

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
1 неделя												
1 день												
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	5,21	6,51	5,08	6,35	16,42	20,53	132,20	165,25	94
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	8,77	10,27	13,85	15,84	49,69	57,64	382,06	418,75	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Салат из свежей капусты	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	82-83
	Суп куринный с вермишелью	150	200	19,40	32,39	5,90	9,84	91,46	152,44	496,65	827,75	91
	Горошница	110	150	4,39	5,49	4,22	5,28	13,06	16,33	107,80	134,75	302
	Гуляш из курицы	50	70	19,72	23,80	17,89	19,52	4,76	5,74	168,20	203,00	591
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	Итого	530	690	47,91	66,25	28,56	35,22	160,67	235,77	995,55	1400,50	
Полдник	Макароны отварные с сыром	150	200	9,67	10,70	10,19	11,27	41,36	45,96	281,30	311,18	415
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	Итого	300	380	9,77	10,90	10,19	11,27	53,36	59,96	304,30	339,18	
Всего		1270	1590	67,45	88,42	52,80	62,53	283,92	373,57	1773,91	2250,43	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
1 неделя												
2 День												
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,91	6,21	5,10	6,38	16,50	20,63	131,80	164,75	390
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	7,37	8,77	12,59	13,87	41,21	49,34	292,30	330,25	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Огурец свежий	30	50	0,26	0,42	0,04	0,06	0,69	1,14	4,07	6,78	
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150	200	1,68	2,10	4,09	5,11	13,27	16,59	96,60	120,75	195
	Котлета рыбная	50	70	11,99	14,99	4,05	5,06	7,67	9,59	115,00	143,75	255
	Соус красный	30	30	0,40	0,60	1,00	2,00	3,00	3,60	24,10	25,10	228
	Рис рассыпчатый	110	150	4,79	5,74	4,26	5,11	30,83	36,99	187,02	224,42	679
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
Итого	560	720	23,16	27,94	13,94	17,84	105,72	127,67	643,39	747,40		
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20	150/30	27,84	30,93	18,00	22,89	32,40	36,00	279,60	310,66	469
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Итого	300	360	29,04	32,33	19,28	24,89	50,96	58,40	391,96	426,66	
Всего		1300	1600	60,57	70,04	46,01	56,80	218,09	255,61	1419,65	1596,31	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
1 неделя												
3 День												
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	5,90	7,55	5,58	6,95	18,57	23,21	146,80	183,50	384
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Сыр	10	10	2,30	2,30	2,90	2,90	0,00	0,00	36,40	36,40	42
2-ой завтрак	Итого	350	430	14,28	17,10	19,69	22,23	58,77	70,34	465,90	513,78	
Обед	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
	Помидор свежий	30	50	0,26	0,42	0,04	0,06	0,69	1,14	4,07	6,78	
	Суп с клецками на курином бульоне	150	200	1,68	2,10	4,09	5,11	13,27	16,59	96,60	120,75	213
	Рагу из овощей с курицей	150	200	2,29	2,75	11,00	13,20	14,44	17,33	166,00	199,20	321
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	Итого	520	670	8,27	9,36	15,63	18,87	78,66	94,82	483,27	553,33	
Полдник	Омлет	70	90	14,27	18,99	22,16	28,32	2,65	3,51	267,93	345,90	438
	Хлеб	20	20	2,00	2,00	0,25	0,25	12,75	12,75	61,20	61,20	868
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	Итого	240	290	16,37	21,19	22,41	28,57	25,40	30,26	352,13	435,10	
Всего		1210	1490	39,92	48,65	57,93	69,87	183,03	215,62	1393,30	1594,21	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
1 неделя												
4 День												
