

СОГЛАСОВАНО

Р. Кофеев, директор дошкольного

образовательного учреждения №66.

27.08.2026г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО "Центр социального питания г. Березники"

Ю. М. Ернова

21 июля 2026г.

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

с исключением продуктов: молоко, свекла, томатная паста, пшеничная крупа, маисная крупа, пшеничная крупа, какао порошок, кофейный напиток, выплёвок, яйцо куриное, шиповник

напиток, цыплёнок, яйцо куриное, шиповник											
№ рец	1 день (понедельник)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины	Минеральные в-ва			
	Завтрак		Б	Ж	У		В 1	С	Са	Fe	
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	20		1,92	0,72	14,3	71,2	0,05	0	8,55	0,54
пр161/202	Каша ячневая с маслом сливочным	150		1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83	73,49	0,53
пр162/202	Чай с сахаром	180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
	Обед	350		3,8	3,2	44,04	220,18	0,09	1,83	86,9	1,85
168/2012	Суп картофельный с рыбной консервой	150		5,74	3,24	7,52	83,93	0,06	4,29	54,71	0,74
пр152/202	Шницель из свинины	50		7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	7	0,9
203/1998	Картофель отварной	110		2,2	5,15	19,95	133,8	0,09	13,44	8,76	0,75
пр20/202	Компот из сухофруктов	150		0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40		3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
	Полдник	500		19,26	19,94	77,35	565,52	0,27	17,94	90,86	8,62
110/2012	Бутерброд с повидлом на батоне	10/40		3,84	1,44	24,7	167,6	0,06	2	7,8	0,7
пр162/202	Чай с сахаром	150		0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
	Ужин	200		3,84	1,44	35,98	212,68	0,06	2	11,85	1,35
пр 6/2023	Тефтели из свинины	50		7,1	6,03	4,8	92,08	0,05	2	12,63	0,74
193/1998	Макаронные изделия отварные	120		4,41	4,23	28,26	168,88	1,47	0	8,53	0,71
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	180		0,43	0,64	12,66	54,61	0,01	2,34	13,37	0,4
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	30		2,91	0,75	19,26	95,67	0,07	0	17,65	1,06
	Ужин дома с 19-00 до 20-00	400		14,85	11,65	64,98	411,24	1,6	4,34	52,18	2,91
	Омлет с зелёным горошком и морковью	75		4,93	5,78	2,61	82,18	0,04	0,92	55,7	0,88
	Кисломолочный напиток	100		2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150		0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
				8,33	8,57	22,35	196,94	0,12	16,62	199,7	4,28
итого за день				50,08	44,8	244,7	1606,56	2,14	42,73	441,49	19,01

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

№ рсч	3 день (среда)	Выход	Пищевые вещества			К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В 1	С	Са	Fe	
Завтрак											
105/2012	Бутерброд с сыром на батоне	10/20		5,01	3,87	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31
пр161/202	Каша ячневая с маслом сливочным	150		1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83	73,49	0,53
пр162/202	Чай с сахаром	180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
Обед											
пр15/2023	Рассольник ленинградский со сметаной	150		1,25	3,22	7,67	73,4	0,05	7,11	8,69	0,49
пр15/2023	Котлета из свинины	50		7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	7	0,9
203/1998	Картофель отварной	110		2,3	5,2	19,9	134,02	0,09	13,44	8,76	0,75
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	150		0,36	0,53	10,55	45,51	0	1,95	11,14	0,33
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40		3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500		14,99	20,35	71,6	532,79	0,26	22,5	49,64	3,32
Полдник											
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50		4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	8,6	0,54
пр162/202	Чай с сахаром	150		0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
		200		4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	12,65	1,19
Ужин											
пр 6/2023	Тефтели из свинины	50		5,5	12	5	150	0,05	2	12,63	0,74
190/1998	Рис отварной	120		3,1	4,06	32,22	180,14	1,76	0	10,23	0,85
пр162/202	Чай с сахаром	180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50		4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06
		400		13,45	17,31	82,86	543,69	1,88	2	45,37	3,43
Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из мяса с овощным гарниром	100		8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	33,62	1,46
	Кисломолочный напиток	100		2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150		0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
				11,92	11,07	23,26	257,44	0,12	28,12	177,62	4,86
Итого за день				52,05	56,88	261,91	1829,12	2,38	54,56	502,23	14,42

