

Анализ
повторяемости блюд по 10-дневному примерному цикличному меню для детей, посещающих Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 «Родничко»,
возраст с 1 до 3 лет.

1 день Завтрак	2 день Завтрак	3 день Завтрак	4 день Завтрак	5 день Завтрак
1.Масло сливочное 5г	1.Мамина кашка с фрукт. 150/20г	1. Бутерб. гор. с сыр. и мас. 40г□	1.Омлет натуральный 85г	1.Бутерброд пикантный 40г
2 Паста, запеч.в см- масл. соусе 150г	2.Какао с молоком 150г	2.Суп молочный с мак.изд. 150г	2.Каша молоч. Ассорти" 100г	2.Каша молоч.геркулес 150г
3.Кофейный нап. б/мол. 170г	3.Хлеб пшеничный 30г	3.Кофейный нап. с мол. 150г	3.Какао с молоком 150г	3.Кофейный нап. с мол. 150г
4.Хлеб пшеничный 25г		4.Хлеб пшеничный 10г	4.Хлеб пшеничный 20г	4.Хлеб пшеничный 10г
Суммарный объём 350г	Суммарный объём 350г	Суммарный объём 460г	Суммарный объём 355г	Суммарный объём 350г
1.Фрукты свежие 130г	1.Фрукты свежие 150г	1.Сок фруктовый 170г	1.Сок фруктовый 160г	1.Сок фруктовый 160г
Суммарный объём 130г	Суммарный объём 150г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 160г	Суммарный объём 160г
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Салат картофельный с консерви р. огурцами 40г	1.Маринад свекольный 40г	1.Овощи отварные 40г	1.Салат "Грино" 40г	1.Сельдь с/сол. 40г
2.Солянка рыбная дом. 150г	2.Бабушкин суп с мясом 150/7г	2.Суп из овощей с грекнами, с птицей 150/10/10г	2.Свекольник со сметаной, с мясом 150/7/5г	2.Борщ с капустой и картоф. со смстаной 150/5г
3.Люля-кебаб с том.соус. 60/10г	3.Биточек из рыбы запеч. "Водолей" 60г	3.Пудинг из печени с морковью 150г	3.Фрикадельки из мяса птицы 50г	3.Котлета "Лукоморье" 60г
4.Каша гречи с овощ. 120г	4.Рис с томатом и овощ. 120г		4.Капуста тушеная 120г	4.Картофельно-морковное пюре 120г
5.Компот из сухофруктов 150г	5.Кисель плод.-ягодный. 150г	4.Компот из апельс. с ябл. 150г	5. Кисель из свежих фруктов 150г	5.Компот из кураги 150г
6.Хлеб ржаной/пшен 40/10	6.Хлеб ржаной 40г	5.Хлеб ржаной 40г	6.Хлеб ржаной 40г	6.Хлеб ржаной 40г
Суммарный объём 580г	Суммарный объём 565г	Суммарный объём 555г	Суммарный объём 562г	Суммарный объём 565г
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Шанежка наливная 40г	1.Сдоба обыкновенная 40г	1.Пирожки с морков. и яйц. 40г	1.Булочка молочная 40г	1.Пирожки печ. с картоф. 40г
2.Молоко кипяченое 160г	2.Молоко кипяченое 160г	2.Кисломолочная прод. 160г	2.Кисломолочная прод. 160г	2.Молоко кипяченое 160г
Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 330г
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1.Икра кабачковая 40г	1.Огурец консервирован. 40г	1.Яйцо варёное 40г	1.Бутерброд гор. с сыр. и мас. 40г	1.Омлет Драчена 50г
2.Запек.карт.с овощ.соусом 150/30г	2.Картофель, зап.под сл.кор.180г	2.Суп из tvor со ст/мол. 140/40г	2.Вареники ленивые с соусом см. сладк. 180/30г	2.Каша рисов молочная 150г
3.Чай с молоком п/сл. 150г	3.Чай с сахаром 150г	3.Чай не сладкий 150г	3.Чай п/слад с молоком 150г	3.Чай полусладкий 150г
4.Хлеб пшеничный 30г	4.Хлеб пшеничный 30г	4.Хлеб пшеничный 30г	4.Хлеб пшеничный 30г	4.Хлеб пшен 30г/конд изд.20г
