ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

Лаптева Эльвира Николаевна
2022.11.01 16:05:16+03'00'

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	№ рец.
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	150	4,50	7,90	24,00	186,00	181
Масло (порциями)	5	0,00	3,60	0,01	33,00	14
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Сок фруктовый в ассортименте витаминизированный	150	0,70		20,2	85,00	389
Всего в завтрак	**325**	**9,20**	**11,40**	**45,00**	**341,00**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96,00	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,20**	**1,2**	**29,40**	**96,00**	
Обед						
Хлеб пшеничный	20	0,10	0,00	0,80	37,60	ГП
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Чай с сахаром	150	0,05	0,01	11,60	46,60	376
Рассольник ленинградский	150	1,20	3,10	6,80	62,80	96
Винегрет	40	2,30	3,70	2,20	51,60	69
Зелень	5	0,05	0,20	0,11	8,00	8
Соус красный основной	10	0,90	1,70		7,10	759
Картофель запеченный (из отварного)	100	2,28	8,17	17,30	162,00	313
Гуляш из говядины	70	13,50	15,90	3,85	210,00	260
Всего в обед	**545,00**	**21,08**	**28,10**	**47,40**	**541,00**	
Полдник						
молоко	200	0,16	0,16	27,88	115,00	342
булочка	70	9,6	13,84	26,9	271,00	420
Всего в полдник	**270**	**9,81**	**14,00**	**60,74**	**386,00**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	21,44	88,40	382
Котлеты или биточки рыбные (минтай)	60	7,90	8,23	9,23	139,00	234
Икра свекольная	30	0,60	0,11	6,30	28,00	75
Каша рассыпчатая (пшенная, с маслом)	100	4,22	2,24	24,50	45,00	171
Всего в ужин	**370**	**13,70**	**10,70**	**67,10**	**357,00**	
Второй ужин						
Йогурт	200	5,8	5,00	8,4	102,00	386
Всего во второй ужин	**200**	**5,8**	**5,00**	**8,4**	**102,00**	
Всего в день	**1960**	**61,50**	**69,60**	**249,20**	**1721,00**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	№ рец.
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (с маслом)	150	5,2	13,1	22,9	187	173
Сыр (порциями)	12	4,3	3,6		45	15
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Чай с лимоном	150	0,09	0,01	10,6	43	377
Омлет натуральный	30	3,2	1,3	1,4	80	210
Всего в завтрак	**362**	**11,9**	**18**	**35,7**	**392**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	250	1,2	1,2	29,4	96	
Обед						
Сметана	5	0,1	1,2		11	ГП
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Борщ с капустой и картофелем	150	1	3	6,6	65	82
Компот из смеси сухофруктов	150	0,55	0,007	26,6	110	349
Сельдь с луком	30	6,2	8,2	0,8	40	76
Запеканка картофельная с мясом	150	16,9	1,7	21,3	344	284
Зелень	5	0,5	0,2	0,11	8	8
Всего в обед	**520**	**26**	**14,33**	**61**	**625**	
Полдник						
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	389
Сырники из творога	75	13,2	8,4	8,5	181	219
Всего в полдник	**225**	**14,3**	**8,4**	**28,7**	**266**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Салат из квашеной капусты	30	0,6	1,9	8,5	35	47
Компот из плодов шиповника (витаминный)	150	0,18	0,08	24,1	115	357
Рагу из мяса птицы	150	11,2	8	10,3	148	289
Всего в ужин	**395**	**13**	**9,9**	**49,63**	**365**	
Второй ужин						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Булочка школьная	60	5,01	1,92	26,91	145	428
Всего во второй ужин	**1960**	**10,81**	**6,92**	**36,51**	**252**	
Всего в день	**2,23**	**62,5**	**58,4**	**235**	**1648**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Среда

Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Компот из свежих плодов	150	0,1	0	14,3	95	379
Всего в завтрак	**335**	**5,3**	**16,7**	**39,4**	**352**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Чай с сахаром	150	0,05	0,01	11,60	46,60	376
Суп картофельный с крупой	150	1,50	3,80	8,90	80,60	101
Капуста тушеная (белокочанная)	50	2	1,6	4,7	37,6	321
Рыба тушенная (минтай)	60	9,9	8,8	2,6	125	230
Зелень	5	0,5	0,2	0,11	8	8
Пюре картофельное	100	2,4	3,2	13,9	93	312
Всего в обед	**610**	**18,79**	**19,3**	**57,6**	**467**	
Полдник						
молоко	200	0,16	0,16	27,88	115	342
Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	150	11,3	10,7	32,5	265	224
Всего в полдник	**350**	**11,19**	**10,8**	**59,3**	**380**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	382
Оладьи из печени с морковью	70	10,5	2,2	4,9	141	122
Салат "Осенний"	50	0,8	9,27	13,87	49	18
Рагу из овощей	100	1,6	10,45	8,19	135	143
Всего в ужин	**400**	**15,2**	**21,9**	**53,4**	**477**	
Второй ужин						
Кефир	200	5,8	5	8	100	386
Кондитерские изделия в ассортименте	35	0,003		3,25	18	ГП
Всего во второй ужин	**235**	**5,85**	**5**	**11,25**	**118**	
Всего в день	**2183**	**38,7**	**57,5**	**250**	**1890**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Четверг

Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,9*	2,5	9,5	79,8	120
Масло (порциями)	5	0,00	3,60	0,01	33,00	14
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с сахаром	150	0,05	0,01	11,60	46,60	376
Яйца вареные	20	3,4	2,3	0,14	31	209
Всего в завтрак	**345**	6,3	8,4	21,9	227	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**2,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Компот из смеси сухофруктов	150	0,004	0,005	24,2	100	349
Печень, тушенная	60	10,5	7,3	3,1	132	261
Суп рыбный с крупой	150	2,3	2,8	16,8	71	101
Каша рассыпчатая (гречневая)	100	5,8	4,1	26,5	167	302
Зелень	5	0,5	0,2	0,11	8	8
Всего в обед	**495**	**19,9**	**14,4**	**46,5**	**378**	
Полдник						
молоко	200	0,16	0,16	27,88	115	342
Вареники ленивые отварные (с маслом)	100	17,9	13	16,8	257	218
Всего в полдник	**300**	**18,06**	**13,1**	**40,28**	**372**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Винегрет овощной	30	0,4	3,2	5,2	39,1	67
Птица отварная	55	11,3	12,6	0,24	157	288
Картофель и овощи, тушенные в соусе	110	2,17	8,39	15,11	144	142
Всего в ужин	**375**	**15,75**	**24,1**	**46,3**	**482**	
Второй ужин						
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386
Кондитерские изделия в ассортименте	30	0,003		3,25	18	ГП
Всего во второй ужин	**230**	**5,85**	**5**	**11,6**	**120**	
Всего в день	**1900**	**62,9**	**57,8**	**174**	**1675**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Пятница

Завтрак						
Каша вязкая молочная "Дружба"	150	3,5	3	11,5	95,8	175
Сыр (порциями)	12	4,3	3,6		45	15
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с сахаром	150	0,05	0,01	11,60	46,60	382
						66
Всего в завтрак	**332**	**7,8**	**6,6**	**27,4**	**224**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**160**	
Обед						
Сметана	5	0,1	1,2		11	ГП
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Компот из свежих плодов	150	0,1	0	21	86	342
Макароны отварные с овощами	100	3,12	3,6	17,11	113	205
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1	3,1	4,9	56,2	88
Сельдь с картофелем	30	2,5	3,1	6,3	62,9	77
Тефтели 1-й вариант с соусом	60	7,3	1,7	4,2	61,6	278
Зелень	5	0,5	0,2	0,11	8	8
Всего в обед	**530**	**16,2**	**11**	**65,3**	**503**	
Полдник						
напиток из плодов шиповника (витаминный)	200	0,24	0,11	31,37	150	357
Яблоки, фаршированные творогом(с молоком	100	10,8	0,9	28,9	162	373
Всего в полдник	**300**	**10,32**	**0,02**	**60,2**	**312**	
Ужин						
Масло (порциями)	5	0,00	3,60	0,01	33,00	14
Хлеб ржано-пшеничный	15	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Сок фруктовый в ассортименте витаминизированный	150	1		20,2	85	379
Салат картофельный с огурцами солеными и	40	0,5	3,1,	3,6	45,2	37
Овощи в молочном соусе	100	2,6	1,8	8,8	60	317
Всего в ужин	**330**	**5,2**	**8,5**	**39,6**	**300**	
Второй ужин						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Ватрушки	75	6,1	3,4	29,18	202	410
Всего в ужин	**275**	**11,9**	**10,48**	**38,78**	**309**	
Всего в	**2,017**	**36,5**	**38,4**	**260,6**	**1541**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Суббота

