

Утверждаю:

Директор МКОУ АГО  
«Нижнеарийская СОШ»

Акбаев Р.Д.

01 ноября 2020 год

## Примерное 10-дневное меню для детей дошкольного возраста на 2020-21 год.

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях: методические рекомендации и технические документы/  
Гращенко Д.В., Л.И. Николаева 2-е изд., перераб. и доп.– Екатеринбург, 2011- Часть 2

| № п/п                      | Технологические карты                                                           | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |     |       | Витамин С мг    | Энергетическая ценность |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|-----|-------|-----------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------|------|------|--------------------------|----------------|-------|-----|-----|-----|----|-------|------------------------------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------------|------------------|------|-----|-----|----------------------------|-------|------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----|-------|-----------------|------|-----|-----|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----|-----------------------|-----------------------------|-------|-----|-------|-----------------------------|-------|-----|---------------------------------------|-------|------|-----|--------------------------|----------------|-----|-----|-----|-----|----|-------|
|                            |                                                                                 |                                |              | Б                | Ж   | У     |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
| 1                          | №9/5 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Запеканка из творога           | 100          | 16,9             | 9,6 | 13,2  | 0,23            | 209                     |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         | №10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8) | 40   | 2,64 | 0,23 | 19,68                    | 0              | 93,29 |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       | Чай | 180 | 0   | 0  | 8,2   | 0                                        | 31  |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     | №2/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Борщ со сметаной | 200  | 1,8 | 4,3 | 8,6                        | 19,45 | 81   |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      | №3/9 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Рагу из мяса кур | 180 | 17,8  | 19,6            | 19,2 | 5,1 | 319 |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     | №6/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8) | 40  | 2,64                  | 0,23                        | 19,68 | 0   | 93,29 |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       | Компот из смеси сухофруктов | 180   | 0,4 | 0                                     | 17,90 | 45,1 | 65  |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     | <b>День №1 - полдник</b> |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     | ИТОГО:                   | Фрукт (Яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 10 | 42,68 |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
| Хлеб пшеничный (Валетек 8) | 40                                                                              | 2,64                           | 0,23         | 19,68            | 0   | 93,29 |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       | Какао с молоком | 180                     | 3,5                                                                               | 3,1                        | 22,1 | 0,5  | 121  |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      | <b>День №2 - завтрак</b> |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      | ИТОГО:                   | Фрукт (Яблоко) | 100   | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 10 | 42,68 |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       | Каши манная молочная со сливочным маслом | 150 | 4                                                                               | 3,8              | 21,4 | 0,3 | 133 |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     | Хлеб пшеничный (Валетек 8) | 40    | 2,64 | 0,23                                                                            | 19,68            | 0   | 93,29 |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       | Какао с молоком | 180  | 3,5 | 3,1 | 22,1                                                                             | 0,5                        | 121 |                       |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     | <b>День №2 - обед</b> |                             |       |     |       |                             |       |     |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     | ИТОГО:                | Суп картофельный с бабовыми | 200   | 4,3 | 4     | 18,6                        | 12,32 | 118 |                                       |       |      |     |                          |                |     |     |     |     |    |       |
|                            |                                                                                 |                                |              |                  |     |       |                 |                         |                                                                                   |                            |      |      |      |                          |                |       |     |     |     |    |       |                                          |     |                                                                                 |                  |      |     |     |                            |       |      |                                                                                 |                  |     |       |                 |      |     |     |                                                                                  |                            |     |                       |                             |       |     |       |                             |       |     | Каши гречневая рассыпчатая с овсянкой | 150   | 8,6  | 6,8 | 45,6                     | 0,9            | 250 |     |     |     |    |       |

|                                                                                    |                                   |           |           |           |              |        |             |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------|-----------|-----------|--------------|--------|-------------|
| № 40/8 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Сосиски отварные                  | 50        | 4,7       | 7,5       | 0,4          | 0      | 88          |
| № 10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)<br>Чай | 40<br>180 | 2,64<br>0 | 0,23<br>0 | 19,68<br>8,2 | 0<br>0 | 93,29<br>31 |

День № 2 - полдник

|               |                      |     |              |              |               |              |                |
|---------------|----------------------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
|               | Молоко кипяченое     | 180 | 5,2          | 5,3          | 8,1           | 1            | 100            |
|               | Ватрушка со сметаной | 65  | 5,6          | 8,4          | 30,7          | 0,1          | 223            |
| <b>ИТОГО:</b> |                      |     | <b>41,18</b> | <b>39,36</b> | <b>194,46</b> | <b>15,12</b> | <b>1250,58</b> |

