



Меню приготавливаемых блюд

(возрастная группа с 1 года до 3 лет)

Ежедневное меню основного питания

день 1

Наименование блюд	Вес бл	Пищевые вещества (г)										Энерг ценность		№ рецептур
		А		Б		Ж		У		Я		если	сад	
	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		
Завтрак:														
Каша пшенная вязкая	150	200	9,29	12,39	7,60	10,13	17,35	24,13	160,96	237,28	225			
Чай с лимоном	180	200	0,18	0,2	0	0	9,9	11	40,32	44,7	459			
Масло сливочное /порциями/	10	10	0,10	0,10	7,30	7,30	0,10	0,10	66,10	66,10	79			
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1,00	1,00	0,90	0,90	15,00	15,00	72,10	72,10	пр			
Итого за завтрак	370,00	440,00	10,57	13,69	15,80	18,33	42,35	50,23	339,48	420,18				
Обед:														
Суп гороховый	150	180	4,50	5,40	3,10	3,70	15,00	18,00	105,90	127,10	127			
Котлета из птицы припущенная с соусом красным основным	50/10	70/20	3,99	6,84	2,93	7,40	7,40	12,60	79,31	131,04	372/422			
Макаронные изделия отварные	110	130	2,70	3,19	5,30	6,00	18,67	25,61	117,18	162,58	256			
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	50	1,26	2,10	3,36	5,60	4,20	7,00	52,08	86,80	150			
Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21	495			
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573			
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574			
Итого за обед	540,00	670,00	15,18	20,68	15,12	23,18	80,01	101,50	508,14	675,72				
Полдник														
Сок фруктовый,ягодный	150	200	0,7	1	0,15	0,2	15,1	20,2	55	86	501			
Булочка «Ванильная»	50	50	4,1	4,1	5,7	5,7	23	23	152	152	422			
Итого за полдник	200,00	250,00	4,80	5,10	5,85	5,90	38,10	43,20	207,00	238,00				
Ужин														
Котлеты рыбные	50	70	4,74	6,09	2,31	2,65	8,98	12,50	73,42	108,00	307			
Капуста тушеная	110	130	2,60	3,30	3,90	4,90	9,50	16,00	90,00	222,00	380			
Компот из ягод замороженных	200	200	0,20	0,2	0,1	0,1	14	14	59,00	59,00	491			
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573			
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574			
Итого за ужин	400	450,00	10,04	12,47	6,66	8,04	49,44	61,40	303,41	479,59				
Итого за день	1510,00	1810,00	40,59	51,93	43,43	55,45	209,89	256,33	1358,02	1813,48				

день 2

Пищевые вещества (г)													
	Вес блюда			Б			Ж			У			Энерг. ценность
	ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		
Наименование блюд													
Завтрак:	Каша из крупы «Геркулес» вязкая	150	200	8,00	9,20	10,97	15,70	25,19	164,32	239,29	212		
	Чай с сахаром	180	200	0,18	0,20	0,00	0,00	10,00	36,72	40,80	457		
	Масло сливочное /порциями/	5	5	0,05	0,05	3,65	3,65	0,05	33,25	33,25	79		
	Сыр полутвёрдый (порциями)	5	5	1,30	1,30	1,80	1,80	0,00	18,50	18,50	75		
	Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1,00	1,00	0,90	0,90	15,00	72,10	72,10	пр		
	Итого за завтрак	370	440	10,53	11,75	17,32	22,05	50,24	324,89	403,94			
	Обед:												
	Щи из св. капусты с картофелем	160	190	3,64	4,32	6,67	7,92	9,87	109,11	138,06	104		
	Пудинг из мяса с соусом томатным	55/15	70/20	3,44	4,44	4,15	6,89	28,96	122,09	196,27	342/419		
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	4,72	5,58	4,36	5,15	10,83	92,00	112,01	202		
Икра свекольная	30	50	0,74	1,43	0,74	1,23	2,74	21,65	27,75	53			
Компот из плодов или ягод сушеных	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	21,33	72,68	87,21	494			
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	9,70	38,39	47,99	573			
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	42,60	42,60	574			
Итого за обед	560	680,00	15,27	18,92	16,34	21,67	92,63	498,52	651,88				
Полдник													
Кисломолочный напиток «Йогурт»	160	200	4,32	5,4	3,8	5	17,28	21	120,60	150,60	470		
Кондитерское изделие (пряник)	40	50	2,3	2,8	3,56	4,45	14,5	25	90,24	157,00	581		
Итого за полдник	200	250	6,62	8,2	7,36	9,45	31,78	46	210,84	307,6			
Ужин:													
Запеканка рисовая с творогом	200	210	9,38	13,78	9,56	11,51	43,50	54,38	285,41	376,21	282		
Соус молочный сладкий	40	50	0,54	0,68	1,60	2,00	2,66	3,32	27,21	34,02	406		
Напиток из шиповника	180	200	0,16	0,20	0,00	0,00	9,20	11,50	37,44	46,80	496		
Итого за ужин	420,00	460,00	10,08	14,66	11,16	13,51	55,36	69,20	350,06	457,03			
Итого за день	1550,00	1830,00	42,50	53,52	52,18	66,68	197,41	258,07	1384,31	1820,45			