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	№ рец.
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Масло (порциями)	5	0,00	3,60	0,01	33,00	14
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
картофель отварной	100	7,3	14,8	7,7	161	213
Огурцы свежие или соленые порционные	30	0,1	0,03	0,2	2,1	71
Рыба запеченная	60	9,3	6,1	6,6	114,3	231
Всего в завтрак	**375**	**18**	**24,5**	**36,1**	**432**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	150	2,35	3,39	18,4	71,6	102
Плов из из птицы	100	8,4	5,6	17,5	152	291
Салат из свеклы с сыром и чесноком	30	1,9	4	2,9	55	50
Напиток из плодов шиповника	150	0,55	0,19	15,4	70	388
Зелень	5	0,5	0,2	0,11	8	8
Всего в обед	**465**	**14,5**	**13,3**	**59,6**	**460**	
Полдник						
Компот из свежих плодов	150	0,1	0	21	86	342
булочка	50	4,3	7,6	13,4	135	420
Всего в полдник	**230**	**4,19**	**7,7**	**41,2**	**250**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	15	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с лимоном	180	0,11	0,02	12,77	52	377
Азу с мясом говядина	150	14,1	15,8	14,5	258	773
Всего в ужин	**385**	**15,3**	**16,3**	**33,7**	**377**	
Второй ужин						
Кондитерские изделия в ассортименте	35	0,003		3,25	18	ГП
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386
Всего во второй ужин	**235**	**5,8**	**5**	**11,9**	**120**	
Всего в день	**1940**	**58,8**	**63**	**211,9**	**1735**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

1-ая неделя/Воскресенье

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	№ рец.
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша манная с фруктами	150	5,2	13,1	22,9	187	173
Масло (порциями)	5	0,00	3,60	0,01	33,00	14
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Всего в завтрак	**325**	**5,3**	**16,7**	**43,4**	**342**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Чай с сахаром	150	0,05	0,01	11,6	46	376
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,30	3,16	6,80	67,10	103
Котлеты мясные рубленые, запеченные с	70	2,3	6	6,7	76	273
Винегрет овощной	30	0,5	4	7	52,1	67
Зелень	8	0,9	4,3	0,18	13	8
Картофель отварной	100	1,9	3,25	13,3	100	125
Всего в обед	**538**	**11,4**	**21,3**	**44,2**	**335**	
Полдник						
Компот из смеси сухофруктов	150	0,003	0,004	26,4	100	349
Запеканка из творога с морковью и	100	11,3	10,7	32,5	265	223
Всего в подник	**250**	**11,35**	**10,4**	**58**	**365**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	15	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Компот из свежих плодов	150	0,1	0	21	86	342
Рагу из мяса птицы	150	14,1	15,8	14,5	258	289
Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,1	0,04	0,7	2,6	70
Всего в ужин	**365**	**15,7**	**15,8**	**42,6**	**413,6**	
Второй ужин						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Пирожки печеные(свежая капуста)	75	4,71	1,92	27,53	146	406
Всего во второй ужин	**275**	**10,51**	**6,92**	**37,13**	**253**	
Всего в день		**55,4**	**72,7**	**254,7**	**1496**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Понедельник