День № 3 - завтрак

|                                                                                    |                                                          |           |             |             |             |          |             |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------|-------------|----------|-------------|
| № 11/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Каша пшеничная молочная со сливочным маслом              | 150       | 4,9         | 4,5         | 24,4        | 0,3      | 154         |
| № 13/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)<br>Кофейный напиток с молоком | 40<br>180 | 2,64<br>2,7 | 0,23<br>2,6 | 19,68<br>12 | 0<br>0,5 | 93,29<br>80 |

День № 3 - обед

|                                                                                   |                                                           |           |             |           |               |           |             |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------|-------------|-----------|---------------|-----------|-------------|
| № 9/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Рассольник с крупой и сметаной                            | 200       | 1,4         | 4,5       | 12,5          | 14,37     | 99          |
| № 3/3 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Картофельное пюре                                         | 150       | 3,1         | 4,2       | 20,6          | 10,47     | 135         |
| № 20/8 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Тертыели из мяса говядины                                 | 50        | 7,1         | 6,1       | 5,3           | 0,7       | 102         |
| № 7/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)<br>Компот из смеси сухофруктов | 40<br>180 | 2,64<br>0,4 | 0,23<br>0 | 19,68<br>17,9 | 0<br>45,1 | 93,29<br>65 |

День № 3 - полдник

|               |               |     |              |              |               |              |               |
|---------------|---------------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
|               | Фрукт (банан) | 180 | 2,7          | 0,9          | 37,8          | 18           | 165,78        |
| <b>ИТОГО:</b> |               |     | <b>27,58</b> | <b>23,26</b> | <b>169,86</b> | <b>89,44</b> | <b>987,36</b> |

День № 4 - завтрак

|                                                                                   |                                           |     |     |     |      |     |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|
| № 14/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Каша ячневая молочная со сливочным маслом | 150 | 4,5 | 3,9 | 25,3 | 0,3 | 146 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|

|                                                                                    |                 |     |     |     |      |     |        |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----|-----|-----|------|-----|--------|
| № 3/13 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Хлеб с сыром    | 40. | 4,9 | 2,9 | 14,1 | 0,1 | 104    |
| № 14/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Какао с молоком | 180 | 2,7 | 0,9 | 37,8 | 18  | 165,78 |

**День № 4 - обед**

|                                                                                    |                                   |           |           |           |              |        |             |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------|-----------|-----------|--------------|--------|-------------|
| № 18/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Суп с макаронными изделиями       | 200       | 1,7       | 1,1       | 11,4         | 13,16  | 63          |
| № 45/3 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Каша рисовая рассыпчатая          | 150       | 3,7       | 3,4       | 37,1         | 0      | 197         |
| № 5/7 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Рыба жаренная                     | 80        | 13,3      | 2,3       | 2,9          | 0,3    | 85          |
| № 10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)<br>Чай | 40<br>180 | 2,64<br>0 | 0,23<br>0 | 19,68<br>8,2 | 0<br>0 | 93,29<br>31 |

**День № 4 - полдник**

|               |         |     |              |              |               |              |                |
|---------------|---------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
|               | Снежок  | 200 | 5,6          | 6,4          | 8,2           | 2,6          | 82,6           |
|               | Печенье | 50  | 3,75         | 4,9          | 37,2          | 0            | 208,8          |
| <b>ИТОГО:</b> |         |     | <b>42,79</b> | <b>26,03</b> | <b>201,88</b> | <b>34,46</b> | <b>1176,47</b> |

**День № 5 - завтрак**

|                                                                                    |                                                          |           |             |             |             |          |             |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------|-------------|----------|-------------|
| № 8/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом           | 150       | 4,8         | 5,6         | 21,9        | 0,3      | 151         |
| № 13/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)<br>Кофейный напиток с молоком | 40<br>180 | 2,64<br>2,7 | 0,23<br>2,6 | 19,68<br>12 | 0<br>0,5 | 93,29<br>80 |

