	6	25	176	106,1
	Чай с сахаром	180			13	50	261
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
Итого за завтрак		390	8	10	50	318	
2 завтрак							
	Напиток из плодов шиповника	100			9	41	267
Итого за 2 завтрак		100			9	41	
обед							
	Салат из белокочанной капусты	60	1	2	4	36	13
	Борщ с капустой и картофелем	180	1	4	9	74	52,11
	Пюре гороховое с маслом	130	12	6	30	221	120
	Тефтели мясные (1-й вариант)	80	12	13	16	228	187
	Компот из сушеных фруктов	180			25	103	253
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Сметана	5		1		8	319
Итого за обед		690	29	26	109	792	
Уплотненный							
	Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)	80	5	4	42	226	290,1
	Суп молочный с рисом	180	4	5	15	119	69
	Чай с молоком или сливками	200	4	3	15	103	263
	Соль	5					314
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
Итого за Уплотненный полдник		485	15	12	82	495	
Итого за день		1 665	52	48	250	1646	
Итого за период		1 665	52	48	250	1646	
Среднее значение за период			5,2	4,8	25	164,6	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша овсянная (геркулес) жидкая молочная	180	3	6	22	180	111,3
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	13	94	264
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
	Итого за завтрак	390	8	12	47	366	
2 завтрак	Компот из кураги	100			14	57	253,2
	Итого за 2 завтрак	100			14	57	
обед	Салат из свеклы отварной	60	1	4	5	66	34
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2	2	12	115	64
	Пюре картофельное	150	3	5	20	158	216
	Рыба, тушенная с овощами (сад)	70	7	3	3	93	156,1
	Чай без сахара 1 - 3 года	180	7	2	1	47	417
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Итого за обед	695	23	16	66	601	
Уплотненный	Пудинг из творога с рисом	130	19	13	25	311	147
	Соус молочный (сладкий)	30	1	1	4	41	238
	Молоко кипяченое	200	6	5	10	113	269
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Соль	5					314
	Итого за Уплотненный полдник	385	28	19	49	502	
Итого за день		1 570	59	47	176	1526	
Итого за период		1 570	59	47	176	1526	
Среднее значение за период			5,9	4,7	17,6	152,6	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша манная жидкая молочная	180	3	4	24	154	111,1
	Какао с молоком	180	4	3	16	107	266
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
	Итого за завтрак	390	9	11	52	353	
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100			9	41	267
	Итого за 2 завтрак	100			9	41	
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	2	4	36	13
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1	4	6	61	56
	Рис отварной	130	3	5	32	182	210
	Котлеты рубленные из птицы	70	11	11	12	191	202
	Компот из сушеных фруктов	180			25	103	253
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Сметана	5		1		8	319
	Итого за обед	680	19	23	104	703	
Уплотненный	Икра свекольная	60	1	3	7	80	47
	Пирожки печёные с рыбой 60гр	80	8	5	15	157	379
	Чай с сахаром	200			14	56	261
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Яблоки свежие	100			10	44	248,1
	Соль	5					314
Итого за Уплотненный полдник		465	11	8	56	384	
Итого за день		1 635	39	42	221	1581	
Итого за период		1 635	39	42	221	1581	
Среднее значение за период			3,9	4,2	22,1	158,1	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Каша вязкая молочная Дружба	180	6	7	25	211	107
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	13	94	264
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
Итого за завтрак		390	11	13	50	397	
2 завтрак							
	Компот из изюма	100			14	57	253,1
Итого за 2 завтрак		100			14	57	
обед							
	Салат картофельный	60	1	3	8	84	39
	Нугылишд (Суп картофельный с горохом и нугылями, удмуртскоеблюдо)	180	4	3	20	147	66
