Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ.
Заведующий _____ О.В. Ватанина

1-ЫЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,2	26,3	189,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12		8,52	36,0
Итого за прием пищи:	**378**	**8,4**	**10,3**	**41,82**	**287,3**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,6	14,8	66,3
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,6**	**14,8**	**66,3**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,8	5,9	8,4	105,8
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,6	4,8	2,5	91,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,6	107,4
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	80,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**571**	**13,22**	**15,34**	**61,0**	**460,9**
ПОЛДНИК					
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,2	5,4	22,35	152,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	6,5	9,8	17,7	209,2
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,0	28,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
Итого за прием пищи:	**360**	**11,7**	**15,32**	**53,45**	**420,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**33,92**	**41,56**	**171,07**	**1 234,7**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35,0	262,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1	0	8,52	36,0
Итого за прием пищи:	**428**	**10,56**	**12,4**	**50,52**	**360,4**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,6	14,8	66,3
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,6**	**14,8**	**66,3**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0	0,88	6,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,0	7,7	11,0	179
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,1	6,4	3,3	125
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,0	4,8	19,5	134,3
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,6	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	**726**	**17,73**	**19,82**	**79,21**	**645,67**
ПОЛДНИК					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,0	18,5	33,5	204,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,9
ПЕЧЕНЬЕ	50	7,0	9,0	37,25	253,3
Итого за прием пищи:	**455**	**34,17**	**29,73**	**84,89**	**662,83**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1759**	**63,06**	**62,55**	**229,42**	**1 735,2**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

2-ОЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,9	10,0	69,0
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,0	7,3	18,3	158,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**365**	**11,6**	**16,0**	**41,9**	**304**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	65,0
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**0,2**	**14,8**	**65,0**
ОБЕД					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,2	4,0	5,0	92,4
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	15,5	17,0	17,6	216
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**541**	**21,7**	**21,92**	**56,5**	**465,6**
ПОЛДНИК					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,3	5,33	0,2	81,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,38	3,7	15,7	107,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,1	75,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,0	4,6	24,1	164,0
Итого за прием пищи:	**375**	**13,78**	**13,85**	**64,5**	**458,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,0**	**52,2**	**185,3**	**1 276,3**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,9	10,0	69,0
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,7	9,7	24,4	211,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**415**	**13,29**	**18,4**	**48,0**	**357,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,8	78,0
Итого за прием пищи:	**180**	**0,96**	**0,24**	**17,8**	**78,0**
ОБЕД					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,13	1,9	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,2	5,2	6,6	118,0
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,3	21,0	22,0	355,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,24	22,0	93,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	**676**	**27,2**	**27,29**	**69,2**	**661,4**
ПОЛДНИК					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	11,62	11,66	0,28	113,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,0	4,6	24,1	164,0
Итого за прием пищи:	**445**	**17,4**	**21,1**	**70**	**516,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1716**	**66,2**	**55,9**	**212,8**	**1 637,6**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

3-ИЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	24,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,3	16,7	2,3	119,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	**360**	**17,4**	**22,8**	**32,6**	**295,3**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,5**	**15,5**	**70,5**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1,0	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,4	1,8	9,4	67,4
КОТЛЕТА РЕБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	50/50	8,5	11,3	9,8	173,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,78	26,8	174,0
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
Итого за прием пищи:	**590**	**25,3**	**22,0**	**53,7**	**435,9**
ПОЛДНИК					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,7	16,1	149,0
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24,0	150,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1	0,01	14,1	54,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,13	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**510**	**15,8**	**17,8**	**66,2**	**454,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1610**	**59,1**	**63,1**	**168,0**	**1 256,6**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,7	3,0	40,5
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,4	21,0	2,9	149,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	**410**	**21,1**	**28,2**	**34,4**	**341,5**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,5**	**15,5**	**70,5**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,5	2,4	12,5	92,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70/70	12,18	17,78	15,68	270,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,9	33,0	240,0
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,05	8,2	33,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**765**	**26,5**	**26,75**	**84,78**	**713,1**
ПОЛДНИК					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16	16	14,27	212,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	001	16,9	64,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,1	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**545**	**22,35**	**19,84**	**55,1**	**438,73**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1870**	**71,9**	**72,9**	**180,3**	**1 545,9**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

4-ЫЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	**365**	**11,2**	**12,9**	**41,3**	**311,1**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	9,0	45,6
Итого за прием пищи:	**120**	**0,96**	**0,24**	**9,0**	**45,6**
ОБЕД					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,1	5,1	77,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	6,2	7,7	105,7
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,6	4,0	15,1	114,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,0	1,6	7,8	53,5
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,0	28,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**580**	**17,13**	**18,6**	**60,73**	**468,93**
ПОЛДНИК					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9,1	16,1	221,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,0	7,3	74,2
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,2	5,4	22,45	152,0
Итого за прием пищи:	**280**	**26,3**	**17,5**	**45,75**	**447,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1345**	**55,63**	**49,24**	**156,78**	**1 272,83**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,0	8,0	27,0	203,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	**415**	**13,04**	**15,3**	**49,6**	**372,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	9,0	45,6
Итого за прием пищи:	**120**	**0,96**	**0,24**	**9,0**	**45,6**
ОБЕД					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,4	6,4	96,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,1	5,3	20.1	165
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,5	2,0	9,8	67,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0	0	8,4	34,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,9	66,0
Итого за прием пищи:	**731**	**22,51**	**24.15**	**67,98**	**635,5**
ПОЛДНИК					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,3
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,0	4,0	9,8	98,9
ПЕЧЕНЬЕ	50	7,0	9,0	37,25	253,3
Итого за прием пищи:	**380**	**36,01**	**24,83**	**67,98**	**635,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1646**	**72,52**	**64,52**	**204,71**	**1 673,73**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

