

Анализ
повторяемости блюд по 10-дневному примерному циклическому меню для детей, посещающих Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 «Родничок», возраст с 3 до 8 лет.

1 день Завтрак	2 день Завтрак	3 день Завтрак	4 день Завтрак	5 день Завтрак
1.Масло сливочное 5г	1.Машина кашка с фрукт. 200/20г	1.Бутерб. гор. с сыр. и мас. 50г□	1.Омлет натуральный 75г	1.Бутерброд. пикантный 50г
2 Паста, запеч. в см.-масл. соусе 200г	2.Какао с молоком 200г	2.Суп молочный с макс.изд. 200г	2.Каша молоч. Ассорти" 150г	2.Каша молоч.геркулес. 200г
3 Кофейный нап. б/мол. 200г	3.Хлеб пшеничный 30г	3.Кофейный нап. с мол. 200г	3.Какао с молоком 200г	3.Кофейный нап. с мол. 200г
4.Хлеб пшеничный 30г		4.Хлеб пшеничный 10г	4.Хлеб пшеничный 30г	4.Хлеб пшеничный 10г
Суммарный объём 435г	Суммарный объём 450г	Суммарный объём 460г	Суммарный объём 455г	Суммарный объём 460г
1.Напиток витаминизир. 200г	1.Фрукты свежие 150г	1.Сок фруктовый 200г	1.Сок фруктовый 200г	1.Сок фруктовый 200г
Суммарный объём 200г	Суммарный объём 150г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Салат картофельный с консерви. р. огурцами 60г	1.Маринад свекольный 60г	1.Овощи отварные 60г	1.Салат "Триво" 60г	1.Сельдь с/сол. 50г
2.Солянка рыбная дом. 200г	2.Бабушкин суп с мясом 200/7г	2.Суп из овощей с грскаами, с птицей 200/5/10г	2.Свекольник со сметаной, с мясом 200г	2.Борщ с капустой и картоф. со сметаной 200/6г
3.Люля-кебаб с том.соус. 70/10г	3.Биточек из рыбы запеч. "Водолей" 70г	3.Пудинг из печени с морковью 200г	3.Фрикадельки из мяса птицы 70г	3.Котлета "Лукоморье" 70г
4.Каша гречн с овощ. 150г	4.Рис с томатом и овощ. 150г		4.Капуста тушеная 150г	4.Картофельно-морковное пюре 150г
5.Компот из сухофруктов 200г	5.Кисель плод.-ягодный. 200г	4.Компот из апельс. с ябл. 200г	5. Кисель из свежих фруктов 200г	5.Компот из кураги 200г
6.Хлеб ржаной/пшен. 50/10	6.Хлеб ржаной 50г	5.Хлеб ржаной 50г	6.Хлеб ржаной 50г	6.Хлеб ржаной 50г
Суммарный объём 750г	Суммарный объём 737г	Суммарный объём 725г	Суммарный объём 742г	Суммарный объём 726г
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Шанежка малиновая 50г	1.Сдоба обыкновенная 50г	1.Пирожки с морков. и яйц. 50г	1.Булочка молочная 50г	1.Пирожки печ. с картоф. 50г
2.Молоко кипяченое 200г	2.Молоко кипяченое 200г	2.Кисломолочная прод. 200г	2.Кисломолочная прод. 200г	2.Молоко кипяченое 200г
Суммарный объём 250г	Суммарный объём 250г	Суммарный объём 250г	Суммарный объём 250г	Суммарный объём 430г
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1.Икра кабачковая 60г	1.Огурец консервирован. 50г	1.Яйцо вареное 40г	1.Бутерброд гор. с сыр. и мас. 50г□	1.Омлет Драчена 50г
2.Запек.карт. с овощ./соусом 180/30г	2.Картофель, зап.под сл.кор.180г	2.Запек. из твора со сг. Мол. 200/50	2.Вареники ленивые с соусом см. сладк. 230/50г	2.Каша рисов молочная 200г
3.Чай с молоком п/сл. 200г	3.Чай с сахаром 200г	3.Чай не сладкий 200г	3.Чай п/слад с молоком 200г	3.Чай полусладкий 200г
4.Хлеб пшеничный 40г	4.Хлеб пшеничный 40г	4.Хлеб пшеничный 40г		4.Хлеб пшен.40г/контд изд.50г
Суммарный объём 510г	Суммарный объём 470г	Суммарный объём 530г	Суммарный объём 530г	Суммарный объём 540г
