



Комплекс четырехразового питания для организации питания детей с ОВЗ, детей-инвалидов в дошкольных учреждениях, обслуживаемых ООО "КП "Левобережный"

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

1 НЕДЕЛЯ			2 НЕДЕЛЯ		
Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК					
<i>Завтрак</i>					
Сыр (порциями)	10	35,30	Сыр (порциями)	10	35,30
Каша из риса и пшена молочная вязкая с маслом сливочным	200	229,48	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	265,43
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88
Сок яблочный	200	86,60	Сок яблочный	200	86,60
ИТОГО:	650	457,38	ИТОГО:	655	494,44
<i>Обед</i>					
Салат из белокочанной капусты	60	55,54	Винегрет с горошком	60	78,52
Свекольник	210	106,78	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	100,69
Гуляш из свинины	80	226,31	Плов (свинина)	210	562,73
Макароны отварные с овощами	120	142,13	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб бородинский	20	40,34
Хлеб бородинский	20	40,34	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43			
ИТОГО:	720	725,12	ИТОГО:	720	936,30
<i>Полдник</i>					

Булочка "Домашняя"	50	193,47	Булочка "Домашняя"	50	193,47
Напиток из шиповника	200	79,80	Напиток из шиповника	200	79,80
ИТОГО:	250	273,27	ИТОГО:	250	273,27
Ужин					
Рагу из филе птицы (курица)	210	253,69	Тефтели рыбные в соусе (минтай) - 50/50	100	127,24
Хлеб пшеничный	30	67,59	Рагу из овощей	120	118,41
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб пшеничный	30	67,59
Чай с молоком	200	87,95	Хлеб бородинский	20	40,34
			Чай с молоком	200	87,95
ИТОГО:	460	449,57	ИТОГО:	470	441,53
ИТОГО за день:	2080	1905,34	ИТОГО за день:	2095	2145,54
ВТОРНИК					
Завтрак					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная вязкая с маслом сливочным	200	256,81	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	267,95
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Какао с молоком	200	116,16	Какао с молоком	200	116,16
Мандарин	120	45,96	Яблоко	120	53,28
ИТОГО:	550	484,16	ИТОГО:	550	502,62
Обед					
Салат из свеклы с яблоками	60	59,13	Салат из моркови	60	79,56
Рассольник Ленинградский	210	116,62	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	121,24
Голубец Ленивый (курица-свинина)	70	210,64	Котлета рубленая из птицы	70	180,40
Соус белый основной	25	13,05	Соус белый основной	25	13,05
Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75	Каша перловая рассыпчатая	120	164,89
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	80,92	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	86,88
ИТОГО:	735	799,04	ИТОГО:	725	753,95
Полдник					
Печенье	40	166,32	Печенье	40	166,32
Молоко кипяченое	200	106,60	Молоко кипяченое	200	106,60
ИТОГО:	240	272,92	ИТОГО:	240	272,92
Ужин					
Салат "Лакомство"	60	101,70	Капуста, тушенная с мясом (свинина)	210	416,39

Запеканка из творога с молоком сгущенным - 100/20	120	252,22	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб бородинский	20	40,34
Хлеб бородинский	20	40,34	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77
Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88			
ИТОГО:	445	503,73	ИТОГО:	470	565,09
ИТОГО за день:	1970	2059,85	ИТОГО за день:	1985	2094,58
СРЕДА					
Завтрак					
Повидло	20	52,56	Повидло	20	52,56
Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	195,68	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	200	225,19
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Кофейный напиток с молоком	200	83,53	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88
Сок яблочный	200	86,60	Сок яблочный	200	86,60
ИТОГО:	650	483,60	ИТОГО:	665	471,46
Обед					
Икра овощная (маринад овощной с томатом)	60	79,71	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	71,10
Щи из капусты свежей с картофелем	210	89,42	Борщ Сибирский	210	110,68
Шницель из свинины	70	238,15	Котлета рыбная Любительская (минтай)	70	110,42
Соус красный основной	25	11,01	Соус красный основной	25	11,01
Рис припущенный	120	169,25	Макаронные изделия отварные	120	170,78
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Компот из смеси сухофруктов	200	59,20	Напиток из шиповника	200	79,80
ИТОГО:	735	754,67	ИТОГО:	735	661,72
Полдник					
Булочка "Дорожная"	50	193,47	Булочка "Дорожная"	50	193,47
Ряженка 2,5%	200	101,80	Ряженка 2,5%	200	101,80
ИТОГО:	250	295,27	ИТОГО:	250	295,27
Ужин					
Котлета рыбная (минтай)	70	109,23	Салат "Овощной букет"	60	108,11
Картофель тушеный	120	179,72	Запеканка из творога с молоком сгущенным - 100/20	120	252,22
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34

Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Чай с молоком	200	87,95
ИТОГО:	450	437,65	ИТОГО:	430	556,21
ИТОГО за день:	2085	1971,19	ИТОГО за день:	2080	1984,66
ЧЕТВЕРГ					
<i>Завтрак</i>					
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	286,59	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	292,37
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77
Яблоко	120	53,28	Мандарин	120	45,96
ИТОГО:	565	446,98	ИТОГО:	560	444,33
<i>Обед</i>					
Салат "Веснушка"	60	56,36	Салат "Ералаш"	60	56,82
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	120,39	Рассольник	210	104,10
Гречаники	70	204,37	Тефтели из свинины с рисом и соусом - 60/50	110	269,40
Соус молочный	25	26,99	Пюре картофельное	120	116,68
Пюре картофельное	120	116,68	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб бородинский	20	40,34
Хлеб бородинский	20	40,34	Компот из свежих яблок и свежемороженой вишни	200	69,74
Компот из свежих яблок и мандаринов	200	70,57			
ИТОГО:	725	703,29	ИТОГО:	750	724,67
<i>Полдник</i>					
Вафли	40	140,04	Вафли	40	140,04
Молоко кипяченое	200	106,60	Молоко кипяченое	200	106,60
ИТОГО:	240	246,64	ИТОГО:	240	246,64
<i>Ужин</i>					
Салат "Свекольный с изюмом"	60	97,62	Салат из отварной фасоли	60	98,25
Омлет натуральный	105	148,28	Омлет натуральный	105	148,28
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88
ИТОГО:	425	394,60	ИТОГО:	430	396,34
ИТОГО за день:	1955	1791,51	ИТОГО за день:	1980	1811,98
ПЯТНИЦА					

Завтрак

Масло сливочное (порциями)	5	33,05	Масло сливочное (порциями)	5	33,05
Суп молочный с рисом	200	222,45	Суп молочный с макаронными изделиями	200	227,71
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Кофейный напиток с молоком	200	83,53
Сок яблочный	200	86,60	Сок яблочный	200	86,60
ИТОГО:	645	448,10	ИТОГО:	635	496,12

Обед

Салат "Бабушкин салатик"	60	108,37	Салат "Витаминка"	60	55,21
Борщ с капустой и картофелем	210	101,78	Суп картофельный с крупой (рис)	200	87,17
Биточек рыбный (минтай)	70	109,23	Биточек из курицы и свинины	70	216,90
Соус томатный	25	18,94	Соус молочный	25	26,99
Макаронные изделия отварные	120	170,78	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	210,10
Хлеб пшеничный	30	67,59	Хлеб пшеничный	30	67,59
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Напиток из шиповника	200	79,80	Компот из смеси сухофруктов	200	59,20
ИТОГО:	735	696,83	ИТОГО:	725	763,50

Полдник

Крендель сахарный	50	193,47	Крендель сахарный	50	193,47
Кисель из свежемороженой вишни	200	119,41	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	127,38
ИТОГО:	250	312,88	ИТОГО:	250	320,85

Ужин

Жаркое по-домашнему (свинина)	210	424,10	Печень, тушенная в соусе	80	141,10
Хлеб пшеничный	30	67,59	Картофель отварной	120	119,92
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб пшеничный	30	67,59
Чай с молоком	200	87,95	Хлеб бородинский	20	40,34
			Чай с сахаром - 200/10	210	40,77
ИТОГО:	460	619,98	ИТОГО:	460	409,72
ИТОГО за день:	2090	2077,79	ИТОГО за день:	2070	1990,19
Среднее значение за неделю:	2036	1961,14	Среднее значение за неделю:	2042	2005,39

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ - 169,66 руб.

Технолог  Э.Ю. Бобровникова