1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Масло (порциями)	5	0,08	7,25	0,13	66	14
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
картофель отварной	100	1,9	3,25	13,3	100	
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Омлет натуральный	60	6,3	10,5	1,6	116	210
Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,2	0,04	0,7	1,9	70
Всего в завтрак	**380**	**9,6**	**21,05**	**36,9**	**414**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,18	0,01	0,88	37,50	ГП
Компот из смеси сухофруктов	150	0,003	0,004	26,4	100	349
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	1,5	1,9	10,4	84,3	104
Голубцы с мясом и рисом	60	6,1	5	10	107	287
Икра свекольная	30	0,8	0,01	6,4	28,5	75
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Рагу из овощей	100	1,6	10,5	8,9	135	143
Всего в обед	**525**	**12,11**	**17,9**	**67,9**	**519**	
Полдник						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	382
Запеканка из творога с морковью и	75	6,2	5,4	16,2	265	224
Всего в	**275**	**12**	**10,4**	**25,8**	**372**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	15	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с лимоном	150	0,11	0,02	12,77	52	377
Рыба, запеченная под молочным соусом	150	0,9	9,5	14,6	136	233
Салат из морковки с сыром и чесноком	30	1,4	2,6	1,9	41,2	50
Всего в ужин	**365**	**14,8**	**12,1**	**35,7**	**310**	
Второй ужин						
Кефир	200	5,8	5	8	100	386
Ватрушки	75	9,22	5,48	29,18	202	410
Всего во второй ужин	**275**	**15,02**	**10,48**	**37,18**	**202**	
Всего в день	**2,29**	**78,3**	**85,6**	**188,5**	**1,964**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Вторник

Завтрак						
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (с	180	6,1	15,62	27,5	225	173
Масло (порциями)	5	0,08	7,25	0,13	66	14
Хлеб пшеничный	20	0,20	0,01	0,98	45,20	ГП
Чай с лимоном	180	0,11	0,02	9,34	47	377
Всего в завтрак	**390**	**6,4**	**22,8**	**37,95**	**383**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,7	0,02	4,75	20,2	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37	ГП
Рассольник ленинградский	180	1,5	3,8	8,9	80,6	96
Макароны отварные с овощами	100	3,1	3,8	17,16	113	205
Салат "Розовый" из капусты со свеклой	50	0,6	1,6	60,6	30	45
Рыба тушенная (минтай)	60	9,8	8,5	2,6	126	230
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	389
Всего в обед	**580**	**48,56**	**47,85**	**116,4**	**509,6**	
Полдник						
Молоко кипяченое	200	3,17	2,68	15,95	101	379
Пирожки печеные(свежая капуста)	50	3,24	2,28	18,5	97	406
Всего в полдник	**300**	**6,4**	**4,96**	**34,4**	**198**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Напиток из плодов шиповника	150	0,68	0,28	20,76	88	388
Жаркое по-домашнему	150	10,7	25,8	14,5	335	259
Салат "Осенний"	50	0,8	3,4	4,6	49	18
Всего в ужин	**200**	**13,2**	**29,4**	**46,3**	**539**	
Второй ужин						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Всего в о второй ужин	**200**	**5,8**	**5**	**9,6**	**107**	
Всего в день	**1920**	**82**	**112**	**294,2**	**1,917**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Среда

