



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

САД (БЕЗЛАКТОЗНОЕ)

ДЕНЬ - 1

К. Сан. Чин 2.3/2.43590-20

| № рецептуры (ТК)     | Наименование блюда                                              | Выход блюда (грамм) | Энергетическая ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Витамина С | Температура подачи блюда | Примечание (замена ТК) |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------------|-------|--------|------------|--------------------------|------------------------|
|                      |                                                                 |                     |                         | Б                        | Ж     | У      |            |                          |                        |
| ЗАВТРАК              |                                                                 |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 20021/19/10          | Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом раст.  | 200                 | 69,40                   | 1,09                     | 1,53  | 10,03  |            |                          |                        |
| 7.035/11             | Батон с повидлом (джемом)                                       | 50                  | 118,00                  | 3,12                     | 1,20  | 27,66  |            |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                                   | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |            |                          |                        |
| Итого завтрак:       |                                                                 | 450                 | 237,16                  | 4,21                     | 2,73  | 49,50  |            |                          |                        |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК       |                                                                 |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 2021/033/5           | Сок 100г                                                        | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |            |                          |                        |
| Итого второй завтрак |                                                                 | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |            |                          |                        |
| ОБЕД                 |                                                                 |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 4.4/1                | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст. маслом | 50                  | 58,51                   | 0,87                     | 3,47  | 6,84   |            |                          |                        |
| 7.18/2/2             | Суп картофельный с макаронными изделиями                        | 180                 | 66,01                   | 1,57                     | 0,99  | 11,83  |            |                          |                        |
| 7.368-2              | Греча с овощами                                                 | 150                 | 173,18                  | 4,35                     | 5,67  | 27,22  |            |                          |                        |
| 7.11/8/1-1           | Гуляш из мяса свинины                                           | 80                  | 181,08                  | 11,25                    | 11,54 | 3,72   |            |                          |                        |
| 4.6/10               | Компот из сухофруктов                                           | 180                 | 70,04                   | 0,25                     | 0,00  | 17,05  |            |                          |                        |
| 4.8/13               | Хлеб ржаной                                                     | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                          |                        |
| 4.9/13               | Хлеб пшеничный                                                  | 20                  | 46,20                   | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                          |                        |
|                      | Соль                                                            | 3,00                |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| Итого обед:          |                                                                 | 690                 | 649,32                  | 21,77                    | 22,21 | 89,22  |            |                          |                        |
| ПОЛДНИК              |                                                                 |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 4.2/1                | Горошек зеленый с яйцом                                         | 60                  | 94,75                   | 5,52                     | 5,1   | 4,45   |            |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                                   | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |            |                          |                        |
| 2021/103/2           | Хлеб ржаной                                                     | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                          |                        |
| 7.308/6              | Печенье                                                         | 20                  | 85,52                   | 2,15                     | 1,08  | 15,88  |            |                          |                        |
| Итого полдник:       |                                                                 | 310                 | 284,33                  | 9,65                     | 6,54  | 44,68  |            |                          |                        |
| Всего за день        |                                                                 | 1550                | 1216,81                 | 36,13                    | 31,58 | 193,50 |            |                          |                        |



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

САД (БЕЗЛАКТОЗНОЕ)