**День № 5 - обед**

|                                                                                   |                            |     |      |      |       |       |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----|------|------|-------|-------|-------|
| № 19/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Суп картофельный с рыбой   | 200 | 7,2  | 4,1  | 13    | 15,35 | 119   |
| № 3/9 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Рагу из мяса кур           | 180 | 17,8 | 19,6 | 19,2  | 5,1   | 319   |
|                                                                                   | Хлеб пшеничный (Валетек 8) | 40  | 2,64 | 0,23 | 19,68 | 0     | 93,29 |

|                                                                                   |                             |     |              |              |               |              |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
| № 6/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,4          | 0            | 17,9          | 45,1         | 65            |
|                                                                                   |                             |     |              |              |               |              |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                     |                             |     | <b>38,58</b> | <b>32,76</b> | <b>133,16</b> | <b>76,35</b> | <b>963,26</b> |

**День № 6 - завтрак**

|                                                                                    |                                           |     |     |     |      |     |     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|
| № 16/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Каша молочная ассорти со сливочным маслом | 150 | 3,8 | 4,4 | 19,7 | 0,4 | 129 |
|                                                                                    |                                           |     |     |     |      |     |     |
| № 10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Чай                                       | 180 | 0   | 0   | 8,2  | 0   | 31  |
|                                                                                    |                                           |     |     |     |      |     |     |

**День № 6 - обед**

|                                                                                    |                                  |     |      |      |       |       |       |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----|------|------|-------|-------|-------|
| № 6/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 1,6  | 2,6  | 6,6   | 11,15 | 56    |
|                                                                                    |                                  |     |      |      |       |       |       |
| № 3/9 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Рагу из мяса кур                 | 180 | 17,8 | 19,6 | 19,2  | 5,1   | 319   |
|                                                                                    |                                  |     |      |      |       |       |       |
| № 14/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)       | 40  | 2,64 | 0,23 | 19,68 | 0     | 93,29 |
|                                                                                    |                                  |     |      |      |       |       |       |

**День № 6 - полдник**

|               |               |     |              |              |               |              |                |
|---------------|---------------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
|               | Фрукт (банан) | 180 | 2,7          | 0,9          | 37,8          | 18           | 165,78         |
| <b>ИТОГО:</b> |               |     | <b>34,68</b> | <b>31,06</b> | <b>152,96</b> | <b>35,15</b> | <b>1008,36</b> |

**День № 7 - завтрак**

|                                                                                    |              |     |     |     |      |     |     |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|
| № 21/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Суп молочный | 150 | 2,6 | 2,7 | 9,3  | 0,3 | 71  |
|                                                                                    |              |     |     |     |      |     |     |
| № 3/13 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Хлеб с сыром | 40  | 4,9 | 2,9 | 14,1 | 0,1 | 104 |
|                                                                                    |              |     |     |     |      |     |     |
| № 10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Чай          | 180 | 0   | 0   | 8,2  | 0   | 31  |
|                                                                                    |              |     |     |     |      |     |     |

**День № 7 - обед**

|                                                                                   |                             |     |     |   |      |       |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|-----|---|------|-------|-----|
| № 17/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Суп картофельный с бабовыми | 200 | 4,3 | 4 | 15,9 | 12,32 | 118 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|-----|---|------|-------|-----|

|                                                                                    |                                           |     |              |              |               |              |                |  |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|--|
| № 45/3 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Каша рисовая рассыпчатая                  | 150 | 3,7          | 3,4          | 37,1          | 0            | 197            |  |
| № 40/8 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Сосиски отварные                          | 50  | 4,7          | 7,5          | 0,4           | 0            | 88             |  |
| № 6/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                | 40  | 2,64         | 0,23         | 19,68         | 0            | 93,29          |  |
|                                                                                    | Компот из смеси сухофруктов               | 180 | 0,4          | 0            | 17,9          | 45,1         | 65             |  |
| <b>День № 7 - полдник</b>                                                          |                                           |     |              |              |               |              |                |  |
|                                                                                    | Фрукт (яблоко)                            | 100 | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 10           | 42,68          |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                      |                                           |     | <b>23,64</b> | <b>21,13</b> | <b>132,38</b> | <b>67,82</b> | <b>809,97</b>  |  |
| <b>День № 8 - завтрак</b>                                                          |                                           |     |              |              |               |              |                |  |
| № 5/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Каша манная молочная со сливочным маслом  | 150 | 4            | 3,8          | 21,4          | 0,3          | 133            |  |
|                                                                                    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                | 40  | 2,64         | 0,23         | 19,68         | 0            | 93,29          |  |
| № 14/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Какао с молоком                           | 180 | 3,5          | 3,1          | 22,1          | 0,5          | 121            |  |
| <b>День № 8 - обед</b>                                                             |                                           |     |              |              |               |              |                |  |
| № 19/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Суп картофельный с рыбой                  | 200 | 7,2          | 4,1          | 14,4          | 7            | 119            |  |
| № 3/3 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Пюре картофельное                         | 150 | 3,1          | 4,2          | 20,6          | 10,74        | 135            |  |
|                                                                                    | Гуляш из мяса говядины                    | 60  | 8,9          | 9,4          | 3,2           | 0,3          | 132            |  |
| № 11/8 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                | 60  | 3,97         | 0,35         | 29,52         | 0            | 139,93         |  |
|                                                                                    | Чай                                       | 180 | 0            | 0            | 8,2           | 0            | 31             |  |
| <b>День № 8 - полдник</b>                                                          |                                           |     |              |              |               |              |                |  |
|                                                                                    | Молоко кипяченое                          | 180 | 5,2          | 5,3          | 8,1           | 1            | 100            |  |
|                                                                                    | Ватрушка со сметаной                      | 65  | 5,6          | 8,4          | 30,7          | 0,1          | 223            |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                      |                                           |     | <b>44,11</b> | <b>38,88</b> | <b>174,7</b>  | <b>19,94</b> | <b>1227,22</b> |  |
| <b>День № 9 - завтрак</b>                                                          |                                           |     |              |              |               |              |                |  |
| № 14/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Каша ячневая молочная со сливочным маслом | 150 | 4,5          | 3,9          | 25,3          | 0,3          | 146            |  |