Суммарный объём 400г	Суммарный объём 400г	Суммарный объём 400г	Суммарный объём 400г	Суммарный объём 400г
6 день Завтрак	7 день Завтрак	8 день Завтрак	9 день Завтрак	10 день Завтрак
1.Морковь с сах.запечен. 40г	1.Канале с сыром 15/5/5г	1.Бутерброд с повидлом 40г	1.Омлет натуральный 85г	1.Яйцо варёное 40г
2.Каша мол. "Дружба" 150г	2.Запекаска рисовая со свеж. плодами, соус молочный 150/30г	2.Творожно-яич. омлет 150г	2.Каша пшеничная мол. жидк. 100г□	3.Паста с овощами 150г
3.Кофейн. нап. с молоком 150г		3.Кофейн. нап. с молоко. 150г	3.Какао с молоком 150г	4.Кофейн. нап. б/мол. 150г
4.Хлеб пшеничный 10г	3.Какао с молоком 150г	4.Хлеб пшеничный 10г	4.Хлеб пшеничный 20г	5.Хлеб пшеничный 20г
Суммарный объём 350г	Суммарный объём 355г	Суммарный объём 350г	Суммарный объём 355г	Суммарный объём 360г
1.Фрукты свежие 150г	1.Сок фруктовый 170г	1.Фрукты свежие 150г	1.Сок фруктовый 170г	1.Сок фруктовый 170г
Суммарный объём 150г	Суммарный объём 170г	Суммарный объём 150г	Суммарный объём 170г	Суммарный объём 170г
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Щи из свежей капусты с мясом и сметаной 150/7/5г	1.Икра кабачковая 40г	1.Салат "Светофор" 40г	1.Салат из свеклы с сыром 40г.	1.Винегрет с морс. капустой 40г
	2.Рассольник домашний со сметаной, с мясом 150/7/5г	2.Суп картофельный с птиц. 150/10г	2.Рассольник Ленинградски й со сметаной 150/6 г	2.Ушица с рыбными фрикадельками 150/30г
2.Плов с мясом и перловой крупой 150г	3.Биточки мясные с омлетом 60г	3.Запеканка из печени с рисом 150г	3.Котлета из птицы "Ряба" 50г	3.Биточек из мяса птицы "Пионерский" 50г
3.Кисель плод.-ягод. 150г	4.Пюре картофельное 120г	4.Компот из сухофруктов 150г	4.Пюре картофельное 120г	4.Каша перловая с ов. 120г
4.Хлеб ржаной 40г	5.Отвар шиповника 150г	5.Хлеб ржаной 40г	5.Отвар из шиповника 150г	5.Компот из сухофруктов 150г
	6.Хлеб ржаной 40г		6.Хлеб ржаной 40г	6.Хлеб ржаной 40г
Суммарный объём 643г	Суммарный объём 572г	Суммарный объём 540г	Суммарный объём 556г	Суммарный объём 580г
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Бутерброд с повидлом 40г	1.Манник 50г	1.Сдоба обыкновенная 40г	1.Кондитерские изделия 30г	1.Плюшка "Кемеровская" 40г
2.Кисломолочная прод. 160г	2.Молоко кипяченое 170г	2.Кисломолочная прод. 160г	2.Кисломолочная прод. 170г	2.Молоко кипяченое 160г
Суммарный объём 200г	Суммарный объём 220г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1.Огурцы консервиров. 40г	1.Огурцы консервиров. 40г	1.Сельдь с/солёная 40г	1.Бигос с мясом 180г	1.Зразы мясные в томатной заливке 60/40г
2.Рыба запечённая 60г	2.Ежики рыбные с соусом 100/50г	2.Жаркое по-домашнему 180г	2.Чай с лимоном п/сладк. 150/5г	2.Капуста тушеная 120г
3.Картофель отв. с мас.120/5г	3.Чай полусладкий 150г	3.Чай с лимоном п/сладк. 150/5г	3.Хлеб пшеничный 20г	3.Чай п/сл с молоком 150г
4.Чай полусладкий 150г	4.Хлеб пшеничный 30г	4.Хлеб пшеничный 25г	4.Фрукты свежие 100г	4.Хлеб пшеничный 30г
5.Хлеб пшеничный 25г	5.Кондитерские изделия 30г			
Суммарный объём 400г	Суммарный объём 480г	Суммарный объём 400г	Суммарный объём 455г	Суммарный объём 400г