ДЕНЬ - 2

К-СадЧин 2.3/2.43590-20

| № рецептуры (ТК)     | Наименование блюда                               | Выход блюда (грамм) | Энергетическая ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Витамина С | Температура подачи блюда | Примечание (замена ТК) |
|----------------------|--------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------------|-------|--------|------------|--------------------------|------------------------|
|                      |                                                  |                     |                         | Б                        | Ж     | У      |            |                          |                        |
| ЗАВТРАК              |                                                  |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 2021/16/4            | Каша пшеничная безмолочная с растительным маслом | 150                 | 95,16                   | 2,16                     | 2,34  | 14,43  |            |                          |                        |
| 2021/1/6             | Яйцо                                             | 40                  | 157,00                  | 11,98                    | 10,13 | 0,68   |            |                          |                        |
| 2021/103/2           | Хлеб ржаной                                      | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай                                              | 180                 | 23,89                   | 0,00                     | 0,00  | 5,72   |            |                          |                        |
| Итого завтрак:       |                                                  | 400                 | 330,35                  | 16,12                    | 12,83 | 33,37  |            |                          |                        |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК       |                                                  |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 2021/033/5           | Сок 100г                                         | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |            |                          |                        |
| Итого второй завтрак |                                                  | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |            |                          |                        |
| ОБЕД                 |                                                  |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 7.367-4              | Огурец консервированный                          | 40                  | 5,20                    | 0,30                     | 0,04  | 0,91   |            |                          |                        |
| 4.4/9                | Щи из свежей капусты безмолочное меню            | 150                 | 25,78                   | 0,68                     | 0,94  | 3,70   |            |                          |                        |
| 7.4/9                | Плов из мяса куры                                | 250                 | 481,00                  | 24,20                    | 22,60 | 37,08  |            |                          |                        |
| 4.6/10               | Компот из сухофруктов                            | 180                 | 70,04                   | 0,25                     | 0,00  | 17,05  |            |                          |                        |
| 4.8/13               | Хлеб ржаной                                      | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                          |                        |
| 4.9/13               | Хлеб пшеничный                                   | 20                  | 46,20                   | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                          |                        |
|                      | Соль                                             | 3,00                |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| Итого обед:          |                                                  | 670                 | 682,52                  | 28,91                    | 24,12 | 82,02  |            |                          |                        |
| ПОЛДНИК              |                                                  |                     |                         |                          |       |        |            |                          |                        |
| 7.н180/2             | Рагу из овощей                                   | 200                 | 141,18                  | 3,82                     | 4,32  | 20,40  |            |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                    | 180                 | 23,89                   | 0,00                     | 0,00  | 5,72   |            |                          |                        |
| 4.9/13               | Хлеб пшеничный                                   | 20                  | 46,20                   | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                          |                        |
| Итого полдник:       |                                                  | 400                 | 211,27                  | 5,32                     | 4,50  | 36,14  |            |                          |                        |
| Всего за день        |                                                  | 1570                | 1270,14                 | 50,85                    | 41,55 | 161,63 |            |                          |                        |



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

САД (БЕЗЛАКТОЗНОЕ)

ДЕНЬ - 3

К-Сад Тип 2.3/2.43590-20

| № рецептуры (ТК)     | Наименование блюда                                               | Выход блюда (грамм) | Энергетическая ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Витамин С | Температура подачи блюда | Примечание (замена ТК) |
|----------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------------|-------|--------|-----------|--------------------------|------------------------|
|                      |                                                                  |                     |                         | Б                        | Ж     | У      |           |                          |                        |
| ЗАВТРАК              |                                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 20021/19/4           | Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом раст.   | 200                 | 69,40                   | 1,09                     | 1,53  | 10,03  |           |                          |                        |
| 7.035/11             | Батон с повидлом (джемом)                                        | 50                  | 118,00                  | 3,12                     | 1,20  | 27,66  |           |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                                    | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |           |                          |                        |
| Итого завтрак:       |                                                                  | 450                 | 237,16                  | 4,21                     | 2,73  | 49,50  |           |                          |                        |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК       |                                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 2021/033/5           | Сок 100г                                                         | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |           |                          |                        |
| Итого второй завтрак |                                                                  | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |           |                          |                        |
| ОБЕД                 |                                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 7.19/1/1             | Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом | 50                  | 169,14                  | 2,24                     | 15,20 | 6,92   |           |                          |                        |
| 2021/2/2             | Борщ (безмолочное меню)                                          | 200                 | 37,52                   | 0,71                     | 1,83  | 4,46   |           |                          |                        |
| 4.36/8               | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины    | 180                 | 171,18                  | 7,67                     | 7,18  | 15,66  |           |                          |                        |
| 7.1/10/4             | Компот из яблок и кураги                                         | 180                 | 67,32                   | 0,49                     | 0,03  | 17,08  |           |                          |                        |
| 4.8/13               | Хлеб ржаной                                                      | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |           |                          |                        |
| 4.9/13               | Хлеб пшеничный                                                   | 20                  | 46,20                   | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |           |                          |                        |
|                      | Соль                                                             | 3,00                |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| Итого обед:          |                                                                  | 660                 | 545,66                  | 14,59                    | 24,78 | 66,70  |           |                          |                        |
| ПОЛДНИК              |                                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 2021/2/6-1           | Омлет безмолочный запеченный или паровой                         | 150                 | 294,00                  | 11,49                    | 14,84 | 3,77   |           |                          |                        |
| 4.23/12              | Печенье                                                          | 20                  | 85,52                   | 2,15                     | 1,08  | 15,88  |           |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                                    | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |           |                          |                        |
| 4.8/13               | Хлеб ржаной                                                      | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |           |                          |                        |
| Итого полдник:       |                                                                  | 400                 | 483,58                  | 15,62                    | 16,28 | 44,00  |           |                          |                        |
| Всего за день        |                                                                  | 1610                | 1312,40                 | 34,92                    | 43,89 | 170,30 |           |                          |                        |