№ рецептур

день3												
Пищевые вещества (г)												
Наименование блюд	Вес блока		Б		Ж		У		Энерг ценность		№ рецептур	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак:												
Каша манная вязкая	150	200	8,8	11,73	6,55	10,39	20,27	27,03	175,23	246,93	214	
Чай с лимоном	180	200	0,18	0,2	0	0	9,9	11	40,32	44,7	459	
Масло сливочное шоколадное /порциями/	5	5	0,07	0,07	3,25	3,25	0,09	0,09	30,00	30,00	79	
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1,00	1,00	0,90	0,90	15,00	15,00	72,10	72,10	пр	
Итого за завтрак	365,00	435,00	10,05	13,00	10,70	14,54	45,26	53,12	317,65	393,73		
Обед:												
Суп - лапша домашняя	150	190	2,08	3,13	1,76	3,08	13,65	19,82	90,64	119,56	128	
Голубцы ленивые	120	150	9,50	10,80	8,40	8,70	7,60	12,00	140,00	180,00	333	
Салат луковый	30	50	0,33	0,55	2,36	3,93	2,46	4,1	32,38	53,97	48	
Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21	495	
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573	
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574	
Итого за обед	490,00	620,00	14,64	17,62	12,94	16,19	58,45	76,15	416,69	531,33		
Полдник												
Кисель из яблок сушеных	150	200	0,015	0,02	0,015	0,02	4,30	5,73	17,39	23,18	480	
Ватрушки с повидлом	50	60	6,00	7,70	7,00	8,60	27,50	33,00	193,20	239,20	530	
Итого за полдник	200,00	260,00	6,02	7,72	7,02	8,62	31,80	38,73	210,59	262,38		
Ужин												
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	200	12,00	16,00	9,00	13,00	18,30	23,1	254,00	332,00	145	
Сок фруктовый, ягодный	200	200	1	1	0,2	0,2	20,2	20,2	86	86	501	
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573	
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574	
Итого за ужин	400,00	450,00	15,50	19,88	9,55	13,59	55,46	62,20	420,99	508,59		
Итого за день	1455,00	1765,00	46,20	58,22	40,21	52,94	190,96	230,20	1365,91	1696,03		

