

**МБДОУ д/сад № 476**

УТВЕРДЖАЮ  
Заведующий учреждением  
\_\_\_\_\_ В.В. Крупа.  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**

**Сезон: весенне-летний**

**Возрастная категория: до 3-х лет, с 3-х до 7 лет**

Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.  
Сборник технических нормативов / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: первая, понедельник**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Первый день	1.Каша вязкая (пшениная) *№ 1 – 150 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2- 15/5/15 - 35 гр.  3.Кофейный напиток с молоком *№ 3- 180 гр.  <b>Итого объем: 360</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1.Салат из кукурузы (консервированной)</b> * № 12 – 30 гр. 2.Рассольник домашний *№ 6 - 180 гр. 2.Котлета, рубленая *№ 7 – 50 гр. 3. Гречка рассыпчатая (перловка) № 52 -120 гр. 4. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -40 гр. 5. Кисель из ягод свежих *№ 9 – 180 гр.  <b>Итого объем: 610</b>	1.Молоко кипяченое *№ 10– 150 гр.  2.Булочка домашняя (ванильная) *№ 69- 100 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Макароны изделия отварные с маслом *№ 11- 180 гр.  2. Хлеб *№ 13 -35 гр.  3. Чай с шиповником *№ 14 – 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	полдник объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Первый день	1.Каша вязкая (пшениная) *№ 1 – 180 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2- 20/5/15 - 40 гр.  3.Кофейный напиток с молоком *№ 3- 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1.Салат из кукурузы (консервированной)</b> * № 5 – 50 гр. 2.Рассольник домашний *№ 6 - 180 гр. 2.Котлета, рубленая *№ 7 – 70 гр. 3. Гречка рассыпчатая (перловка) № 52 -130 гр. 4. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 5. Кисель из ягод свежих *№ 9 – 180 гр.  <b>Итого объем: 670</b>	1.Молоко кипяченое *№ 10– 180 гр.  2.Булочка домашняя (ванильная) *№ 69- 100 гр.  <b>Итого: 280</b>	1. Макароны изделия отварные с маслом *№ 11- 200 гр.  2. Хлеб *№ 13 -50 гр.  3. Чай с шиповником *№ 14 – 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