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

САД (БЕЗЛАКТОЗНОЕ)

ДЕНЬ - 4

К. Сантин 2.3/2.43590-20

| № рецептуры<br>(ТК)  | Наименование блюда                                          | Выход<br>блюда<br>(грамм) | Энергетическая<br>ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Вита<br>мина С | Температура<br>подачи<br>блюда | Примечание<br>(замена ТК) |
|----------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|-------|--------|----------------|--------------------------------|---------------------------|
|                      |                                                             |                           |                            | Б                        | Ж     | У      |                |                                |                           |
| ЗАВТРАК              |                                                             |                           |                            |                          |       |        |                |                                |                           |
| 2021/2/4/1           | Каша гречневая безмолочная с растительным маслом            | 150                       | 118,74                     | 2,71                     | 3,69  | 19,14  |                |                                |                           |
| 2021/3/7             | Батон                                                       | 40                        | 176,25                     | 5,78                     | 2,25  | 39,98  |                |                                |                           |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                               | 180                       | 23,89                      | 0,00                     | 0,00  | 5,72   |                |                                |                           |
| Итого завтрак:       |                                                             | 334                       | 318,88                     | 8,49                     | 5,94  | 64,84  |                |                                |                           |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК       |                                                             |                           |                            |                          |       |        |                |                                |                           |
| 7.346                | Яблоко                                                      | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35  | 10,38  |                |                                | 7.187/1<br>2021/11        |
| Итого второй завтрак |                                                             | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35  | 10,38  |                |                                |                           |
| ОБЕД                 |                                                             |                           |                            |                          |       |        |                |                                |                           |
| 2021/35/1            | Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растит. маслом | 60                        | 54,58                      | 0,83                     | 3,66  | 6,13   |                |                                |                           |
| 7.106/1              | Суп из овощей на курином бульоне                            | 180                       | 52,81                      | 1,39                     | 1,22  | 8,78   |                |                                |                           |
| 4.5/9                | Биточки (котлеты) из мяса кур                               | 80                        | 213,40                     | 12,02                    | 11,72 | 9,94   |                |                                |                           |
| 7.179                | Рис припущенный с овощами                                   | 130                       | 163,00                     | 3,54                     | 5,28  | 28,23  |                |                                |                           |
| 7.115/2              | Компот из сухофруктов                                       | 180                       | 70,04                      | 0,25                     | 0,00  | 17,05  |                |                                |                           |
| 4.8/13               | Хлеб ржаной                                                 | 30                        | 54,30                      | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |                |                                |                           |
| 4.9/13               | Хлеб пшеничный                                              | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |                |                                |                           |
|                      | Соль                                                        | 3,00                      |                            |                          |       |        |                |                                |                           |
| Итого обед:          |                                                             | 720                       | 771,45                     | 27,85                    | 38,48 | 257,11 |                |                                |                           |
| ПОЛДНИК              |                                                             |                           |                            |                          |       |        |                |                                |                           |
| 2022/550             | Манник                                                      | 130                       | 251,99                     | 4,67                     | 6,40  | 39,95  |                |                                |                           |
| 7.115/2              | Компот из сухофруктов                                       | 180                       | 70,04                      | 0,25                     | 0,00  | 17,05  |                |                                |                           |
| 2021/2/6-1           | Омлет безмолочный запеченный или паровой                    | 150                       | 294,00                     | 11,49                    | 14,84 | 3,77   |                |                                |                           |
| Итого полдник:       |                                                             | 460                       | 616,03                     | 16,41                    | 21,24 | 160,77 |                |                                |                           |
| Всего за день        |                                                             | 1614                      | 1745,96                    | 53,10                    | 66,01 | 49,31  |                |                                |                           |

Ноговицына И.В.