Наименование блюд	Пищевые вещества (г)												№ рецептур
	Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг. ценность				
	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад			
Завтрак:	160	170	3,90	4,88	6,07	8,00	17,50	29,72	140,23	210,38	213		
	160	200	3,10	3,88	2,13	2,66	9,11	11,39	68,02	85,02	465		
	5	5	0,05	0,05	3,65	3,65	0,05	0,05	33,25	33,25	79		
	5	5	1,30	1,30	1,80	1,80	0,00	0,00	18,50	18,50	75		
	30	30	1,00	1,00	0,90	0,90	15,00	15,00	72,10	72,10	пр		
Итого за завтрак	360,00	410,00	9,35	11,11	14,55	17,01	41,66	56,16	332,10	419,25			
Обед:													
Салат из моркови Борщ с капустой и картофелем Плов Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30	50	1,03	1,72	0,88	1,47	1,97	3,29	19,96	33,27	21		
	160	200	7,83	9,90	8,78	10,98	17,66	24,08	181,02	234,70	95		
	160	200	10,00	15,60	10,00	15,60	30,00	60,00	355,00	450,00	265		
	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21	494		
	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573		
Итого за обед	540,00	680,00	21,59	30,37	20,09	28,53	84,37	127,60	709,64	895,77	574		
Полдник													
Кисель из сока плодового или ягодного Сдоба обыкновенная	150	200	0,015	0,02	0,015	0,02	4,3	5,73	17,00	23,18	485		
	50	60	6,5	7,8	6,7	8,44	25,8	33,96	189,5	243	545		
Итого за полдник	200,00	260,00	6,52	7,82	6,72	8,46	30,10	39,69	206,50	266,18			
Ужин													
Каша пшеничная рассыпчатая Котлета, рубленая из птицы с соусом молочным Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	110	130	2,70	3,19	4,30	5,08	18,67	25,61	124,18	160,94	206		
	50/10	70/20	6,56	8,84	6,31	8,92	4,33	6,50	106,12	141,64	374/402		
	200	200	0,2	0,2	0	0	11	11	44,80	44,80	459		
	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573		
	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574		
Итого за ужин	410,00	470,00	11,96	15,11	10,96	14,39	50,96	62,01	356,09	437,97			
Итого за день	1510,00	1820,00	49,42	64,40	52,31	68,39	207,09	285,46	1604,33	2019,17			

Пищевые вещества (г)													
		Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг ценность		№ рецептур	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак:	Суп молочный с крупой	150	200	3,50	4,40	4,10	5,10	14,50	18,10	109,00	136,00	140	
	Какао с молоком	160	200	3,2	4,01	2,56	3,2	17,176	21,47	104,58	130,72	462	
	Масло сливочное /порциями/	5	5	0,05	0,05	3,65	3,65	0,05	0,05	33,25	33,25	79	
	Батон витаминизированный обогащенный	40	40	1,3	1,3	1,2	1,2	20	20	96,10	96,10	пр	
	Итого за завтрак	355,00	445,00	8,1	9,76	11,51	13,15	51,73	59,62	342,93	396,07		
Обед:	Салат из свеклы отварной	30	50	0,86	1,43	0,74	1,23	5,15	8,60	30,67	51,12	26	
	Суп картофельный с клецками	160	190	1,50	2,00	0,90	1,40	9,00	12,00	57,00	76,00	66	
	Тефтели из говядины с рисом -"ёжики"	70	90	4,69	6,03	2,50	3,22	6,82	8,77	66,58	88,17	350	
	Картофельное пюре/ картофель отварной в молоке	110	130	3,57	4,22	9,09	11,57	17,34	21,60	154,45	194,35	377/154	
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21	495	
	Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573	
	Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574	
Итого за обед	560,00	690,00	13,34	16,82	13,66	17,90	73,05	91,20	462,37	587,45			
Полдник													
Сок фруктовый,ягодный		150	200	0,7	1	0,15	0,2	15,1	20,2	55	86	501	
Булочка российская		50	50	2,3	2,3	3,56	3,56	26,05	26,05	145,44	145,44	544	
Итого за полдник		200,00	250,00	3,00	3,30	3,71	3,76	41,15	46,25	200,44	231,44		
Ужин	Фрукты свежие	100	100	0,2	0,2	0,2	0,2	14	14	58,00	58,00	82	
	Сырники из творога запеченные с соусом молочным сладким	100/30	100/50	10,83	12,5	13,29	15,34	39,77	45,89	322,07	371,62	286/406	
	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	10,00	10,00	40,60	40,60	457	
	Итого за ужин	430	450	11,23	12,9	13,49	15,54	63,77	69,89	420,67	470,22		
Итого за день		1545,00	1835,00	35,63	42,78	42,37	50,35	229,69	266,96	1426,41	1685,18		

