

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи        | Наименование блюда                          | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-------------------|---------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 1-й день          |                                             |                        |                        |
| Завтрак           |                                             |                        |                        |
|                   | Каша гречневая молочная со сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                   | Хлеб с маслом                               | 25/5                   | 35/6                   |
|                   | Чай с сахаром                               | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак  |                                             |                        |                        |
| 2-ой завтрак      |                                             |                        |                        |
|                   | Фрукты: яблоки                              | 50                     | 75                     |
| Обед              |                                             |                        |                        |
|                   |                                             |                        |                        |
|                   | Суп перловый на мясном бульоне              | 150                    | 200                    |
|                   | Плов с мясом                                | 115                    | 135                    |
|                   | Хлеб сельский                               | 25                     | 25                     |
|                   | Компот из урюка и яблок                     | 150                    | 200                    |
| Итого за обед     |                                             |                        |                        |
| Полдник           |                                             |                        |                        |
|                   | Кыстыбый с картофелем                       | 85                     | 105                    |
|                   | Чай с молоком                               | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник  |                                             |                        |                        |
|                   | Соль                                        | 3                      | 5                      |
| Итого за 1-й день |                                             |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи        | Наименование блюда                        | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-------------------|-------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 2-й день          |                                           |                        |                        |
| Завтрак           |                                           |                        |                        |
|                   | Каша пшенная молочная со сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                   | Хлеб с маслом                             | 25/5                   | 35/6                   |
|                   | Цикорий с молоком                         | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак  |                                           |                        |                        |
| 2-ой завтрак      |                                           |                        |                        |
|                   | Фрукты: яблоко                            | 50                     | 75                     |
| Обед              |                                           |                        |                        |
|                   | Салат из свеклы                           | 40                     | 60                     |
|                   | Суп овощной на мясном бульоне             | 150                    | 200                    |
|                   | Шницель рыбный                            | 60                     | 80                     |
|                   | Макароны отварные                         | 120                    | 130                    |
|                   | Хлеб сельский                             | 25                     | 25                     |
|                   | Компот из урюка                           | 150                    | 200                    |
| Итого за обед     |                                           |                        |                        |
| Полдник           |                                           |                        |                        |
|                   | Гороховое пюре                            | 130                    | 150                    |
|                   | Чай с сахаром                             | 180                    | 200                    |
|                   | Хлеб пшеничный                            | 20                     | 20                     |
| Итого за полдник  |                                           |                        |                        |
|                   | Соль                                      | 3                      | 5                      |
| Итого за 2-й день |                                           |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи        | Наименование блюда                    | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 3-й день          |                                       |                        |                        |
| Завтрак           |                                       |                        |                        |
|                   | Омлет натуральный                     | 80                     | 120                    |
|                   | Хлеб с сыром                          | 25/6                   | 35/10                  |
|                   | Какао с молоком                       | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак  |                                       |                        |                        |
| 2-ой завтрак      |                                       |                        |                        |
|                   | Фрукты: Банан                         | 50                     | 75                     |
| Обед              |                                       |                        |                        |
|                   | Салат из свежей капусты               | 40                     | 60                     |
|                   | Суп крестьянский на мясном бульоне    | 150                    | 200                    |
|                   | Картофельное пюре со сливочным маслом | 120                    | 130                    |
|                   | Хлеб сельский                         | 25                     | 25                     |
|                   | Компот из урюка                       | 150                    | 200                    |
|                   | Гуляш из отварного мяса               | 30/30                  | 35/35                  |
| Итого за обед     |                                       |                        |                        |
| Полдник           | Оладьи с медом натуральным            | 90                     | 90                     |
|                   | Чай с молоком                         | 180                    | 200                    |
|                   | Творог «Обнимама» 5 % 50гр            | 50                     | 50                     |
| Итого за полдник  |                                       |                        |                        |
|                   | Соль                                  | 3                      | 5                      |
| Итого за 3-й день |                                       |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи        | Наименование блюда                        | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-------------------|-------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 4-й день          |                                           |                        |                        |
| Завтрак           |                                           |                        |                        |
|                   | Каша ячневая молочная со сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                   | Хлеб с сыром                              | 25/6                   | 35/10                  |