Хлеб пшеничный	20	0,20	0,01	0,98	45,20	ГП
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Яйца вареные	20	2,4	2,3	0,14	31	209
Всего в завтрак	**395**	**11,9**	**10,3**	**75,05**	**391**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Сметана	5	0,005	0,9		7,9	ГП
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Борщ с капустой и картофелем	150	1	3	7,2	63	82
Компот из смеси сухофруктов	150	0,5	0,001	24,8	102	349
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Картофель запеченный (из отварного)	100	2,58	8,7	21,8	165	313
Гуляш из говядины	80	16,1	18,6	3,2	245	260
Всего в обед	**798**	**33,3**	**30,8**	**63,6**	**721**	
Полдник						
Чай с сахаром	150	0	0,02	8,7	37	376
булочка	50	4,8	11,7	13,5	135	420
Всего в подник	**230**	**11,4**	**24,79**	**47,92**	**382**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,70	0,02	4,75	20,20	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Салат из квашеной капусты	30	0,5	1,5	2,6	26	47
Картофельное пюре с луком пассерованным	130	2,9	10	18,5	183	128
Кисель из фруктов или ягод	150	0,009	0,1	19	90	352
Котлеты рубленые из птицы	70	12	12,9	12,9	217	295
Всего в ужин	**415**	**16,5**	**24,5**	**59,4**	**583**	
Второй ужин						
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386
Кондитерские изделия в ассортименте	25	0,03		2,16	12	ГП
Всего во второй ужин	**225**	**5,85**	**5**	**12,24**	**114**	
Всего в день	**2,211**	**80,15**	**96,5**	**287**	**2,287**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Четверг

Завтрак						
Каша вязкая молочная из риса	150	4,2	7,7	7,19	208	181
Масло (порциями)	5	0,08	7,25	0,13	66	14
Хлеб пшеничный	20	0,20	0,01	0,98	45,20	ГП
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Всего в завтрак	**325**	**4,41**	**14,9**	**28,4**	**404**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Компот из свежих плодов	150	0,13	0,13	23,2	95,8	342
Тефтели 1-й вариант с соусом	60	4,05	4,5	5,36	78,5	278
Суп картофельный с бобовыми(фасолью)	150	3,4	3,2	10,3	92	102
Салат из морковки с сыром и чесноком	30	1,6	3,9	2,7	55	50
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Картофель и овощи, тушенные в соусе	100	2,17	8,34	15,1	144	142
Всего в обед	**425**	**13,6**	**20,6**	**63,4**	**539**	
Полдник						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100	7,5	7	21,6	176	223
Всего в полдник	**300**	**13,3**	**12**	**31,2**	**283**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с сахаром	150	0,09	0,01	6,2	31	376
Каша рассыпчатая (гречневая)	100	6	4	27,5	160	302
Бефстроганов	80	12,1	18,4	4	248	250
Икра свекольная	30	0,9	0,002	9,4	38	75
Всего в ужин	**390**	**20**	**22,4**	**53,5**	**544**	
Второй ужин						
Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,03		2,16	12	406
Йогурт	200	5,8	5	8,4	102	386
Всего во второй ужин	**225**	**5,11**	**5**	**10,2**	**114**	
Всего в день	**1,915**	**57,6**	**76,1**	**261,7**	**1980**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Пятница

Завтрак						
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с лимоном	150	0,09	0,01	6,2	31	377
Омлет натуральный	60	6,3	10,5	1,6	116	210
Капуста тушеная (белокочанная)	100	2	3,2	9,4	75	321
Всего в завтрак	**330**	**8,6**	**13,7**	**17,9**	**259**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Суп рыбный с крупой	150	1,4	1,5	10,15	86	101
Напиток из плодов шиповника	150	0,68	0,28	20,76	88	388
Жаркое по-домашнему	150	10,7	25,8	14,5	335	259
Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,1	0,03	0,6	2,1	70
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Всего в обед	**515**	**15**	**28,1**	**52,9**	**519**	
Полдник						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Лапшевник с творогом	100	9,1	8,4	19,35	187	208
Всего в полдник	**300**	**14,9**	**13,9**	**28,41**	**294**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Салат из свеклы с сыром и чесноком	50	2,3	4,9	3,5	66	50
Рыба запеченная	80	11,9	7,5	8,4	146	231
Картофель запеченный (из отварного)	120	2,8	10,9	23,6	203	313
Всего в ужин	**435**	**19**	**23**	**62,1**	**567**	
Второй ужин						
Кефир	200	5,8	5	8	100	386
Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,3		2,16	12	ГП
Всего во второй ужин	**220**	**5,11**	**5**	**11,2**	**119**	
Всего в день	**2050**	**63,8**	**84,9**	**201,9**	**1,854**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Суббота