деньб											
Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность		№ рецептур
	ясли	сад	Б		Ж		У		ясли	сад	
Завтрак:											
Каша «Дружба»	150	200	5,12	7,73	5,19	6,92	14,00	20,67	123,19	175,88	229
Кофейный напиток с молоком	160	200	3,10	3,88	2,13	2,66	9,11	11,39	68,02	85,02	465
Масло сливочное /порциями/	5	5	0,05	0,05	3,65	3,65	0,05	0,05	33,25	33,25	79
Батон витаминизированный обогащенный	40	40	1,30	1,30	1,20	1,20	20,00	20,00	96,10	96,10	пр
Итого за завтрак	355,00	445,00	9,57	12,96	12,17	14,43	43,16	52,11	320,56	390,25	
Обед:											
Щи из св. капусты с картофелем	160	190	3,64	4,32	6,67	7,92	8,63	9,87	109,11	138,06	104
Макаронные изделия отварные	110	130	2,70	3,19	5,30	6,00	18,67	25,61	117,18	162,58	256
Азу	60	80	6,82	9,09	7,14	9,52	1,8	2,40	98,74	131,65	325
Салат из моркови	30	50	1,03	1,72	0,88	1,47	1,97	3,29	19,96	33,27	21
Компот из свежих плодов или ягод	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	24,78	29,74	100,70	120,83	486
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574
Итого за обед	550,00	680,00	16,92	21,47	20,42	25,39	72,81	89,81	526,68	676,98	
Полдник:											
Кисель из яблок сушеных	180	200	0,018	0,02	0,018	0,02	5,157	5,73	20,86	23,18	480
Булочка домашняя	50	50	6,5	6,5	6,7	6,7	25,8	25,8	189,5	189,5	542
Итого за полдник	230,00	250,00	6,52	6,52	6,72	6,72	30,96	31,53	210,36	212,68	
Ужин:											
Рыба, запеченная с картоф. под молочным соусом	160	200	14	18,00	7,5	10,00	20	40,00	220,00	320,00	312
чай с сахаром	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	10,00	10,00	40,60	40,60	457
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574
Итого за ужин	400	450	16,70	21,08	7,85	10,39	46,96	68,90	341,59	451,19	
Итого за день	1535,00	1825,00	49,71	62,03	47,15	56,93	193,89	242,35	1399,19	1731,09	

день7											
Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г)					Энерг. ценность		№ рецептур	
	ясли	сад	Б	Ж	У	ясли	сад				
Завтрак:											
Каша манная вязкая	150	200	8,8	11,33	6,55	10,39	20,27	27,03	175,23	246,93	214
Чай с лимоном	180	200	0,18	0,2	0	0	9,9	11	40,70	44,70	459
Масло сливочное шоколадное /порциями/	5	5	0,07	0,07	3,25	3,25	0,09	0,09	30,00	30,00	79
Батон витаминизированный обогащенный	30	40	1,00	1,30	0,90	1,20	15,00	20,00	72,10	96,10	пр
Итого за завтрак	365,00	445,00	10,05	12,90	10,70	14,84	45,26	58,12	318,03	417,73	
Обед:											
Суп с рыбными консервами	150	180	1,58	1,90	3,04	3,65	8,03	10,71	65,80	87,24	122
Котлеты из мяса с соусом красным основным	70	90	6,00	7,71	5,25	6,75	6,88	9,85	89,77	131,01	339/422
Каша гречневая рассыпчатая	110	130	4,72	5,58	4,36	5,15	8,47	10,83	92,00	112,01	202
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	50	1,26	2,10	3,36	5,60	4,20	7,00	52,08	86,80	150
Компот из плодов сухих яблок или ягод сушеных	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21	494
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574
Итого за обед	550,00	680,00	16,29	20,43	16,44	21,63	62,32	78,62	453,32	594,85	
Полдник:											
Сок фруктовый,ягодный	150	200	0,7	1	0,15	0,2	15,1	20,2	55	86	501
Булочка дорожная	50	50	2,3	2,3	3,56	3,56	26,05	26,05	145,44	145,44	543
Итого за полдник	200,00	250,00	3,00	3,30	3,71	3,76	41,15	46,25	200,44	231,44	
Ужин:											
Омлет с зеленым горошком	150	200	8,00	15,00	5,50	10,00	10,00	30	145,00	280,00	269
Напиток из шиповника	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	11,50	11,50	46,80	46,80	496
Хлеб пшеничный	30	30	1,88	1,88	0,19	0,19	9,70	9,70	47,99	47,99	573
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574
Итого за ужин	400,00	450,00	11,08	18,08	5,89	10,39	40,40	60,40	282,39	417,39	
Итого за день	1515,00	1825,00	40,42	54,71	36,74	50,62	189,12	243,38	1254,18	1661,42	