ДЕНЬ - 5

К СанПин 2.3/2.43590-20

| № рецептуры (ТК)            | Наименование блюда                                              | Выход<br>блюда<br>(грамм) | Энергетическая<br>ценность | Пищевые вещества (грамм) |              |               | Витамина С | Температура<br>подачи<br>блюда | Примечание<br>(замена ТК) |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|--------------|---------------|------------|--------------------------------|---------------------------|
|                             |                                                                 |                           |                            | Б                        | Ж            | У             |            |                                |                           |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |                                                                 |                           |                            |                          |              |               |            |                                |                           |
| 2021/8/4/4                  | Каша геркулесовая безмолочная с растительным маслом             | 200                       | 1,86                       | 3,18                     | 12,58        | 1,86          |            |                                |                           |
| 2021/1/6                    | Яйцо                                                            | 40                        | 157,00                     | 11,98                    | 10,13        | 0,68          |            |                                |                           |
| 4.9/13                      | Хлеб пшеничный                                                  | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18         | 10,02         |            |                                |                           |
| 4.10/10                     | Чай с сахаром                                                   | 180                       | 23,89                      | 0,00                     | 0,00         | 5,72          |            |                                |                           |
| <b>Итого завтрак:</b>       |                                                                 | <b>440</b>                | <b>228,95</b>              | <b>16,66</b>             | <b>22,89</b> | <b>18,28</b>  |            |                                |                           |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>       |                                                                 |                           |                            |                          |              |               |            |                                |                           |
| 7.346                       | Яблоко                                                          | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35         | 10,38         |            |                                | 7.187/1<br>2021/11        |
| <b>Итого второй завтрак</b> |                                                                 | <b>100</b>                | <b>39,60</b>               | <b>0,35</b>              | <b>0,35</b>  | <b>10,38</b>  |            |                                |                           |
| <b>ОБЕД</b>                 |                                                                 |                           |                            |                          |              |               |            |                                |                           |
| 4.13/1                      | Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом      | 60                        | 35,72                      | 0,85                     | 2,05         | 4,57          |            |                                |                           |
| 7.25/2                      | Суп – пюре из овощей с крупой                                   | 200                       | 101,24                     | 2,12                     | 3,70         | 14,48         |            |                                |                           |
| 4.43/3                      | Макаронные изделия отварные                                     | 100                       | 209,27                     | 5,33                     | 4,69         | 38,24         |            |                                |                           |
| 4.9/7                       | Биточки (котлеты) рыбные                                        | 80                        | 107,89                     | 10,86                    | 1,76         | 6,53          |            |                                |                           |
| 4.4/11                      | Соус с овощами                                                  | 30                        | 100,64                     | 1,90                     | 6,07         | 7,37          |            |                                |                           |
| 7.15/10/1                   | Напиток из шиповника                                            | 180                       | 63,95                      | 0,43                     | 0,00         | 15,53         |            |                                |                           |
| 4.8/13                      | Хлеб ржаной                                                     | 30                        | 54,30                      | 1,98                     | 0,36         | 12,54         |            |                                |                           |
| 4.9/13                      | Хлеб пшеничный                                                  | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18         | 10,02         |            |                                |                           |
|                             | Соль                                                            | 3,00                      |                            |                          |              |               |            |                                |                           |
| <b>Итого обед:</b>          |                                                                 | <b>700</b>                | <b>719,21</b>              | <b>24,97</b>             | <b>18,81</b> | <b>109,28</b> |            |                                |                           |
| <b>ПОЛДНИК</b>              |                                                                 |                           |                            |                          |              |               |            |                                |                           |
| 7.148                       | Шанежка с картофелем                                            | 90                        | 216,16                     | 5,68                     | 7,93         | 31,20         |            |                                |                           |
| 4.4/1                       | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст. маслом | 50                        | 58,51                      | 0,87                     | 3,47         | 6,84          |            |                                |                           |
| 4.10/10                     | Чай с сахаром                                                   | 180                       | 23,89                      | 0,00                     | 0,00         | 5,72          |            |                                |                           |
| <b>Итого полдник:</b>       |                                                                 | <b>320</b>                | <b>346,30</b>              | <b>6,55</b>              | <b>11,40</b> | <b>43,76</b>  |            |                                |                           |
| <b>Всего за день</b>        |                                                                 | <b>1520</b>               | <b>1334,04</b>             | <b>48,53</b>             | <b>53,45</b> | <b>181,70</b> |            |                                |                           |

Ноговицына И.В.

К СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| № рецептуры (ТК)            | Наименование блюда                                              | Выход блюда (грамм) | Энергетическая ценность | Пищевые вещества (грамм) |              |               | Витамин С | Температура подачи блюда | Примечание (замена ТК) |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------------|--------------|---------------|-----------|--------------------------|------------------------|
|                             |                                                                 |                     |                         | Б                        | Ж            | У             |           |                          |                        |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |                                                                 |                     |                         |                          |              |               |           |                          |                        |
| 2021/11/4                   | Каша ячневая безмолочная с растительным маслом                  | 200                 | 90,60                   | 1,88                     | 1,99         | 14,87         |           |                          |                        |
| 2021/1/6                    | Яйцо                                                            | 40                  | 157,00                  | 11,98                    | 10,13        | 0,68          |           |                          |                        |
| 4.8/13                      | Хлеб ржаной                                                     | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36         | 12,54         |           |                          |                        |
| 4.10/10                     | Чай с сахаром                                                   | 180                 | 23,89                   | 0,00                     | 0,00         | 5,72          |           |                          |                        |
| <b>Итого завтрак:</b>       |                                                                 | <b>450</b>          | <b>325,79</b>           | <b>15,84</b>             | <b>12,48</b> | <b>33,81</b>  |           |                          |                        |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>       |                                                                 |                     |                         |                          |              |               |           |                          |                        |
| 2021/033/5                  | Сок 100г                                                        | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10         | 10,10         |           |                          |                        |
| <b>Итого второй завтрак</b> |                                                                 | <b>100</b>          | <b>46,00</b>            | <b>0,50</b>              | <b>0,10</b>  | <b>10,10</b>  |           |                          |                        |
| <b>ОБЕД</b>                 |                                                                 |                     |                         |                          |              |               |           |                          |                        |
| 2121/42/1                   | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст. маслом  | 60                  | 75,25                   | 1,78                     | 3,90         | 6,69          |           |                          |                        |
| 7.061/3                     | Бигус (со свиной)                                               | 200                 | 249,88                  | 18,72                    | 13,30        | 11,04         |           |                          |                        |
| 7.16/2/2                    | Суп картофельный с крупой                                       | 180                 | 113,17                  | 2,30                     | 3,94         | 16,47         |           |                          |                        |
| 7.1/10/4                    | Компот из яблок и кураги                                        | 180                 | 67,32                   | 0,49                     | 0,03         | 17,08         |           |                          |                        |
| 4.8/13                      | Хлеб ржаной                                                     | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36         | 12,54         |           |                          |                        |
| 4.9/13                      | Хлеб пшеничный                                                  | 20                  | 46,20                   | 1,50                     | 0,18         | 10,02         |           |                          |                        |
|                             | Соль                                                            | 3,00                |                         |                          |              |               |           |                          |                        |
| <b>Итого обед:</b>          |                                                                 | <b>670</b>          | <b>606,12</b>           | <b>26,77</b>             | <b>21,71</b> | <b>73,84</b>  |           |                          |                        |
| <b>ПОЛДНИК</b>              |                                                                 |                     |                         |                          |              |               |           |                          |                        |
| 4.4/1                       | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст. маслом | 50                  | 58,51                   | 0,87                     | 3,47         | 6,84          |           |                          |                        |
| 4.23/12                     | Печенье                                                         | 45                  | 157,50                  | 2,16                     | 1,26         | 34,97         |           |                          |                        |
| 4.10/10                     | Чай с сахаром                                                   | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00         | 11,81         |           |                          |                        |
| 4.8/13                      | Хлеб ржаной                                                     | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36         | 12,54         |           |                          |                        |
| <b>Итого полдник:</b>       |                                                                 | <b>325</b>          | <b>320,07</b>           | <b>5,01</b>              | <b>5,09</b>  | <b>66,16</b>  |           |                          |                        |
| <b>Всего за день</b>        |                                                                 | <b>1545</b>         | <b>1297,98</b>          | <b>48,12</b>             | <b>39,38</b> | <b>183,91</b> |           |                          |                        |