5-ЫЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	0,6	2,1	15,8	68,0
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,6	2,5	18,5	128,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77
Итого за прием пищи:	**360**	**7,2**	**6,4**	**47,9**	**273,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,5**	**15,5**	**70,5**
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	36,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5/1	4,2	6,3	5,7	98,1
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,3	9,0	10,0	224,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	14,9
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3	0	5,8	85,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
Итого за прием пищи:	**551**	**13,33**	**18,6**	**34,53**	**510,13**
ПОЛДНИК					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120	6,32	5,44	22,88	166,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,1	0	5,1	21,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,7	8,1	34,0	134,0
Итого за прием пищи:	**393,3**	**9,69**	**13,77**	**72,28**	**372,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1454,3**	**30,82**	**39,27**	**170,21**	**1 225,83**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2.1	15,8	68
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,2	10,0	26,8	209,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**410**	**10,8**	**13,9**	**56,2**	**354,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,5**	**15,5**	**70,5**
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	45,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5/1	5,5	8,2	7,4	115,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,4	12,0	13,3	269,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,0	2,0	3,0	37,3
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0	7,0	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,9	66,0
Итого за прием пищи:	**746**	**19,57**	**26,05**	**55,73**	**686,53**
ПОЛДНИК					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	7,9	8,3	28,6	207,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0	8,52	36,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,4	11,3	48,0	227,5
Итого за прием пищи:	**463**	**11,02**	**18,2**	**87,02**	**483,3**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1769**	**36,2**	**59,0**	**207,3**	**1 605,7**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

6-ОЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,9	10,0	69,0
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,7	13,7	142,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	**365**	**9,61**	**14,0**	**36,4**	**295,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	65,0
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**0,2**	**14,8**	**65,0**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1,0	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,7	3,4	15,0	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,4	12,1	5,9	121,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,7	0,1	7,8	69,4
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,9	87,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**560**	**13,3**	**16,32**	**62,7**	**479,2**
ПОЛДНИК					
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,93	6,74	8,97	205,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,6	107,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,0	28,0
Итого за прием пищи:	**365**	**13,35**	**11,28**	**45,67**	**410,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1440**	**43,6**	**28,2**	**163,0**	**1 231,5**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,52	9,2	13,3	92
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35,0	226,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	**425**	**14,52**	**19,9**	**61,0**	**402,4**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,8	78
Итого за прием пищи:	**180**	**0,96**	**0,24**	**17,8**	**78**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,6	4,5	20,0	147,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,5	16,1	7,9	161,3
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,1	8,5	75,2
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,7	105,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,9	66,0
Итого за прием пищи:	**700**	**17,97**	**21,77**	**83,93**	**613,53**
ПОЛДНИК					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,5	12,6	10,2	104,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,5	19,6	99,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	103,0
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,9
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,13	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**590**	**29,24**	**27,48**	**70,11**	**561,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1895**	**62,69**	**69,39**	**232,84**	**1 655,73**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

7-ОЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	2,1	2,4	32,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,3	13,92	1,92	93,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	**350**	**18,54**	**23,32**	**26,92**	**294,6**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,5**	**15,5**	**70,5**
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	3,4	3,0	107,0
КОТЛЕТА, РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,22	2,36	9,33	103,0
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,8	4,1	11,4	89,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0	5,8	85,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**555**	**19,86**	**10,52**	**46,78**	**487,3**
ПОЛДНИК					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	63,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,0	1,6	7,8	53,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,2	5,4	22,4	152,0
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,13	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**500**	**16,31**	**14,87**	**53,51**	**418,73**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1555**	**55,31**	**49,21**	**142,71**	**1 271,13**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,7	3,0	40,5
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,4	21,0	2,9	149,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	**410**	**23,9**	**31,0**	**28,5**	**358,5**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	**150**	**0,6**	**0,5**	**15,5**	**70,5**
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,94	41,3
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,5	4,5	4,0	165,0
КОТЛЕТАРУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,1	2,75	10,9	120,2
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,4	5,6	15,6	121,8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0	7,0	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,6	51,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,75	12,9	66,0
Итого за прием пищи:	**715**	**25,34**	**13,85**	**64,97**	**667,93**
ПОЛДНИК					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	63,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	2,0	9,8	88,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
ПЕЧЕНЬЕ	50	7,0	9,0	37,3	253,3
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,2	34,1
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,13	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**585**	**19,32**	**18,87**	**71,83**	**560,63**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1860**	**69,2**	**64,22**	**180,8**	**1 657,56**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ О.В. Ватанина