Завтрак						
Каша вязкая молочная "Дружба"	150	4,2	7,7	7,19	208	175
Масло (порциями)	5	0,00	3,60	0,01	33,00	14
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с лимоном	150	0,09	0,01	6,2	31	377
Всего в завтрак	**325**	**4,3**	**11,3**	**14,5**	**381**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Сметана	5	0,13	0,7		0,008	ГП
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Компот из свежих плодов	150	0,13	0,13	23,2	95,8	342
Борщ зеленый	150	1,7	3,5	8,1	67,6	85
Пельмени мясные отварные	150	9,3	9,54	27,7	262	392
свекла отварная	30	0,2	0,38		7,5	66
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Всего в обед	**520**	**13,5**	**14,8**	**70,3**	**540**	
Полдник						
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107	385
Запеканка из творога с морковью и	100	7,5	7	21,6	176	224
Всего в полдник	**300**	**13,3**	**12**	**31,2**	**283**	
Ужин						
Сыр (порциями)	6	2,3	1,19		23	15
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Компот из смеси сухофруктов	150	0,003	0,004	26,4	100	349
Плов из из птицы	200	16,95	10,47	35,73	305	291
Салат "Розовый" из капусты со свеклой	30	0,4	0,7	2,03	18,7	45
Всего в ужин	**427**	**22,9**	**15,2**	**70,5**	**490**	
Второй ужин						
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,3		2,16	12	ГП
Всего во второй ужин	**170**	**1**		**20,18**	**97**	
Всего в день	**1,992**	**56,2**	**55,3**	**173**	**1,887**	

ГКУ СО РО Новочеркассий центр помощи детям № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Э.Н.Лаптева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

для воспитанников ГКУСО РО Новочеркасского центра помощи детям №1

Возрастная категория : с12 месяцев до 18 месяцев

2-ая неделя/Воскресенье

Масло (порциями)	5	0,08	7,25	0,13	66	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	382
Всего в завтрак	**210**	**5,7**	**17,6**	**30,7**	**341**	
Второй завтрак						
фруктовое пюре	250	1,2	1,2	29,4	96	338
Всего во второй завтрак	**250**	**1,2**	**1,2**	**29,4**	**96**	
Обед						
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Кисель из фруктов или ягод	150	0,11	0,9	14,3	110	352
Сельдь с луком	30	3,1	4,4	0,3	22,00	76
Суп картофельный с крупой	180	1,1	1,6	7,5	53,5	101
Азу с мясом говядина	150	10,7	25,8	14,5	335	773
Зелень	5	1,13	0,5	0,23	8	8
Всего в обед	**600**	**19,6**	**36,3**	**36,9**	**576**	
Полдник						
Сок фруктовый в ассортименте	150	1		20,2	85	379
Яблоки, фаршированные творогом(с молоком	100	10,8	0,8	35,45	162	373
Всего в полдник	**350**	**11,8**	**0,8**	**55,6**	**247**	
Ужин						
Хлеб ржано-пшеничный	10	1,10	0,02	5,70	30,40	ГП
Хлеб пшеничный	20	0,02	0,01	0,75	37,00	ГП
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	11,4	37	376
Салат "Осенний"	30	0,8	3,09	4,6	49,6	18
Рыба тушенная (минтай)	120	18,18	17,62	5,24	252	230
Картофель и овощи, тушенные в соусе	100	2,17	8,8	15,6	144	142
Всего в ужин	**485**	**20,35**	**29,56**	**43,2**	**549**	
Второй ужин						
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386
Кондитерские изделия в ассортименте	20	0,3		2,16	12	ГП
Всего во второй ужин	**230**	**12,1**	**10**	**14,3**	**126**	
Всего в день	**2125**	**70,5**	**138,01**	**205,2**	**1,916**	
Итого						
Среднее за период	**2171**	**73,5**	**92,20**	**279,1**	**1,826**	