|                   | Чай с молоком                             | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак  |                                           |                        |                        |
| 2-ой завтрак      |                                           |                        |                        |
|                   | Фрукты: яблоки                            | 50                     | 75                     |
| Обед              |                                           |                        |                        |
|                   | Салат из моркови с яблоками               | 40                     | 60                     |
|                   | Свекольник на мясном бульоне              | 150                    | 200                    |
|                   | Голубцы Ленивые.                          | 130                    | 180                    |
|                   | Хлеб сельский                             | 25                     | 25                     |
|                   | Компот из урюка и яблок                   | 150                    | 200                    |
| Итого за обед     |                                           |                        |                        |
| Полдник           |                                           |                        |                        |
|                   | Королевская ватрушка                      | 90                     | 100                    |
|                   | Чай с сахаром                             | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник  |                                           |                        |                        |
|                   | Соль                                      | 3                      | 5                      |
| Итого за 4-й день |                                           |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи        | Наименование блюда                          | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-------------------|---------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 5-й день          |                                             |                        |                        |
| Завтрак           |                                             |                        |                        |
|                   | Каша рисовая молочная со сливочным маслом   | 140                    | 150                    |
|                   | Хлеб с сыром                                | 25/6                   | 35/10                  |
|                   | Цикорий с молоком                           | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак  |                                             |                        |                        |
| 2-ой завтрак      |                                             |                        |                        |
|                   | Фрукты: апельсин                            | 50                     | 75                     |
| Обед              |                                             |                        |                        |
|                   | Винегрет овощной                            | 40                     | 60                     |
|                   | Суп с домашней лапшой на мясном бульоне     | 150                    | 200                    |
|                   | Овощи тушеные с мясом                       | 130                    | 180                    |
|                   | Хлеб сельский                               | 25                     | 25                     |
|                   | Компот из урюка                             | 150                    | 200                    |
| Итого за обед     |                                             |                        |                        |
| Полдник           |                                             |                        |                        |
|                   | Каша гречневая молочная со сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                   | Хлеб пшеничный                              | 20                     | 20                     |
|                   | Чай с молоком                               | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник  |                                             |                        |                        |
|                   | Соль                                        | 3                      | 5                      |
| Итого за 5-й день |                                             |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи            | Наименование блюда                | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-----------------------|-----------------------------------|------------------------|------------------------|
| 6-й день              |                                   |                        |                        |
| Завтрак               |                                   |                        |                        |
|                       | Молочная вермишель                | 140                    | 150                    |
|                       | Хлеб с маслом                     | 25/5                   | 35/6                   |
|                       | Какао с молоком                   | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак      |                                   |                        |                        |
| 2-ой завтрак          |                                   |                        |                        |
|                       | Фрукты: яблоки                    | 50                     | 75                     |
| Итого за 2-ой завтрак |                                   |                        |                        |
| Обед                  |                                   |                        |                        |
|                       | Борщ с капустой на мясном бульоне | 150                    | 200                    |
|                       | Ёжики в соусе.                    | 65/50                  | 90/50                  |
|                       | Хлеб сельский                     | 25                     | 25                     |
|                       | Кисель                            | 180                    | 200                    |
| Итого за обед         |                                   |                        |                        |
| Полдник               |                                   |                        |                        |
|                       | Печенье «Нарезное»                | 50                     | 50                     |
|                       | Чай с сахаром                     | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник      |                                   |                        |                        |
|                       | Соль                              | 3                      | 5                      |
| Итого за 6-й день     |                                   |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи               | Наименование блюда                                | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|--------------------------|---------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 7-й день                 |                                                   |                        |                        |
| Завтрак                  |                                                   |                        |                        |
|                          | Каша пшеничная<br>молочная со сливочным<br>маслом | 140                    | 150                    |
|                          | Хлеб с маслом                                     | 25/5                   | 35/6                   |
|                          | Чай с молоком                                     | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак         |                                                   |                        |                        |
| 2-ой завтрак             |                                                   |                        |                        |
|                          | Фрукты: яблоко                                    | 50                     | 75                     |