6 день Завтрак	7 день Завтрак	8 день Завтрак	9 день Завтрак	10 день Завтрак
1.Морковь с сах.запечен. 60г	1.Канапе с сыром 15/5/5г	1.Бутерброд с повидлом 60г	1.Омлет натуральный 85г	1.Яйцо вареное 40г
2.Каша мол. "Дружба" 200г	2.Запеканка рисовая со свеж. плодами, соусе молочный 200/30г	2.Творожно-яич. омлет 150г	2.Каша пшенная мол. жидк. 150г□	3.Паста с овощами 200г
3 Кофейн. нап. с молок 200г	3.Какао с молоком 200г	3.Кофейн. нап. с молок. 200г	3.Какао с молоком 200г	4.Кофейн. нап. б/молок 200г
4.Хлеб пшеничный 30г	3.Какао с молоком 200г	4.Хлеб пшеничный 10г	4.Хлеб пшеничный 30г	5.Хлеб пшеничный 30г
Суммарный объём 490г	Суммарный объём 455г	Суммарный объём 420г	Суммарный объём 465г	Суммарный объём 470г
1.Фрукты свежие 200г	1.Сок фруктовый 200г	1.Фрукты свежие 200г	1.Сок фруктовый 200г	1.Напиток витаминизир. 200г
Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г	Суммарный объём 200г
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Щи из свежей капусты с мясом и сметаной 200/7/6г	1.Икра кабачковая 60г	1.Салат "Светофор" 60г	1.Салат из свеклы с сыром 60г.	1.Винегрет с морс. капустой 60г
2.Плов с мясом и перловой крупой 180г	2.Рассольник домашний со сметаной, с мясом 200/7/5г	2.Суп картофельный с птицей 200/5г	2.Рассольник Ленинградски й со сметаной 200/6 г	2.Ушица с рыбными фрикадельками 200/30г
3.Кисель плод.-ягод. 200г	3.Биточки мясные с омлетом 70г	3.Запеканка из печени с рисом 180г	3.Котлета из птицы "Ряба" 70г	3.Биточек из мяса птицы "Пионерский" 70г
4.Хлеб ржаной 50г	4.Пюре картофельное 130г	4.Компот из сухофруктов с витаминиз. концентратом. 200г	4.Пюре картофельное 130г	4.Каша перловая с ов. 150г
	5.Отвар шиповника 200г	5.Хлеб ржаной 50г	5.Отвар из шиповника 200г	5.Компот из сухофруктов 200г
	6.Хлеб ржаной 50г		6.Хлеб ржаной 50г	6.Хлеб ржаной 50г
Суммарный объём 643г	Суммарный объём 722г	Суммарный объём 695г	Суммарный объём 716г	Суммарный объём 760г
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Бутерброд с повидлом 60г	1.Манник 50г	1.Сдоба обыкновенная 50г	1.Кондитерские изделия 50г	1.Плюшка "Кемеровская" 50г
2.Кисломолочная прод. 200г	2.Кисель плод.-ягод. 200г	2.Кисломолочная прод. 200г	2.Кисломолочная прод. 200г	2.Молоко кипяченое 200г
Суммарный объём 260г	Суммарный объём 250г	Суммарный объём 250г	Суммарный объём 250г	Суммарный объём 250г
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1.Огурцы консервиров. 50г	1.Огурцы консервиров. 60г	1.Сельдь с/солёная 50г	1.Битос с мясом 180г	1.Эрлаз мясные в томатной заливке 70/30г
2.Рыба запечённая 70г	2.Ежики рыбные с соусом 100/50г	2.Жаркое по-домашнему 200г	2.Чай с лимоном п/сладк. 200/7г	2.Капуста тушеная 150г
3.Картофель отв. с мас.130/5г	3.Чай полусладкий 200г	3.Чай с лимоном п/сладк.200/7г	3.Хлеб пшеничный 40г	3.Чай п/сл с молоком 200г
4.Чай полусладкий 200г	4.Хлеб пшеничный 40г	4.Хлеб пшеничный 40г	4.Фрукты свежие 100г	4.Хлеб пшеничный 40г
5.Хлеб пшеничный 40г	5.Кондитерские изделия 30г			
Суммарный объём 495г	Суммарный объём 480г	Суммарный объём 497г	Суммарный объём 527г	Суммарный объём 490г