|                                                                                    |                            |       |     |     |      |     |     |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------|-----|-----|------|-----|-----|
| № 3/13 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Хлеб с маслом              | 50/10 | 3,9 | 7,7 | 23,5 | 0   | 181 |
| № 13/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Кофейный напиток с молоком | 180   | 2,7 | 2,6 | 12   | 0,5 | 80  |

**День № 9 - обед**

|                                                                                    |                             |     |      |      |       |      |       |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|------|------|-------|------|-------|
| № 18/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Суп с мокоронными изделиями | 200 | 1,7  | 1,1  | 12,2  | 2,4  | 63    |
| № 4/9 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Плов из мяса кур            | 250 | 23,9 | 21,8 | 41,2  | 9,05 | 460   |
| № 10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)  | 40  | 2,64 | 0,23 | 19,68 | 0    | 93,29 |
|                                                                                    | Чай                         | 180 | 0    | 0    | 8,2   | 0    | 31    |

**День № 9 - полдник**

|               |       |     |              |              |               |              |                |
|---------------|-------|-----|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
|               | Кефир | 200 | 10           | 3            | 3,5           | 2,6          | 79,3           |
|               | Вафли | 50  | 2,2          | 15,85        | 30            | 0            | 543            |
| <b>ИТОГО:</b> |       |     | <b>51,54</b> | <b>56,18</b> | <b>175,58</b> | <b>14,85</b> | <b>1676,59</b> |

**День № 10 - завтрак**

|                                                                                    |                                           |       |     |     |      |     |     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|-----|-----|------|-----|-----|
| № 14/4 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Каша ячневая молочная со сливочным маслом | 200   | 6   | 5,3 | 33,7 | 0,4 | 195 |
| № 3/13 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Хлеб с маслом                             | 50/10 | 3,9 | 7,7 | 23,5 | 0   | 179 |
| № 13/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Кофейный напиток с молоком                | 200   | 3   | 2,9 | 13,4 | 0,5 | 89  |

**День № 10 - обед**

|                                                                                    |                             |     |      |      |       |     |       |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|------|------|-------|-----|-------|
| № 18/2 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  | Суп с мокоронными изделиями | 200 | 1,7  | 1,1  | 12,2  | 2,4 | 63    |
| № 4/9 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях   | Плов из мяса кур            | 200 | 19,1 | 17,5 | 34,9  | 1,5 | 368   |
| № 10/10 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях | Хлеб пшеничный (Валетек 8)  | 40  | 2,64 | 0,23 | 19,68 | 0   | 93,29 |
|                                                                                    | Чай                         | 200 | 0    | 0    | 9,1   | 0   | 35    |

Детей № 10 - подлжник

|        |               |     |        |        |         |        |          |
|--------|---------------|-----|--------|--------|---------|--------|----------|
|        | Фрукт (Банан) | 180 | 2,7    | 0,9    | 37,8    | 18     | 165,78   |
| Итого: |               |     | 39,04  | 35,63  | 184,28  | 22,8   | 1188,07  |
| ВСЕГО: |               |     | 385,72 | 338,25 | 1635,52 | 455,81 | 11222,14 |