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	200	5,97	7,46	5,48	6,85	17,08	21,35	141,60	177,00	94
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	9,53	11,22	14,25	16,34	50,35	58,46	391,46	430,50	
2-ой завтрак	Снежок	100	150	5,80	5,85	5,00	5,30	8,00	8,40	106,00	108,00	
Обед	Салат из моркови	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	
	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	150	200	4,39	5,49	4,22	5,28	13,06	16,33	107,80	134,75	206
	Картофельное пюре	110	150	3,06	3,67	4,80	5,76	20,45	24,53	137,25	164,70	694
	Котлета мясная с соусом	50	70	8,87	11,78	9,83	12,91	11,71	14,90	171,00	223,00	618-619
	Кисель	150	180	0,10	0,14	0,01	0,04	17,20	27,50	98,30	110,80	869
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	Итого	530	690	20,78	25,56	19,41	24,57	89,05	110,26	643,05	764,05	
Полдник	Запеканка из манной крупы со сгущенным молоком	130/20	150/30	13,23	16,61	8,13	11,29	23,36	26,78	228,00	244,00	392
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	Итого	300	360	13,33	16,81	8,13	11,29	33,36	40,78	251,00	272,00	
Всего		1270	1620	49,44	59,44	46,79	57,50	180,76	217,90	1391,51	1574,55	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
1 неделя												
5 День												
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	200	4,82	6,03	1,02	1,28	16,83	21,04	132,40	165,50	94
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	10,90	13,28	12,23	13,66	57,03	68,17	415,10	459,38	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Салат из лобы	30	50	0,40	0,68	1,26	2,10	3,65	6,08	27,74	46,24	
	Свекольник на курином бульоне	150	200	1,22	1,44	2,10	2,78	6,50	7,31	133,28	158,25	
	Котлета из курицы	50	70	7,78	12,44	5,78	9,24	7,85	12,56	114,38	183,00	608
	Соус красный	30	30	0,40	0,60	1,00	2,00	3,00	3,60	24,10	25,10	228
	Рис рассыпчатый	110	150	4,79	5,74	4,26	5,11	30,83	36,99	187,02	224,42	679
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
Полдник	Итого	530	670	18,23	24,31	13,64	19,63	98,44	120,22	675,38	817,37	
	Ватрушка с творогом	90	90	7,29	7,29	6,75	6,75	13,65	13,65	149,00	149,00	1058-1059
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	Итого	240	270	7,39	7,49	6,75	6,75	25,65	27,65	172,00	177,00	
Всего		1210	1460	37,52	46,08	32,82	40,24	201,32	236,24	1354,48	1545,75	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
1 неделя												
6 День												
Завтрак	Каша пшениная молочная	150	200	5,80	7,25	5,48	6,85	18,57	23,21	146,80	183,50	94,00
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943,00
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	8,26	9,81	12,97	14,34	43,28	51,92	307,30	349,00	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Салат из свежей капусты	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	82-83
	Суп с рыбными консервами	150	200	6,89	8,61	6,72	8,40	11,47	14,34	133,80	167,25	87,00
	Бефстроганов из печени с соусом	50	70	14,40	16,56	5,78	6,64	3,55	4,08	121,51	139,73	102,00
	Макаронны отварные	110	150	5,52	6,62	4,52	5,42	26,45	31,73	168,45	202,14	688,00
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868,00
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	Итого	530	690	31,21	36,36	17,57	21,04	92,86	111,41	646,66	744,12	
Полдник	Плов из курицы	130	150	20,30	25,38	17,00	21,25	35,69	44,61	377,00	471,25	601,00
	Хлеб	40	40	1,28	1,28	0,20	0,20	11,91	11,91	67,00	67,00	
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959,00
	Итого	320	370	25,30	31,55	20,92	26,34	73,09	88,94	589,20	694,63	
Всего		1290	1580	65,77	78,72	51,66	61,92	229,43	272,47	1635,16	1879,75	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Белки		Жиры		Углеводы		если	сад	