№ респ.	4 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У		В 1	С	Са	Fe
Завтрак										
11/01/1998	Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44
пр 161/20	Каша пшеничная с маслом сливочным	140	2,7	2,85	18,68	111,15	0,13	1,16	117,6	0,93
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
		350	3,9	7,05	52,62	289,25	0,15	1,26	128,86	2,15
Обед										
пр174/202	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	0,95	2,63	3,83	50,4	0,03	10,07	15,46	0,42
пр158/20	Тефтели из рыбы	50	4,41	1,03	4,59	45,26	0,02	0,19	0,03	0,43
193/1998	Макаронные изделия отварные	110	4,04	3,9	25,9	154,8	1,47	0	8,53	0,71
пр20/2023	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500	13,52	8,71	76,4	445,95	1,57	10,47	44,41	7,79
Полдник										
125/2017	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50	4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	8,6	0,54
пр162/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
		200	4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	12,65	1,19
Ужин										
пр161/202	Кнели из индейки с рисом	50	7,1	7,2	2,8	105,1	0	0	5,4	0,6
203/1998	Картофель отварной	120	2,5	5,63	21,77	145,97	0,09	13,44	8,76	0,75
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06
		400	14,45	14,08	70,21	464,62	0,16	13,44	36,67	3,19
Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Котлеты овощные с творогом	150	5,5	15,53	16,64	228,44	0,12	16,36	57,3	1,68
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
			8,9	18,32	36,38	343,2	0,2	32,06	201,3	5,08
Итого за день			45,57	49,96	282,64	1766,1	2,14	57,23	423,89	19,4

№ рец	5 день (пятница)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В1	С	Са	Fe	
Завтрак											
108/1998	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20		5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31
пр161/202	Каша рисовая с маслом сливочным	145		1,5	2,33	21,15	111,08	0,06	1,53	143,6	0,45
пр162/202	Чай с сахаром	180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
		350		6,51	10,49	42,11	288,32	0,08	1,64	287,06	1,54
Обед											
39/1998	Суп картофельный с макаронными изделиями	150		1,7	1,7	13,1	74,64	0,08	9,08	10,6	0,68
146/1998	Фрикадельки рыбные	50		7,45	3,85	3,93	57,55	0,05	0,1	25	0,5
205/1998	Картофельное пюре без молока	110		2,34	4,44	17,08	117,6	0,09	3,4	24,24	0,76
пр103/20	Компот из изюма	150		0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40		3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500		15,61	11,14	76,19	445,28	0,28	12,79	80,23	8,17
Полдник											
604/2012	Печенье	1 шт		1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0	2,2	0,2
пр162/202	Чай с сахаром	150		0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
126/2012	Фрукты (Плоды свежие)	1 шт		0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
		315		2,47	3,05	45,48	216,83	0,07	15	30,25	4,15
Ужин											
пр164/202	Колбасик Малютка	50		6,74	7,6	5,54	117,58	0,1	0	5,4	0,74
137/2018	Рагу овощное	120		2,27	6,4	15,86	133,4	0,12	6,6	30,3	0,95
пр162/202	Чай с сахаром	180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50		4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06
		400		13,86	15,25	67,04	464,53	0,29	6,6	58,21	3,53
Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Пудинг мясной с овощами	100		8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	33,62	1,46
	Кисломолочный напиток	100		2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
				11,32	10,47	7,66	189,94	0,07	13,12	153,62	1,56
Итого за день				49,77	50,4	238,48	1604,9	0,79	49,15	609,37	18,95