<b>Неделя: первая, вторник</b>					
до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Второй день	1. Каша жидкая (рисовая) *№ 15 – 150 гр.  2. Бутерброд с маслом * № 16- 15/5 - 20 гр.  3. Какао с молоком *№ 17 – 180 гр.  <b>Итого объем: 350</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1. Салат из свеклы</b> * № 18 – 30 гр. 2. Щи из свежей капусты *№ 19 - 180 гр. 2. Жаркое по-домашнему *№ 20 – 160 гр. 3. Хлеб пшеничный -15 гр. хлеб ржаной (таежный) -10 гр. 4. Компот из сушёных фруктов *№ 21 -180 гр.  <b>Итого объем: 575</b>	1. Йогурт(снежок) – *№ 22 – 160 гр.  2. Хлеб таежный- *№ 13- 40 гр.  <b>Итого: 200</b>	1. Запеканка из творога – *№ 23 – 160 гр. 2. Сгущенное молоко – *№ 24 -30 гр. 3. Хлеб пшеничный *№ 13 - 30 гр. 4. Чай с сахаром *№ 25 - 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Второй день	1. Каша жидкая (рисовая) *№ 15 – 180 гр.  2. Бутерброд с маслом * № 16- 15/5 - 20 гр.  3. Какао с молоком *№ 17 – 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1. Салат из свеклы</b> * № 18 – 50 гр. 2. Щи из свежей капусты *№ 19 - 180 гр. 2. Жаркое по-домашнему *№ 20 – 180 гр. 3. Хлеб пшеничный -15 гр. хлеб ржаной (таежный) -10 гр. 4. Компот из сушёных фруктов *№ 21 -180 гр.  <b>Итого объем: 615</b>	1. Йогурт (снежок) – *№ 22 – 200 гр.  2. Хлеб таежный- *№ 13- 50 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Запеканка из творога – *№ 23 – 160 гр. 2. Сгущенное молоко – *№ 24 -40 гр. 3. Хлеб пшеничный *№ 13 - 50 гр. 4. Чай с сахаром *№ 25 - 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: первая, среда**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	полдник объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Третий день	1. Каша вязкая (овсянка «Геркулес») *№ 26 – 150 гр.  2. Джем с хлебом *№- 12 -10/5/10 - 25 гр.  3. Чай *№ 27 – 180 гр.  <b>Итого объем: 355</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	1. Салат из горошка зеленого консервированного * № 28 – 30 гр. 2. Суп картофельный *№ 29 – 180 гр. 3. Мясо отварное с овощами *№ 66 – 160 гр. 4. Хлеб пшеничный -20 гр. хлеб ржаной (таежный) -30 гр. 5. Кисель из кураги *№ 31 -180 гр.  <b>Итого объем: 600</b>	1 Чай с молоком – *№ 32 – 150 гр.  2. Ватрушки *№ 33 - 100 гр. *№ 75  <b>Итого: 250</b>	1. Плов из птицы (перловка) *№ 30 – 170 гр.  2. Хлеб пшеничный – * № 13 - 30 гр.  3. Чай с лимоном *№ 36- 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	полдник объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Третий день	1. Каша вязкая (овсянка «Геркулес») *№ 26 – 180 гр.  2. Джем с хлебом *№- 12 -20/5/15 - 40гр.  3. Чай *№ 27 – 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	1. Салат из горошка зеленого консервированного * № 28 – 50 гр. 2. Суп картофельный *№ 29 – 180 гр. 3. Мясо отварное с овощами *№ 66– 180 гр. 4. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -40 гр. 5. Кисель из кураги *№ 31 -180 гр.  <b>Итого объем: 640</b>	1 Чай с молоком – *№ 32 – 150 гр.  2. Ватрушки *№ 33 - 100 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Плов из птицы (перловка) *№ 30 – 200 гр.  2. Хлеб пшеничный – * № 13 - 50 гр.  3. Чай с лимоном *№ 36- 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: первая, четверг**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Четвертый день	1. Каша вязкая (кукурузная) *№ 7 – 150 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2- 20/5/10 - 35 гр.  3. Кофейный напиток с молоком *№ 3 – 180 гр.  <b>Итого объем: 365</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	1. Салат из соленых огурцов с луком *№ 38 – 30 гр. 2. Борщ со сметаной *№ 39 -180 гр. 3. Рыбные ежики с овощами, соус сметанный *№ 58 – 160 гр. 4. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 5. Компот из свежих ягод *№ 42 – 180 гр.  <b>Итого объем: 610</b>	1. Чай- заварка *№ 27 – 170 гр.  2. Печенье *№ 78- 30 гр.  <b>Итого: 200</b>	1. Картофель отварной – *№ 43 - 140 гр.  2. Рыба соленая (порциями) *№ 44 – 50 гр.  3. Хлеб пшеничный – *№ 13 - 30 гр.  4. Чай с шиповником *№ 14 – 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Четвертый	1. Каша вязкая (кукурузная) *№ 7 – 180 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2- 20/5/15 - 40 гр.  3. Кофейный напиток с молоком *№ 3 – 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	1. Салат из соленых огурцов с луком *№ 38 – 50 гр. 2. Борщ со сметаной *№ 39 -180 гр. 3. Рыбные ежики с овощами, соус сметанный *№ 58 – 180 гр. 4. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 5. Компот из свежих ягод *№ 42 – 180 гр.  <b>Итого объем: 650</b>	1. Чай- заварка *№ 27 – 200 гр.  2. Печенье *№ 78- 50 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Картофель отварной – *№ 43 - 150 гр.  2. Рыба соленая (порциями) *№ 44 – 70 гр.  3. Хлеб пшеничный – *№ 13 - 50 гр.  4. Чай с шиповником *№ 14 – 200 гр.  <b>Итого объем: 470</b>