день8													№ рецептур
Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энерг ценность				
	ясли	сад	Б		Ж		У		ясли	сад			
Завтрак:													212 457 79 пр
Каша из крупы "Геркулес" вязкая	150	200	8,00	9,20	10,97	15,70	15,69	25,19	164,32	239,29			
Чай с сахаром	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	10,00	10,00	40,60	40,60			
Масло сливочное /порциями/	5	5	0,07	0,07	3,25	3,25	0,09	0,09	30,00	30,00			
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1,00	1,00	0,90	0,90	25,78	15,00	72,10	72,10			
Итого за завтрак	385,00	435,00	9,27	10,47	15,12	19,85	51,56	50,28	307,02	381,99			
Обед:													129 328 26 495 573 574
Суп с макаронными изделиями и картофелем	160	190	4,29	6,48	4,17	7,80	8,42	10,00	88,37	133,95			
Жаркое по-домашнему	160	200	7,84	9,80	10,32	12,70	21,88	27,35	189,52	252,90			
Салат из свеклы отварной	30	50	0,86	1,43	0,74	1,23	5,15	8,58	30,67	51,12			
Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21			
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99			
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60			
Итого за обед	540,00	670,00	14,36	19,63	15,65	22,27	70,18	88,82	462,22	627,47			
Полдник:													
Сок фруктовый,ягодный	150	200	0,7	1	0,15	0,2	15,1	20,2	55	86	501		
Булочка «Ванильная»	50	50	4,1	4,1	5,7	5,7	23	23	152	152	422		
Итого за полдник	200	250	4,8	5,1	5,85	5,9	38,1	43,2	207	238			
Ужин:													
Фрукт свежий	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,40	44,40	82		
Сырники из творога, запечённые с соусом молочным	100/30	100/50	10,83	12,5	13,29	15,34	39,77	55	322,07	403,00	286/406		
Компот из яблок и ягод замороженных	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	11,00	11	44,70	44,7	492		
Итого за ужин	430	450	11,43	13,10	13,69	15,74	60,57	66,69	411,17	460,72			
Итого за день	1555,00	1805,00	39,86	48,30	50,31	63,76	220,41	248,99	1387,41	1708,18			

день9											
Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г.)						Энерг. ценность		№ рецептур
	если	сад	Б	Ж	У	ясли	сад				
Завтрак:											
Каша «Дружба»	150	200	5,12	7,73	5,19	6,92	14,00	20,67	123,19	175,88	311
Кофейный напиток с молоком	200	200	3,88	3,88	2,66	2,66	11,39	11,39	85,02	85,02	465
Масло сливочное/ порциями/	5	5	0,05	0,05	3,65	3,65	0,05	0,05	33,25	33,25	79
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1,00	1,00	0,90	0,90	15,00	15,00	72,10	72,10	пр
Итого за завтрак	385	435	10,05	12,66	12,4	14,13	40,4	47,11	313,56	366,25	
Обед:											
Свекльник	150	180	4,26	5,11	1,68	2,02	3,92	4,55	39,84	53,80	98
Биточки из птицы припущенные с соусом красным	70	90	4,46	5,73	5,09	6,54	19,15	24,62	140,25	180,32	372/422
Картофельное пюре/картофель отварной в молоке	110	130	3,57	4,22	9,09	11,57	17,34	21,60	154,45	194,35	377/154
Салат из моркови	30	50	1,03	1,72	0,88	1,47	1,97	3,29	19,96	33,27	21
Напиток из шиповника	150	200	0,16	0,20	0,00	0,00	9,20	11,50	37,44	46,80	496
Хлеб пшеничный	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573
Хлеб ржаной	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574
Итого за обед	550,00	700,00	14,63	18,64	17,09	22,05	68,54	87,12	472,93	610,83	
Полдник											
Чай с молоком	150	200	0,15	0,2	0	0	8,25	11	33,60	44,80	460
Блинчики со стуженным молоком	40/10	40/20	3,75	4,50	4,63	5,63	18,94	22,73	134,06	160,88	523
Итого за полдник	200	260	3,90	4,70	4,63	5,63	27,19	33,73	167,66	205,68	
Ужин:											
Плов из отварной птицы	170	220	10,00	21,00	15,00	22,00	35,00	55,00	395,00	502,00	375
Кисель из повидла,джема,варенья	200	200	0,02	0,02	0,02	0,02	5,73	5,73	23,18	23,18	483
Хлеб пшеничный	30	30	1,88	1,88	0,19	0,19	9,70	9,70	47,99	47,99	573
Итого за ужин	400	450	11,90	22,90	15,21	22,21	50,43	70,43	466,17	573,17	
Итого за день	1535,00	1845,00	40,48	58,89	49,33	64,02	186,60	238,39	1420,32	1755,93	

Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность		№ рецептур
	ясли	сад	Б	Ж		У	ясли	сад			
Завтрак: Каша манная вязкая Какао с молоком Масло сливочное /порциями/ Батон витаминизированный обогащенный Итого за завтрак	150	200	8,8	11,33	6,55	10,39	20,27	27,03	175,23	246,93	214
	160	200	3,2	4,01	2,56	3,20	17,18	21,47	104,58	130,72	462
	5	5	0,05	0,05	3,65	3,65	0,05	0,05	33,25	33,25	79
	40	40	1,33	1,33	1,20	1,20	20,00	20,00	96,13	96,13	пр
	355,00	445,00	13,39	16,72	13,96	18,44	57,50	68,55	409,19	507,04	
Обед: Рассольник ленинградский Пудинг из мяса с овощами с соусом сметанным Каша гречневая рассыпчатая Салат луковый Компот из плодов или сушеных яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого за обед	150	190	3,60	4,56	7,50	8,40	16,00	20,27	145,90	174,91	100
	50/20	70/20	4,69	6,03	2,50	3,22	6,82	11,74	66,58	100,07	343/408
	110	130	4,72	5,58	4,36	5,15	8,47	10,83	92,00	112,01	202
	30	50	0,33	0,55	2,36	3,93	2,46	4,1	32,38	53,97	48
	150	180	0,23	0,27	0,08	0,09	17,78	21,33	72,68	87,21	494
	20	30	1,50	1,88	0,15	0,19	7,76	9,70	38,39	47,99	573
	20	20	1,00	1,00	0,20	0,20	9,20	9,20	42,60	42,60	574
	550	690	16,07	19,86	17,15	21,18	68,49	87,17	490,53	618,75	
Полдник: Сок фруктовый,ягодный Кондитерское изделие(печенье) Итого за полдник	150	200	0,7	1	0,15	0,2	15,1	20,2	55	86	501
	50	50	2,9	2,9	4,45	4,45	25	25	157,00	157,00	582
	200	250	3,6	3,9	4,6	4,65	40,1	45,2	212	243	
Ужин: Макароны, запечённые с яйцом чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого за ужин Итого за день	180	220	8,50	10,20	20,00	28,00	45,00	60,00	247,00	570,00	260
	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	10,00	10,00	40,80	40,80	457
	20	20	1,50	1,5	0,15	0,15	7,76	7,76	38,39	38,39	573
	400	450	10,20	11,90	20,15	28,15	62,76	77,76	326,19	649,19	
	1505,00	1835,00	43,26	52,39	55,86	72,42	228,84	278,68	1437,91	2017,98	
Итого за 10 дней: Среднее значение за период:			428,06	547,16	469,89	601,54	2053,93	2548,81	14037,98	17908,90	
			42	54	47	60	206	255	1400	1791	

Исполнитель:

Директор ООО "Успех"
Фролова Н.В.



Заведующий организации
по к.в.с. отмен