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ДЕНЬ - 7

К СанПин 2.3/2.43590-20

| № рецептуры<br>(ТК)         | Наименование блюда                                                                     | Выход<br>блюда<br>(грамм) | Энергетическая<br>ценность | Пищевые вещества (грамм) |              |               | Вита<br>мина С | Температура<br>подачи<br>блюда | Примечание<br>(замена ТК) |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|--------------|---------------|----------------|--------------------------------|---------------------------|
|                             |                                                                                        |                           |                            | Б                        | Ж            | У             |                |                                |                           |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |                                                                                        |                           |                            |                          |              |               |                |                                |                           |
| 2021/2/4/1                  | Каша гречневая безмолочная с растительным маслом                                       | 150                       | 118,74                     | 3,45                     | 4,14         | 21,53         |                |                                |                           |
| 7.035/11                    | Батон с повидлом (джемом)                                                              | 50                        | 118,00                     | 3,12                     | 1,20         | 27,66         |                |                                |                           |
| 4.10/10                     | Чай с сахаром                                                                          | 200                       | 49,76                      | 0,00                     | 0,00         | 9,10          |                |                                |                           |
| Итого завтрак:              |                                                                                        | 400                       | 286,50                     | 6,57                     | 5,34         | 58,29         |                |                                |                           |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>       |                                                                                        |                           |                            |                          |              |               |                |                                |                           |
| 2021/033/5                  | Сок 100г                                                                               | 100                       | 46,00                      | 0,50                     | 0,10         | 10,10         |                |                                |                           |
| <i>Итого второй завтрак</i> |                                                                                        | 100                       | 46,00                      | 0,50                     | 0,10         | 10,10         |                |                                |                           |
| <b>ОБЕД</b>                 |                                                                                        |                           |                            |                          |              |               |                |                                |                           |
| 2021/49/2                   | Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с луком и соленым огурцом на раст. масле | 60                        | 63,01                      | 0,85                     | 3,26         | 6,69          |                |                                |                           |
| 7.н161-3                    | Уха из свежей рыбы                                                                     | 180                       | 130,08                     | 6,79                     | 2,11         | 12,58         |                |                                |                           |
| 7.н047                      | Пюре розовое                                                                           | 150                       | 126,21                     | 2,79                     | 3,87         | 18,41         |                |                                |                           |
| 7.114                       | Котлета из мяса куры                                                                   | 80                        | 107,49                     | 15,79                    | 4,02         | 2,50          |                |                                |                           |
| 2021/103/2                  | Хлеб ржаной                                                                            | 30                        | 54,30                      | 1,98                     | 0,36         | 12,54         |                |                                |                           |
| 7.115/2                     | Компот из сухофруктов                                                                  | 180                       | 70,04                      | 0,25                     | 0,00         | 17,05         |                |                                |                           |
| 4/14                        | Хлеб пшеничный                                                                         | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18         | 10,02         |                |                                |                           |
|                             | Соль                                                                                   | 3,00                      |                            |                          |              |               |                |                                |                           |
| <i>Итого обед:</i>          |                                                                                        | 700                       | 597,33                     | 29,95                    | 13,80        | 79,79         |                |                                |                           |
| <b>ПОЛДНИК</b>              |                                                                                        |                           |                            |                          |              |               |                |                                |                           |
| 7.151                       | Макаронные изделия отварные с овощами                                                  | 150                       | 120,24                     | 2,82                     | 2,64         | 19,58         |                |                                |                           |
| 4.10/10                     | Чай с сахаром                                                                          | 200                       | 49,76                      | 0,00                     | 0,00         | 9,10          |                |                                |                           |
| 4/14                        | Хлеб пшеничный                                                                         | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18         | 10,02         |                |                                |                           |
| <i>Итого полдник:</i>       |                                                                                        | 400                       | 216,20                     | 4,32                     | 2,82         | 41,41         |                |                                |                           |
| <b>Всего за день</b>        |                                                                                        | <b>1600</b>               | <b>1157,83</b>             | <b>42,50</b>             | <b>23,64</b> | <b>185,79</b> |                |                                |                           |



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

САД (БЕЗЛАКТОЗНОЕ)