| Итого за 2-ой<br>завтрак |                                                   |                        |                        |
| Обед                     |                                                   |                        |                        |
|                          | Салат из моркови                                  | 40                     | 50                     |
|                          | Суп овощной на мясном<br>бульоне                  | 150                    | 200                    |
|                          | Треугольник с мясом                               | 75                     | 100                    |
|                          | Хлеб сельский                                     | 25                     | 25                     |
|                          | Компот из урюка                                   | 150                    | 200                    |
| Итого за обед            |                                                   |                        |                        |
| Полдник                  |                                                   |                        |                        |
|                          | Омлет натуральный                                 | 80                     | 120                    |
|                          | Чай с сахаром                                     | 180                    | 200                    |
|                          | Хлеб пшеничный                                    | 20                     | 20                     |
| Итого за полдник         |                                                   |                        |                        |
|                          | Соль                                              | 3                      | 5                      |
| Итого за 7-й день        |                                                   |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи               | Наименование блюда                                | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|--------------------------|---------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 8-й день                 |                                                   |                        |                        |
| Завтрак                  |                                                   |                        |                        |
|                          | Каша геркулесовая молочная<br>со сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                          | Хлеб с маслом                                     | 25/5                   | 35/6                   |
|                          | Цикорий с молоком                                 | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак         |                                                   |                        |                        |
| 2-ой завтрак             |                                                   |                        |                        |
|                          | Фрукты: яблоки                                    | 50                     | 75                     |
| Итого за 2-ой<br>завтрак |                                                   |                        |                        |
| Обед                     |                                                   |                        |                        |
|                          | Салат витаминный                                  | 40                     | 60                     |
|                          | Свекольник на мясном<br>бульоне                   | 150                    | 200                    |
|                          | Биточки рыбные                                    | 60                     | 75                     |
|                          | Рис отварной на сливочном<br>масле                | 120                    | 130                    |
|                          | Хлеб сельский                                     | 25                     | 25                     |
|                          | Кисель                                            | 180                    | 200                    |
| Итого за обед            |                                                   |                        |                        |
| Полдник                  |                                                   |                        |                        |
|                          | Творожная запеканка                               | 60                     | 90                     |
|                          | Хлеб пшеничный                                    | 20                     | 20                     |
|                          | Чай с молоком                                     | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник         |                                                   |                        |                        |
|                          | Соль                                              | 3                      | 5                      |
| Итого за 8-й день        |                                                   |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи           | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|----------------------|--------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 9-й день             |                                                  |                        |                        |
| Завтрак              |                                                  |                        |                        |
|                      | Каша «Дружба»<br>молочная со сливочным<br>маслом | 140                    | 150                    |
|                      | Хлеб с сыром                                     | 25/6                   | 35/10                  |
|                      | Какао с молоком                                  | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак     |                                                  |                        |                        |
| 2-ой завтрак         |                                                  |                        |                        |
|                      | Фрукты: Банан                                    | 50                     | 75                     |
| Обед                 |                                                  |                        |                        |
|                      | Салат овощной с<br>яблоками и свеклой            | 40                     | 60                     |
|                      | Суп гороховый на<br>мясном бульоне               | 150                    | 200                    |
|                      | Гуляш из отварного мяса                          | 30/30                  | 45/45                  |
|                      | Картофельное пюре со<br>сливочным маслом         | 120                    | 130                    |
|                      | Хлеб сельский                                    | 25                     | 25                     |
|                      | Компот из урюка                                  | 150                    | 200                    |
| Итого за обед        |                                                  |                        |                        |
| Полдник              |                                                  |                        |                        |
|                      | Оладьи с медом<br>натуральным                    | 90                     | 90                     |
|                      | Чай с сахаром                                    | 180                    | 200                    |
|                      | Творог «Обнимама» 5 %<br>50гр                    | 50                     | 50                     |
| Итого за<br>полдник  |                                                  |                        |                        |
|                      | Соль                                             | 3                      | 5                      |
| Итого за 9-й<br>день |                                                  |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф..  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи            | Наименование блюда                             | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|-----------------------|------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 10-й день             |                                                |                        |                        |