	Капуста тушеная (сливочное масло)	150	3	5	8	111	84
	Кнели куриные с рисом	70	15	12	4	193	207
	Компот из кураги	180			25	143	253,2
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Итого за обед	695	26	23	90	810	
Уплотненный							
	Суп-пюре из картофеля	180	4	4	17	191	71
	Яйцо отварное	20	3	2		42	130
	Чай с молоком или сливками	200	4	3	15	103	263
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Соль	5					314
Итого за Уплотненный полдник		425	13	9	42	383	
Итого за день		1 610	50	45	196	1647	
Итого за период		1 610	50	45	196	1647	
Среднее значение за период			5	4,5	19,6	164,7	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1		Неделя: 1		День: пятница			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5	5	17	161	68
	Какао с молоком	180	4	3	16	117	266
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
Итого за завтрак		390	11	12	45	370	
2 завтрак							
	Напиток из плодов шиповника	100			9	41	267
Итого за 2 завтрак		100			9	41	
обед							
	Салат из свеклы отварной	60	1	4	5	66	34
	Суп картофельный с Геркулесом	180	2	2	10	126	62
	Пюре картофельное	150	3	5	20	138	216
	биточки рубленые из птицы	70	6	6	4	160	203
	Чай с сахаром	180			13	50	261
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Сметана	5		1		8	319
Итого за обед		700	15	18	77	706	
Уплотненный							
	Пирожки печеные с морковью (дрожжи сухие)	80	10	5	29	207	279,12
	Салат из белокочанной капусты	60	1	2	4	46	13
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Чай с молоком или сливками	200	4	3	15	103	263
	Яблоки свежие	100			10	44	248,1
	Соль	5					314
Итого за Уплотненный полдник		465	17	10	68	447	
Итого за день		1 655	43	40	199	1624	
Итого за период		1 655	43	40	199	1624	
Среднее значение за период			4,3	4	19,9	162,4	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1		Неделя: 2		День: понедельник			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
	Пюре картофельное с мясом и грибами	180	16	5	28	203	323.3
	Мол. с сахаром	130			32	62	236
	Батон	25	2		32	59	37
	Морож. шоколадное	15		4		33	5
Итого за завтрак		350	18	9	55	355	
	Пюре картофельное с грибами	100			8	31	297
	Мол. с сахаром	100			8	24	
	Салат из белокочанной капусты	50	1	2	4	26	18
	Мол. с сахаром и ванилином	180	1	4	8	132	321.1
	Мороженое шоколадное с орехами	130	5	4	25	135	242
	Компот из яблок, груш и апельсинов	30	12	9	8	120	122
	Батон						
	Компот из сушеных фруктов	180			25	103	253
	Хлеб пшеничный	25	2		32	59	37
	Хлеб ржаной	30	1		33	53	31.1
	Сметана	4		1		6	34.9
	Итого за обед	380	20	20	82	725	
	Пюре картофельное с картофелем	30	5	3	33	128	213.24
	Мол. с сахаром	180	3	3	16	130	47
	Мол. с морож. и ванилином	200	4	3	35	133	225
	Хлеб пшеничный	20	2		20	47	31.9
	Соль	5					340
	Итого за ужин	435	14	12	74	439	
Итого за день		1614	48	44	239	1629	
Итого за неделю		11614	338	312	1673	11383	
Среднее на человека в неделю			28	28	28	28	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	180	4	5	29	193	106,44
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	13	94	264
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
Итого за завтрак		390	9	11	54	379	
2 завтрак	Компот из изюма	100			14	57	253,1
	Итого за 2 завтрак	100			14	57	
обед	Салат из свеклы отварной	60	1	4	5	66	34
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1	4	6	91	56
	Пюре картофельное	150	3	5	20	168	216
	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	8	4	28	144	163
	Чай без сахара 3 - 7 лет	180	10	2	2	70	418
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Сметана	5		1		8	319
Итого за обед		710	26	20	86	649	
Уплотненный	Сырники с морковью	130	18	15	27	339	144
	Соус молочный (сладкий)	30	1	1	4	41	238