№ рецеп	6 день (понеделник)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В I	С	Са	Fe	
Завтрак											
604/2012	Печенье	шт		1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0	2,2	0,2
пр161/202	Каша ячневая с маслом сливочным	150		1,88	2,48	16,2	94,88	0,04	1,83	73,49	0,53
пр162/202	Чай с сахаром	180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
		350		3,75	4,93	48,34	253,23	0,06	1,83	80,55	1,51
Обед											
36/1998	Суп из овощей со сметаной	150		2,9	7,3	10,49	189,07	0,08	6	61,39	0,78
15/2023	Биточек из свинины	50		7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	7	0,9
193/1998/	Макаронные изделия (ракушки) отварные с зеленым горошком	110		4,3	3,2	23,8	132,06	1,47	0	8,53	0,71
пр15/202	Напиток витаминный	150		0,04	0	11,44	46,9	0	2,1	2,2	0,5
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40		3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500		18,32	21,9	79,21	647,89	1,67	8,1	93,17	3,74
Полдник											
105/2012	Бутерброд с сыром на батоне	10/40		6,52	3,96	28,6	175,8	0,03	0,11	152,6	0,6
пр162/202	Чай с сахаром	150		0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
		200		6,52	3,96	39,88	220,88	0,03	0,11	156,65	1,25
Ужин											
пр15/202	Ежики мясные	50		5,2	7,8	6,5	109,57	0,05	2	12,63	0,74
пр111/20	Картофель и овощи тушеные в соусе	120		3,4	6,7	28,15	168,55	0	28,8	14,4	1,3
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	180		0,43	0,64	12,66	54,61	0,01	2,34	13,37	0,4
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50		4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06
		400		13,88	16,39	79,41	492,18	0,13	33,14	58,05	3,5
Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Котлеты мясо-капустные с сыром	50		7,83	9,22	1,77	121,4	0,03	4,32	17,44	1,23
532	Сок фруктовый	200		1	0,2	20,2	92	0,02	4	14	0,4
				8,83	9,42	21,97	213,4	0,05	8,32	31,44	1,63
				51,3	56,6	268,81	1827,58	1,94	51,5	419,86	11,63
Итого за день											

№ п/п	7 день (вторник)	Выход	Пищевые вещества			У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У			В 1	С	Са	Fe	
11/0/2012	Завтрак	10/20										
пр107/20	Бутерброд с повидлом на батоне	140										
пр162/202	Каша геркулесовая с маслом сливочным	180										
	Чай с сахаром	350										
37/1998	Обед											
пр158/20	Суп картофельный с бобовыми	150										
205/1998	Тефтели из рыбы	50										
пр20/2023	Картофельное пюре без молока	110										
124/2012	Компот из сухофруктов	150										
	Хлеб ржано-пшеничный	40										
		500										
125/2012	Полдник											
пр162/202	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50										
	Чай с сахаром	150										
		200										
174/1998	Ужин											
203/1998	Фрикадельки из свинины	50										
пр162/202	Картофель отварной	120										
124/2012	Чай с сахаром	180										
	Хлеб ржано-пшеничный	50										
		400										
	Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из творога с фруктовым салатом	75										
	Кисломолочный напиток	100										
	Фрукты (Плоды свежие)	150										
Итого за день			41,47	39,36	278,09	35,57	219,66	0,1	18,75	498,43	19,69	

№ рец	8 день (среда)	выход	Пищевые вещества			У	К/кал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У			В I	С	Са	Fe
Завтрак											
108/1998	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20	5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31	
пр 161/20	Каша пшеничная с маслом сливочным	145	2,7	2,85	18,68	111,15	0,13	1,16	117,6	0,93	
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
		350	7,71	11,01	39,64	288,39	0,15	1,27	261,06	2,02	
Обед											
49/1998	Суп-пюре из картофеля с гречками	150/8	2,98	3,21	18,93	116,59	0,1	5,67	71,4	0,68	
пр15/202	Голубцы ленивые	50	4	5,4	5,03	85,5	0,01	0,45	28,5	1,2	
пр111/20	Картофель запеченный из отварного	110	3,12	6,05	25,4	152,2	0	24	12	1,08	
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	150	0,36	0,53	10,55	45,51	0	1,95	11,14	0,23	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85	
		508	14,34	16,19	85,59	527,36	0,16	32,07	137,09	4,14	
Полдник											
604/2012	Печенье сдобрики	3 шт	1,67	4,52	16,42	113,25	0,02	0	4,4	0,3	
пр162/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
		200	1,67	4,52	27,7	158,33	0,02	0	8,45	0,95	
Ужин											
пр15/202	Шницель из свинины	50	7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	7	0,9	
105/1998	Пюре из гороха	120	13,5	3	29,76	192,1	0,08	3,1	27	0,8	
пр17/2010	Компот "Витаминка"	180	0,29	0,18	19,68	81,52	0,01	0,25	7,61	6,45	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		400	25,84	14,83	89,34	585,37	0,23	3,35	59,26	9,21	
Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из цыпленка с овощами	100	8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	33,62	1,46	
	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	0,01	2	7	0,2	
			9,02	8,38	13,62	188,68	0,05	14,42	40,62	1,66	
Итого за день			58,58	173,93	864,91	1748,13	2,37	173,47	1936,35	67,91	