| Завтрак               |                                                |                        |                        |
|                       | Каша гречневая молочная со<br>сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                       | Хлеб с сыром                                   | 25/6                   | 35/10                  |
|                       | Чай с молоком                                  | 180                    | 200                    |
| Итого за<br>завтрак   |                                                |                        |                        |
| 2-ой завтрак          |                                                |                        |                        |
|                       | Фрукты: апельсин                               | 50                     | 75                     |
| Обед                  |                                                |                        |                        |
|                       | Борщ с капустой на мясном<br>бульоне           | 150                    | 200                    |
|                       | Плов с мясом                                   | 115                    | 135                    |
|                       | Хлеб сельский                                  | 25                     | 25                     |
|                       | Компот из урюка и яблок                        | 150                    | 200                    |
| Итого за обед         |                                                |                        |                        |
| Полдник               |                                                |                        |                        |
|                       | Королевская ватрушка                           | 90                     | 100                    |
|                       | Чай с сахаром                                  | 180                    | 200                    |
| Итого за<br>полдник   |                                                |                        |                        |
|                       | Соль                                           | 3                      | 5                      |
| Итого за 10-й<br>день |                                                |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи               | Наименование блюда                                   | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|--------------------------|------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 11-й день                |                                                      |                        |                        |
| Завтрак                  |                                                      |                        |                        |
|                          | Каша пшеничная<br>молочная со сливочным<br>маслом    | 140                    | 150                    |
|                          | Хлеб с сыром                                         | 25/6                   | 35/10                  |
|                          | Цикорий с молоком                                    | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак         |                                                      |                        |                        |
| 2-ой завтрак             |                                                      |                        |                        |
|                          | Фрукты: яблоко                                       | 50                     | 75                     |
| Итого за 2-ой<br>завтрак |                                                      |                        |                        |
| Обед                     |                                                      |                        |                        |
|                          | Салат из свеклы                                      | 40                     | 60                     |
|                          | Уха с картофелем, рыбой                              | 150                    | 200                    |
|                          | Каша гречневая<br>рассыпчатая со<br>сливочным маслом | 120                    | 130                    |
|                          | Шницель                                              | 60                     | 70                     |
|                          | Хлеб сельский                                        | 25                     | 25                     |
|                          | Компот из урюка                                      | 150                    | 200                    |
| Итого за обед            |                                                      |                        |                        |
| Полдник                  |                                                      |                        |                        |
|                          | Каша манная со<br>сливочным маслом                   | 140                    | 150                    |
|                          | Хлеб пшеничный                                       | 20                     | 20                     |
|                          | Чай с молоком                                        | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник         |                                                      |                        |                        |
|                          | Соль                                                 | 3                      | 5                      |
| Итого за 11-й день       |                                                      |                        |                        |

Утверждаю зав. д/с: \_\_\_\_\_ Хайруллина А.Ф.  
Дата: \_\_\_\_\_ кол-во детей: \_\_\_\_\_

| Прием пищи         | Наименование блюда                              | Вес<br>блюда<br>(1-3л) | Вес<br>блюда<br>(3-7л) |
|--------------------|-------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| 12-й день          |                                                 |                        |                        |
| Завтрак            |                                                 |                        |                        |
|                    | Каша пшенная<br>молочная со<br>сливочным маслом | 140                    | 150                    |
|                    | Хлеб с маслом                                   | 25/5                   | 35/6                   |
|                    | Чай с молоком                                   | 180                    | 200                    |
| Итого за завтрак   |                                                 |                        |                        |
| 2-ой завтрак       |                                                 |                        |                        |
|                    | Фрукты: яблоко                                  | 50                     | 75                     |
| Обед               |                                                 |                        |                        |
|                    | Суп геркулесовый на<br>мясном бульоне           | 150                    | 200                    |
|                    | Овощи тушеные с<br>мясом                        | 130                    | 180                    |
|                    | Хлеб сельский                                   | 25                     | 25                     |
|                    | Компот из урюка                                 | 150                    | 200                    |
| Итого за обед      |                                                 |                        |                        |
| Полдник            |                                                 |                        |                        |
|                    | Печенье «Нарезное»                              | 50                     | 50                     |
|                    | Чай с молоком                                   | 180                    | 200                    |
| Итого за полдник   |                                                 |                        |                        |
|                    | Соль                                            | 3                      | 5                      |
| Итого за 12-й день |                                                 |                        |                        |