	Молоко кипяченое	200	6	5	10	113	269
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Соль	5					314
Итого за Уплотненный полдник		385	27	21	51	540	
Итого за день		1 585	62	52	205	1645	
Итого за период		1 585	62	52	205	1645	
Среднее значение за период			6,2	5,2	20,5	164,5	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Омлет натуральный с маслом	100	9	13	2	176	131
	Салат из горошка зеленого консервированного	60	18	3	4	70	12
	Какао с молоком	180	4	3	16	107	266
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
Итого за завтрак		370	33	23	34	445	
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100			9	41	267
	Итого за 2 завтрак	100			9	41	
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	2	4	46	13
	Суп картофельный с клецками	180	2	2	10	90	65
	Капуста тушеная (сливочное масло)	150	3	5	8	121	84
	биточки рубленые из птицы	70	6	6	4	150	203
	Компот из изюма	180			25	103	253,1
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Итого за обед	695	15	15	76	642	
Уплотненный	Пюре морковное	130	2	1	10	72	218
	Булочка ванильная (дрожжи сухие)	80	6	6	25	258	291,1
	Чай с молоком или сливками	200	4	3	15	103	263
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Соль	5					314
	Итого за Уплотненный полдник	435	14	10	60	480	
Итого за день		1 600	62	48	179	1608	
Итого за период		1 600	62	48	179	1608	
Среднее значение за период			6,2	4,8	17,9	160,8	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осењ / зима корњача 1

Вид работ	Количество работ	Средняя стоимость работ			Средняя стоимость работ	Всего
		Заказ	Заказ	Заказ		
Ос. работ по ремонту	100	2	5	10	130	20
Вос. работ по ремонту	100	3	3	14	102	288
Заказ	25	2		12	59	317
Вос. работ по ремонту	5		4		30	5
Итого за период	300	9	12	24	300	
Заказ						
Комп. за заказ	300			14	57	2502
Итого за 2 заказ	300			14	57	
Обор.						
Ос. работ по ремонту	100	2	2	10	125	24
Вос. работ по ремонту	50	3	5	10	145	247
Комп. за заказ	70	15	12	4	200	207
Комп. за заказ	100			20	130	2504
Комп. за заказ	25	2		12	59	310
Комп. за заказ	30	1		10	107	232
Итого за период	300	23	30	34	400	
Заказ						
Комп. за заказ	80	10	4	2	130	150
Вос. работ по ремонту	100	2	3	10	150	8
Комп. за заказ	200			14	55	250
Комп. за заказ	20	2		10	47	310
Обор.	5					324
Итого за Уг. работ по ремонту	600	17	32	37	300	
Итого за период	1500	49	43	176	1504	
Итого за период	1500	49	43	176	1504	
Средняя стоимость за период		49	43	176	1504	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима корпус 1

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша пшеничная жидкая молочная	180	5	5	30	195	111,5
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	13	94	264
	Батон	25	2		12	59	317
	Масло порциями	5		4		33	5
	Итого за завтрак	390	10	11	55	381	
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100			9	41	267
	Итого за 2 завтрак	100			9	41	
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	2	4	46	13
	Щи по - Уральски (с крупой)	180	1	3	5	128	57
	Картофель отварной	150	2	3	15	121	76
	Котлеты рубленые из птицы	70	11	11	12	201	202
	Компот из кураги	180			25	103	253,2
	Хлеб пшеничный	25	2		12	59	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Сметана	5		1		8	319
	Итого за обед	700	18	20	86	749	
Уплотненный	Пирожки с капустой 80гр	80	4	6	19	168	381
	Икра свекольная	60	1	3	7	70	47
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	310
	Чай с молоком или сливками	200	4	3	15	103	263
	Соль	5					314
	Яблоки свежие	100			10	44	248,1
	Итого за Уплотненный полдник	465	11	12	61	432	
Итого за день		1 655	39	43	211	1603	
Итого за период		1 655	39	43	211	1603	
Среднее значение за период			3,9	4,3	21,1	160,3	