ДЕНЬ - 8

К. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| № рецептуры<br>(ТК)  | Наименование блюда                             |  | Выход<br>блюда<br>(грамм) | Энергетическая<br>ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Витамина С | Температура<br>подачи<br>блюда | Примечание<br>(замена ТК) |
|----------------------|------------------------------------------------|--|---------------------------|----------------------------|--------------------------|-------|--------|------------|--------------------------------|---------------------------|
|                      |                                                |  |                           |                            | Б                        | Ж     | У      |            |                                |                           |
| ЗАВТРАК              |                                                |  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 7.151                | Макаронные изделия отварные с овощами          |  | 150                       | 120,24                     | 2,82                     | 2,64  | 19,58  |            |                                |                           |
| 2021/3/7             | Батон                                          |  | 40                        | 176,25                     | 5,78                     | 2,25  | 39,98  |            |                                |                           |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                  |  | 180                       | 23,89                      | 0,00                     | 0,00  | 5,72   |            |                                |                           |
| Итого завтрак:       |                                                |  | 400                       | 230,38                     | 8,60                     | 4,89  | 65,28  |            |                                |                           |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК       |                                                |  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 7.346                | Яблоко                                         |  | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35  | 10,38  |            |                                | 7.187/1<br>2021/11        |
| Итого второй завтрак |                                                |  | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35  | 10,38  |            |                                |                           |
| ОБЕД                 |                                                |  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 4.20/1               | Салат из отварной свеклы с растительным маслом |  | 40                        | 38,20                      | 0,56                     | 2,14  | 4,25   |            |                                |                           |
| 2021/38/3            | Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню)   |  | 200                       | 70,33                      | 0,83                     | 0,09  | 5,79   |            |                                |                           |
| 7.368-1              | Гречка с овощами                               |  | 120                       | 138,54                     | 3,49                     | 4,52  | 21,79  |            |                                |                           |
| 7.249                | Печень по - строгановский                      |  | 80                        | 103,93                     | 11,58                    | 5,08  | 0,70   |            |                                |                           |
| 4.4/10               | Компот из кураги и изюма                       |  | 180                       | 78,50                      | 0,61                     | 0,00  | 19,42  |            |                                |                           |
| 4.9/13               | Хлеб ржаной                                    |  | 30                        | 54,30                      | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                                |                           |
| 4.8/13               | Хлеб пшеничный                                 |  | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                                |                           |
|                      | Соль                                           |  | 3,00                      |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| Итого обед:          |                                                |  | 670                       | 530,00                     | 21,02                    | 15,49 | 78,22  |            |                                |                           |
| ПОЛДНИК              |                                                |  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 2021/2/6-1           | Омлет безмолочный запеченный или паровой       |  | 150                       | 294,00                     | 11,49                    | 14,84 | 3,77   |            |                                |                           |
| 2021/10/10           | Компот из кураги и изюма                       |  | 180                       | 78,50                      | 0,61                     | 0,00  | 19,42  |            |                                |                           |
| 4.8/13               | Хлеб пшеничный                                 |  | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                                |                           |
| 4.23/12              | Печенье                                        |  | 45                        | 157,50                     | 2,16                     | 1,26  | 34,97  |            |                                |                           |
| Итого полдник:       |                                                |  | 395                       | 576,20                     | 15,70                    | 16,28 | 68,16  |            |                                |                           |
| Всего за день        |                                                |  | 1565                      | 1376,18                    | 45,67                    | 37,01 | 222,04 |            |                                |                           |



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

САД (БЕЗЛАКТОЗНОЕ)

ДЕНЬ - 9

К-Сад Тип 2.3/2.43590-20

| № рецептуры (ТК)     | Наименование блюда                               | Выход блюда (грамм) | Энергетическая ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Витамин С | Температура подачи блюда | Примечание (замена ТК) |
|----------------------|--------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|--------------------------|-------|--------|-----------|--------------------------|------------------------|
|                      |                                                  |                     |                         | Б                        | Ж     | У      |           |                          |                        |
| ЗАВТРАК              |                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 2021/2/4/1           | Каша гречневая безмолочная с растительным маслом | 150                 | 118,74                  | 2,71                     | 3,69  | 19,14  |           |                          |                        |
| 7.035/11             | Батон с повидлом (джемом)                        | 50                  | 118,00                  | 3,12                     | 1,20  | 27,66  |           |                          |                        |
| 4.10/10              | Чай с сахаром                                    | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |           |                          |                        |
| Итого завтрак:       |                                                  | 400                 | 298,30                  | 7,73                     | 6,92  | 54,49  |           |                          |                        |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК       |                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 2021/033/5           | Сок 100г                                         | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |           |                          |                        |
| Итого второй завтрак |                                                  | 100                 | 46,00                   | 0,50                     | 0,10  | 10,10  |           |                          |                        |
| ОБЕД                 |                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 4.20/1               | Салат из отварной свеклы с растительным маслом   | 60                  | 63,01                   | 0,83                     | 4,45  | 6,34   |           |                          |                        |
| 7.20/2/2             | Суп-лапша на курином бульоне                     | 180                 | 96,07                   | 1,91                     | 3,31  | 13,16  |           |                          |                        |
| 2021/4/3/1           | Картофельное пюре                                | 150                 | 130,15                  | 2,98                     | 3,95  | 22,01  |           |                          |                        |
| 7.Н114               | Котлета из мяса куры                             | 80                  | 107,49                  | 15,79                    | 4,02  | 2,50   |           |                          |                        |
| 7.1/10/4             | Компот из яблок и кураги                         | 180                 | 67,32                   | 0,49                     | 0,03  | 17,08  |           |                          |                        |
| 2021/103/2           | Хлеб ржаной                                      | 30                  | 54,30                   | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |           |                          |                        |
| 4/14                 | Хлеб пшеничный                                   | 20                  | 46,20                   | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |           |                          |                        |
|                      | Соль                                             | 3,00                |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| Итого обед:          |                                                  | 720                 | 600,80                  | 32,87                    | 17,89 | 84,49  |           |                          |                        |
| ПОЛДНИК              |                                                  |                     |                         |                          |       |        |           |                          |                        |
| 7.н180/3             | Рагу из овощей                                   | 150                 | 120,77                  | 2,84                     | 4,56  | 15,14  |           |                          |                        |
| 4.10/10              | Ватрушка со сметаной                             | 80                  | 55,61                   | 0,56                     | 0,49  | 14,23  |           |                          |                        |
| 7.354/4              | Чай с сахаром                                    | 200                 | 49,76                   | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |           |                          |                        |
| Итого полдник:       |                                                  | 430                 | 226,14                  | 3,40                     | 5,05  | 41,18  |           |                          |                        |
| Всего за день        |                                                  | 1650                | 1171,24                 | 44,50                    | 29,96 | 190,26 |           |                          |                        |