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: первая, пятница**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Пятый	1. Омлет натуральный *№ 45- 170 гр.  2. Бутерброд с маслом * № 16- 10/5 - 15 гр.  3. Молоко с какао * № 17 – 180 гр.  <b>Итого объем: 365</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1.Икра кабачковая для детского питания</b> *№ 46 - 30 гр. 2.Суп с бобовыми (гороховый) *№ 47 – 180 гр. 3.Запеканка картофельная с печенью (сердцем) *№ 48 – 160 гр. 4. Хлеб пшеничный -20 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 5. Компот из чернослива *№ 21 -180 гр.  <b>Итого объем: 620</b>	1. Кисель *№ 50 – 180 гр.  2.Вафли *№ 79- 20 гр.  <b>Итого: 200</b>	1 Каша рассыпчатая гречневая *№ 52- 150 гр.  2.Хлеб пшеничный – *50 гр.  3. Молоко кипяченое – *№ 10 – 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Пятый	1. Омлет натуральный *№ 67 -180 гр.  2 Бутерброд с маслом *№ 16 – 15/5 - 20 гр.  3.Какао с молоком *№ 17-200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1.Икра кабачковая для детского питания</b> *№ 46 - 50 гр. 2.Суп с бобовыми (гороховый) *№ 47 – 180 гр. 3.Запеканка картофельная с печенью (сердцем) *№ 48 – 180 гр. 4. Хлеб пшеничный -20 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 5. Компот из чернослива *№ 21 -180 гр.  <b>Итого объем: 660</b>	1. Кисель *№ 50 – 200 гр.  2.Вафли *№ 79- 50 гр.  <b>Итого: 250</b>	1 Каша рассыпчатая гречневая *№ 52- 200 гр.  2.Хлеб пшеничный – *№ 13 - 50 гр.  3. Молоко кипяченое – *№ 10 – 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: вторая, понедельник**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Первый день	1.Каша вязкая (ячневая) *№ 53 – 150 гр.  2. Бутерброд с маслом * № 16- 15/5 - 20 гр.  3. Кофейный напиток с молоком *№ 3 – 180 гр.  <b>Итого объем: 350</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1.Салат из горошка зеленого консервированного</b> *№ 28 – 30 гр. 2. Борщ с картофелем *№ 54 -180 гр. 3.Биточки паровые *№ 55 - 60 гр. 4. Овощи тушеные *№ 57 - 110 гр. 5. Хлеб пшеничный -15 гр. хлеб ржаной (таежный) -40 гр. 6. Кисель из кураги *№ 31 - 180 гр. <b>Итого объем: 615</b>	1.Молоко кипяченое *№ 10 -170 гр.  2.Печенье *№ 78 -30 гр.  <b>Итого: 200</b>	1. Перловка(гречка, рис) отварная с овощами *№ 87 -170 гр.  2.Хлеб пшеничный *№ 13 - 30 гр.  3.Чай с молоком – *№ 32 – 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Первый день	1.Каша вязкая (ячневая) *№ 53 – 180 гр.  2. Бутерброд с маслом * № 16- 15/5 - 20 гр.  3. Кофейный напиток с молоком *№ 3 – 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1.Салат из горошка зеленого консервированного</b> *№ 28 – 50 гр. 2. Борщ с картофелем *№ 54 -180 гр. 3.Биточки паровые *№ 55 - 70 гр. 4. Овощи тушеные *№ 57 - 130 гр. 5. Хлеб пшеничный -15 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 6. Кисель из кураги *№ 31 - 180 гр. <b>Итого объем: 675</b>	1.Молоко кипяченое *№ 10 -200 гр.  2.Печенье *№ 78 -50 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Перловка (гречка, рис) отварная с овощами *№ 87 -200 гр.  2.Хлеб пшеничный *№ 13 - 50 гр.  3.Чай с молоком – *№ 32 – 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: вторая, вторник**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Второй день	1. Каша вязкая (манная) *№ 58 – 150 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2- 15/5/10 - 30 гр.  3. Какао с молоком * № 17 - 180 гр.  <b>Итого объем: 360</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1.Икра кабачковая для детского питания</b> *№ 46 - 30 гр. 2. Суп с рыбными консервами *№ 60 - 180 гр. 3. Гуляш из отварного мяса (сердца) *№ 34 – 50 гр. 4. Тушеная капуста *№ 85 – 110 гр. 5. Хлеб пшеничный -40 гр. хлеб ржаной (таежный) -10 гр. 6. Компот из сухих фруктов *№ 21 - 180 гр. <b>Итого объем: 600</b>	1.Снежок (йогурт) *№ 22 - 160 гр.  2.Хлеб ржаной (таежный) *№ 13 - 40 гр.  <b>Итого: 200</b>	1.Запеканка из творога с изюмом *№ 62 – 150 гр. 2.Сгущенное молоко– *№ 12 - 25 гр.  3.Хлеб пшеничный – *№ 13 - 25 гр. 4. Чай с ягодами *№ 74 - 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Второй день	1.Каша вязкая (манная) *№ 58 – 180 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2- 20/5/15 - 40 гр.  3. Какао с молоком * № 17 - 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Сок фруктовые и овощные витаминизированные напитки *№ 4– 200 гр.	<b>1.Икра кабачковая для детского питания</b> *№ 46 - 50 гр. 2. Суп с рыбными консервами *№ 60 - 180 гр. 3. Гуляш из отварного мяса (сердца) *№ 34 – 70 гр. 4. Тушеная капуста *№ 85 – 130 гр. 5. Хлеб пшеничный -30 гр. хлеб ржаной (таежный) -10 гр. 6. Компот из сухих фруктов *№ 21 - 180 гр. <b>Итого объем: 650</b>	1.Снежок (йогурт) *№ 22 - 200 гр.  2.Хлеб ржаной (таежный) *№ 13 - 50 гр.	1.Запеканка из творога с изюмом *№ 62 – 170 гр. 2.Сгущенное молоко – *№ 12 - 50 гр.  3.Хлеб пшеничный – *№ 13 - 30 гр. 4. Чай с ягодами *№ 74 - 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты



<b>Неделя: вторая, среда</b>					
до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	УЖИН объем не менее 400 г.
Третий день	1. Каша из смеси круп (гречка, овсянка) *№ 63 – 150 гр.  2. Бутерброд с джемом *№ 12 -15/5/10 - 30 гр.  3 Чай с лимоном *№ 36 - 180 гр.  <b>Итого объем: 360</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1. Салат из кукурузы (консервированной)</b> * № 5 – 30 гр. 2. Бульон с клецками *№ 64 – 180 гр. 3. Биточки, рубленые из птицы *№ 65 – 50 гр. 4. Свекла тушеная № 82-110 гр. 4. Хлеб пшеничный -15 гр. хлеб ржаной (таежный) -30 гр. 5. Компот из изюма *№ 21 – 180 гр. <b>Итого объем: 600</b>	1. Кисель *№ 50 – 170 гр.  2. Вафли *№ 79 - 30 гр.  <b>Итого: 200</b>	1. Рагу из овощей *№ 83 - 170 гр.  2. Хлеб пшеничный *№ 13 - 30 гр.  3. Чай с лимоном *№ 36– 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	УЖИН объем не менее 450 г.
Третий день	1. Каша из смеси круп (гречка, овсянка) *№ 63 – 180 гр.  2. Бутерброд с джемом *№ 12 -20/5/15 - 40 гр.  3 Чай с лимоном *№ 36 - 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1. Салат из кукурузы (консервированной)</b> * № 5 – 50 гр. 2. Бульон с клецками *№ 64 – 180 гр. 3. Биточки, рубленые из птицы *№ 65 – 70 гр. 4. Свекла тушеная № 82 -130 гр. 4. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -40 гр. 5. Компот из изюма *№ 21 – 180 гр. <b>Итого объем: 660</b>	1. Кисель *№ 50 – 200 гр.  2. Вафли *№ 79 - 50 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Рагу из овощей *№ 83 - 200 гр.  2. Хлеб пшеничный *№ 13 - 50 гр.  3. Чай с лимоном *№ 36– 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