8-ОЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10,0	69,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**365**	**10,79**	**14,3**	**42,3**	**288,1**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	9,0	45,6
Итого за прием пищи:	**120**	**0,96**	**0,2**	**9,0**	**45,6**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1,0	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5/1	4,5	3,3	11,9	96,1
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,2	4,9	4,5	108,0
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,4	6,9	13,4	125,0
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	150	0,1	0	30,0	120,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,6	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	**601**	**21,4**	**15,9**	**80,7**	**552,5**
ПОЛДНИК					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,2	7,3	12,9	177,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,0	7,3	74,2
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24,0	150,3
Итого за прием пищи:	**280**	**22,2**	**16,2**	**44,2**	**401,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1366**	**55,4**	**46,6**	**176,2**	**1 287,7**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,9	10,0	69,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,0	8,0	27,0	203,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**415**	**12,59**	**16,7**	**50,6**	**349,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	9,0	45,6
Итого за прием пищи:	**120**	**0,96**	**0,24**	**9,0**	**45,6**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5/1	6,0	4,4	16,0	159,9
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,92	7,84	7,2	172,8
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,4	6,9	13,4	125,0
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	180	0,12	0	36,0	144,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,96	0,24	12,76	61,96
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,9	66,0
Итого за прием пищи:	**731**	**30,66**	**20,13**	**99,56**	**736,66**
ПОЛДНИК					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9,0	16,1	221,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,3	6,5	39,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,0	4,0	9,8	98,9
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,4	7,1	28,8	180,4
Итого за прием пищи:	**410**	**29,0**	**22,4**	**61,2**	**539,3**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1676**	**73,21**	**59,47**	**220,36**	**1 670,52**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

9-ЫЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,0	7,3	18,3	158,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	**365**	**9,2**	**11,8**	**46,8**	**310,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21	96
Итого за прием пищи:	**100**	**1,5**	**0,5**	**21**	**96**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	6,2	7,7	100,7
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,0	0,4	0	139
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1,0	1,2	14,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,0	17,1	117,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5/3,5	0,07	0,01	7,1	29,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,16	8,5	41,3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**598,5**	**20,87**	**12,27**	**50,0**	**486,3**
ПОЛДНИК					
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	50	2,75	2,58	21,92	121,67
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,7	16,1	149,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	73,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,13	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**510**	**14,95**	**14,63**	**68,12**	**445,77**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1573,5**	**46,52**	**39,2**	**185,92**	**1 338,07**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,9	2,8	21,1	90,7
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,7	9,7	24,4	211,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	**425**	**11,4**	**14,9**	**58,2**	**385,7**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21,0	96,0
Итого за прием пищи:		**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0	0,9	6,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,6	8,3	10,3	126,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,7	0,5	0,0	165,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1,0	1,2	14,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,0	21,3	147,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0	8,52	36,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	**753**	**27,43**	**15,6**	**64,15**	**599,33**
ПОЛДНИК					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,4	14,4	12,8	191,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,7	88,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	75	4,13	3,87	32,88	182,5
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3,5	3,13	5,6	70,6
Итого за прием пищи:	**575**	**23,15**	**21,64**	**79,42**	**563,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**63,48**	**52,64**	**222,77**	**1 644,53**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85 комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий _____ О.В. Ватанина

10-ЫЙ ДЕНЬ ЦИКЛИЧНОГО ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет (12ч)

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0	0	8,4	33,6
Итого за прием пищи:	**371**	**7,04**	**10,2**	**36,3**	**249,7**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	65,0
Итого за прием пищи:	**150**	**0,8**	**0,2**	**14,8**	**65,0**
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	5,6	9,8	97,4
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97,4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3
Итого за прием пищи:	**575**	**21,57**	**16,62**	**66,97**	**494,563**
ПОЛДНИК					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1,0	5,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,0	13,2	13,5	144,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3	0	20,8	85,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	164,0
Итого за прием пищи:	**375**	**19,4**	**20,42**	**65,5**	**429,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1471**	**48,5**	**47,4**	**183,6**	**1 231,6**

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (12ч)

САД

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г / Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7,0	62,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0	0	8,4	34,0
Итого за прием пищи:	**421**	**8,34**	**10,9**	**43,3**	**328,0**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,8	78,0
Итого за прием пищи:	**180**	**0,96**	**0,24**	**17,8**	**78,0**
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4,0	45,6
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,7	7,5	13,1	121,2
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,4	4,0	9,3	135,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,0	3,4	19,4	121,8
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,24	21,96	92,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,2	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,9	66,0
Итого за прием пищи:	**715**	**25,01**	**18,99**	**91,29**	**634,33**
ПОЛДНИК					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1,0	5,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,5	16,5	16,9	216,3
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4	0	25,0	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,24	12,75	61,95
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	164,0
Итого за прием пищи:	**450**	**23,91**	**23,84**	**80,45**	**549,85**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1766**	**58,22**	**53,97**	**232.84**	**1 590,18**