№ реп	9 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В1	С	Ca	Fe	
105/1998	Завтрак										
пр107/201	Бутерброд с сыром на батоне	10/20	5,01	3,87	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31	
пр107/201	Капша геркулесовая с маслом сливочным	140	2,48	3,6	15,38	103,5	0,13	1,16	117,6	0,93	
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
		350	7,49	7,47	36,34	280,74	0,15	1,27	261,06	2,02	
	Обед										
пр174/202	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150		2,63	3,83	50,4	0,03	10,07	15,46	0,42	
133/1998	Котлета рыбная	50	0,95	7,4	4,85	61,38	0,04	0,4	25,5	0,4	
203/1998	Картофель отварной с зеленым горошком 90/20	110	2,88	4,26	18,92	108,87	0,09	13,44	8,76	0,75	
пр103/20	Компот из изюма	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85	
		500	15,35	9,42	69,68	416,14	0,22	24,12	70,11	7,8	
	Полдник										
125/2012	Батон/ Хлеб ржано-пшеничный	50	4,8	1,8	35,75	178	0,06	0	8,6	0,54	
пр162/202	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
		200	4,8	1,8	47,03	223,08	0,06	0	12,65	1,19	
	Ужин										
пр123/201	Биточек из мадйки	50	4,85	8,66	4,02	101,45	0,1	0	6,64	0,353	
193/1998	Макаронные изделия отварные	120	4,41	4,23	28,26	168,88	1,47	0	8,53	0,71	
пр162/202	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		400	14,11	14,14	77,92	483,88	1,64	0	37,68	2,903	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Омлет с зеленью	150	9,86	11,56	5,22	164,36	0,08	1,84	111,4	1,76	
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1	
	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	16	2,2	
			13,06	14,15	19,76	256,62	0,14	12,54	247,4	4,06	
	Итого за день		54,81	46,98	250,73	1660,46	2,21	37,93	628,9	17,973	

№ рецепта	10 день (пятница)	Выход	Пищевые вещества			У	К/ккл	Витамины		Минеральные в-		
			Б	Ж	У			В 1	С	Са	Fe	
	Завтрак											
11/01/1998	Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02		0,1	6,4		
пр16/1/2012	Каша ячневая с маслом сливочным	140	1,88	2,48	16,2	94,88	0,04		1,83	73,49		
пр16/2/2012	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0		0	4,86		
		350	3,08	6,68	50,14	272,98	0,06		1,93	84,75		
	Обед											
19/2/2012	Рассольник домашний со сметаной	150	1,24	3,21	6,15	67,12	0,05		9,96	13,34		
пр16/1/2012	Кнели из индейки с рисом	50	7,1	7,2	2,8	105,1	0		0	5,4		
19/4/1998	Вермишель отварная	110	4,04	3,88	25,9	154,8	1,5		2,2	15,6		
пр20/2/2012	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0		0,21	6,34		
12/4/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05		0	14,05		
		500	16,5	15,44	76,93	522,51	1,6		12,37	54,73		
	Полдник											
6/04/2012	Печенье	1шт	1,87	2,45	18,6	104,25	0,02		0	2,2		
пр16/2/2012	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0		0	4,05		
		200	1,87	2,45	29,88	149,33	0,02		0	6,25		
	Ужин											
7/5/1998	Запеканка картофельная с овощами с маслом сливочным	130	3,22	9,64	20,44	181,48	0,09		5,08	18,98		
4/5/2012	Соус сметанный	40	0,63	3,76	1,37	42,35	0,01		0,05	21,7		
пр7/4/2016	Компот из свежих фруктов	180	0,43	0,64	12,66	54,61	0,01		2,34	13,37		
12/4/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07		0	17,65		
		400	9,13	15,29	66,57	437,89	0,18		7,47	71,7		
	Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из творога с яблоками	150	14,89	12,76	19,88	245,9	0,09		1,6	134,66		
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03		0,7	120		
	Фрукты (Фрукты свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05		1,5	24		
			18,29	15,55	39,62	360,66	0,17		17,3	278,66		
			48,87	55,41	263,14	1743,37	2,03		39,07	496,09		
	Итого за день											

Использованы сборники рецептов:

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

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

привязан Бюда разработанные ООО "Центр социального питания г. Березники"

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 278015872020984066915621024906056358857500955729

Владелец Тимашева Галина Валентиновна

Действителен с 02.10.2025 по 02.10.2026