<b>Неделя: вторая, четверг</b>					
до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Четвертый день	1. Каша вязкая (пшеничная) *№ 71- 150 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2 – 15/5/10 - 30 гр.  3. Кофейный напиток с молоком *№ 3 – 180 гр.  <b>Итого объем: 360</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1. Салат из соленых огурцов с луком</b> *№ 38 – 30 гр. 2. Щи из свежей капусты *№ 19 -180 гр. 3. Биточки рыбные *№ 86 – 50 гр. 4. 1. Макароны изделия отварные *№ 11- 110 гр. 5. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -40 гр. 6. Компот из чернослива *№ 14- 180 гр.  <b>Итого объем: 600</b>	1. Молоко кипяченое *№ 10 – 150 гр.  2. Булочка домашняя *№ 69 - 100 гр.  <b>Итого: 250</b>	1 Овощи, тушеные с мясом * № 84 – 165 гр.  2. Хлеб пшеничный *№ 13 - 35 гр.  3. Чай с сахаром *№ 25 - 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Четвертый день	1. Каша вязкая (пшеничная) *№ 71- 180 гр.  2. Бутерброд с сыром *№ 2 – 20/5/15 - 40 гр.  3. Кофейный напиток с молоком *№ 3 – 180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1. Салат из соленых огурцов с луком</b> *№ 38 – 50 гр. 2. Щи из свежей капусты *№ 19 -180 гр. 3. Биточки рыбные *№ 86 – 70 гр. 4. 1. Макароны изделия отварные *№ 11- 130 гр. 5. Хлеб пшеничный -10 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 6. Компот из чернослива *№ 14- 180 гр.  <b>Итого объем: 650.</b>	1. Молоко кипяченое *№ 10 – 200 гр.  2. Булочка домашняя *№ 69 - 100 гр.  <b>Итого: 300</b>	1 Овощи, тушеные с мясом * № 84 – 200 гр.  2. Хлеб пшеничный *№ 13 - 50 гр.  3. Чай с сахаром *№ 25 - 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты

**Неделя: вторая, пятница**

до 3-х лет	Завтрак объем не менее 350 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 450 г.	ПОЛДНИК объем не менее 200 г.	ужин объем не менее 400 г.
Пятый день	1. Омлет с сыром *№ 67 -160 гр.  2. Бутерброд с маслом *№ 16 – 15/5 - 20 гр.  3. Какао с молоком *№ 17-180 гр.  <b>Итого объем: 360</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1. Салат из свеклы</b> * № 18– 30 гр. 2. Суп с макаронными изделиями *№ 72 – 180 гр. 3. Бефстроганов из печени *№ 70 - 60 гр. 4. Пюре картофельное *№ 49 – 100 гр. 5. Хлеб пшеничный -20 гр. хлеб ржаной (таежный) -40 гр. 6. Компот их сухих фруктов *№ 21 – 180 гр.  <b>Итого объем: 610</b>	1 Чай - заварка *№ 27 – 170 гр.  2. Пряник *№ 61 - 30 гр.  <b>Итого: 200</b>	1. Запеканка из творога – *№ 23 – 150 гр. 2. Джем, повидло *№ 24 - 15 гр.  3. Хлеб пшеничный – *№ 13 - 35 гр.  3. Чай с ягодами *№ 74- 200 гр.  <b>Итого объем: 400</b>
с 3-х до 7 лет	Завтрак объем не менее 400 г.	Второй завтрак объем не менее 100 г.	обед объем не менее 600 г.	ПОЛДНИК объем не менее 250 г.	ужин объем не менее 450 г.
Пятый день	1. Омлет с сыром *№ 67 -180 гр.  2. Бутерброд с маслом *№ 16 – 25/5 - 30 гр.  3. Какао с молоком *№ 17-180 гр.  <b>Итого объем: 400</b>	Фрукты (плоды) свежие *№ 35 – 200 гр.	<b>1. Салат из свеклы</b> * № 18– 50 гр. 2. Суп с макаронными изделиями *№ 72 – 180 гр. 3. Бефстроганов из печени *№ 70– 70 гр. 4. Пюре картофельное *№ 49 - 100 гр. 5. Хлеб пшеничный -15 гр. хлеб ржаной (таежный) -50 гр. 6. Компот их сухих фруктов *№ 21 – 180 гр.  <b>Итого объем: 660</b>	1 Чай - заварка *№ 27 – 200 гр.  2. Пряник *№ 61 - 50 гр.  <b>Итого: 250</b>	1. Запеканка из творога – *№ 23 – 180 гр. 2. Джем, повидло *№ 12 -30 гр.  3. Хлеб пшеничный – *№ 13 - 40 гр.  3. Чай с ягодами *№ 74- 200 гр.  <b>Итого объем: 450</b>

\*№ - номер технологической карты