Ноговицына И.В.

К СанПин 2.3/2.43590-20

| № рецептуры<br>(ТК)   | Наименование блюда                               | Выход<br>блюда<br>(грамм) | Энергетическая<br>ценность | Пищевые вещества (грамм) |       |        | Витамина С | Температура<br>подачи<br>блюда | Примечание<br>(замена ТК) |
|-----------------------|--------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|-------|--------|------------|--------------------------------|---------------------------|
|                       |                                                  |                           |                            | Б                        | Ж     | У      |            |                                |                           |
| <b>ЗАВТРАК</b>        |                                                  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 2021/16/4             | Каша пшеничная безмолочная с растительным маслом | 150                       | 95,16                      | 2,16                     | 2,34  | 14,43  |            |                                |                           |
| 2021/1/6              | Яйцо                                             | 40                        | 157,00                     | 11,98                    | 10,13 | 0,68   |            |                                |                           |
| 2021/103/2            | Хлеб ржаной                                      | 30                        | 54,30                      | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                                |                           |
| 4.10/10               | Чай с сахаром                                    | 180                       | 23,89                      | 0,00                     | 0,00  | 5,72   |            |                                |                           |
| Итого завтрак:        |                                                  | 400                       | 330,35                     | 16,12                    | 12,83 | 33,37  |            |                                |                           |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b> |                                                  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 7.346                 | Яблоко                                           | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35  | 10,38  |            |                                | 7.187/1<br>2021/11        |
| Итого второй завтрак  |                                                  | 100                       | 39,60                      | 0,35                     | 0,35  | 10,38  |            |                                |                           |
| <b>ОБЕД</b>           |                                                  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 7.367-4               | Огурец консервированный                          | 40                        | 5,20                       | 0,30                     | 0,04  | 0,91   |            |                                |                           |
| 7.086/3               | Суп гороховый                                    | 180                       | 104,31                     | 3,51                     | 3,13  | 104,31 |            |                                |                           |
| 7.179                 | Рис припущенный с овощами                        | 130                       | 163,00                     | 3,54                     | 5,28  | 28,23  |            |                                |                           |
| 7.149с-2              | Тефтели рыбные                                   | 70                        | 129,68                     | 12,27                    | 4,46  | 5,21   |            |                                |                           |
| 7.15/10/1             | Напиток из шиповника                             | 180                       | 63,95                      | 0,43                     | 0,00  | 15,53  |            |                                |                           |
| 2021/103/2            | Хлеб ржаной                                      | 30                        | 54,30                      | 1,98                     | 0,36  | 12,54  |            |                                |                           |
| 4/14                  | Хлеб пшеничный                                   | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                                |                           |
|                       | Соль                                             | 3,00                      |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| Итого обед:           |                                                  | 660                       | 566,64                     | 23,53                    | 13,45 | 176,75 |            |                                |                           |
| <b>ПОЛДНИК</b>        |                                                  |                           |                            |                          |       |        |            |                                |                           |
| 4.10/10               | Чай с сахаром                                    | 200                       | 49,76                      | 0,00                     | 0,00  | 11,81  |            |                                |                           |
| 4.23/12               | Печенье                                          | 45                        | 157,50                     | 2,16                     | 1,26  | 34,97  |            |                                |                           |
| 7.65П                 | Котлета картофельная                             | 150                       | 193,83                     | 4,62                     | 5,89  | 32,14  |            |                                |                           |
| 4/14                  | Хлеб пшеничный                                   | 20                        | 46,20                      | 1,50                     | 0,18  | 10,02  |            |                                |                           |
| Итого полдник:        |                                                  | 415                       | 447,29                     | 8,28                     | 7,33  | 88,94  |            |                                |                           |
| Всего за день         |                                                  | 1575                      | 1383,88                    | 48,28                    | 33,96 | 309,44 |            |                                |                           |