		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад			
1 неделя												
7 День												
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	5,75	7,19	5,21	6,51	18,84	23,55	145,2	181,5	235
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,2	1,4	1,28	2	18,56	22,4	112,36	116	958
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	9,31	10,95	13,98	16	52,11	60,66	395,06	435	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Огурец свежий	30	50	0,26	0,42	0,04	0,06	0,69	1,14	4,07	6,78	
	Суп рисовый с мясными фрикадельками	150	200	6,54	6,64	2,72	5,18	6,77	15,44	103	135	209
	Жаркое по домашнему с курицей	130	150	17,03	27,53	4,41	7,47	18,05	21,95	155	265	590
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0	0	24,76	34,26	94,2	104,2	868
	Хлеб	40	40	4	4	0,5	0,5	25,5	25,5	122,4	122,4	
	Итого	500	620	27,87	38,68	7,67	13,21	75,77	98,29	478,67	633,38	
Полдник	Сырники со сгущеным молоком	90/20	110/30	28,44	33,64	19,51	22,81	17,1	20,52	357,16	421,2	463
	Чай с сахаром	150	180	1,4	1,6	1,6	1,8	16,4	18,2	86	93,25	945
	Итого	260	320	29,84	35,24	21,11	24,61	33,5	38,72	443,16	514,45	
Всего		1200	1460	68,02	85,87	42,96	54,02	181,58	217,87	1408,89	1674,83	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
1 неделя												
8 День												
Завтрак	Каша "Дружба"	150	200	8,2	10,44	9,3	11,11	36,4	41,3	275	307	177
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Сыр	10	10	2,30	2,30	2,90	2,90	0,00	0,00	36,40	36,40	42
	Итого	350	430	12,96	15,30	19,69	21,50	63,11	70,01	471,90	508,90	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Помидор свежий	30	50	0,26	0,42	0,04	0,06	0,69	1,14	4,07	6,78	
	Суп яичный на курином бульоне	150	200	4,79	5,99	6,03	7,54	12,42	15,53	118,62	148,28	201
	Рыба тушеная с овощами	60	80	13,87	18,30	7,85	10,21	6,53	8,49	150,00	195,00	486
	Картофельное пюре	110	150	3,06	3,67	4,80	5,76	20,45	24,53	137,25	164,70	694
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	Итого	540	700	26,02	32,47	19,22	24,07	90,35	109,45	626,54	741,36	
Полдник	Омлет	150	200	4,82	6,03	1,02	1,28	16,83	21,04	132,40	165,50	94
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Хлеб	20	20	2,00	2,00	0,25	0,25	12,75	12,75	61,20	61,20	868
	Итого	320	400	8,54	10,92	4,74	6,17	42,32	53,46	277,60	321,88	
Всего		1310	1630	48,52	59,69	43,85	51,94	215,98	253,12	1468,04	1664,14	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
				Белки		Жиры		Углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
1 неделя											
9 День											
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,91	6,21	5,1	6,38	16,5	20,63	131,8	164,75
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,2	1,4	1,28	2	18,56	22,4	112,36	116
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50
	Итого	340	420	8,47	9,97	13,87	15,87	49,77	57,74	381,66	418,25
2-ой завтрак	Снежок	100	150	5,8	5,85	5	5,3	8	8,4	106	108
Обед	Салат из моркови	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40
	Суп из овощей на курином бульоне	150/6	200/8	1,68	2,1	5,98	7,48	9,35	11,69	98,37	122,96
	Котлета из курицы с соусом	50	70	7,78	12,44	5,78	9,24	7,85	12,56	114,38	183
	Каша гречневая	110	150	7,46	8,95	5,61	6,73	35,84	43	230,45	276,53
	Кисель	150	180	0,1	0,14	0,01	0,04	17,2	27,5	98,3	110,8
	Хлеб	40	40	4	4	0,5	0,5	25,5	25,5	122,4	122,4
	Итого	546	728	21,38	28,11	17,93	24,07	96,87	121,75	670,2	824,09
Полдник	Каша рисовая молочная	150	200	7,46	8,95	5,61	6,73	35,84	43	230,45	276,53
	Хлеб	20	20	2,00	2,00	0,25	0,25	12,75	12,75	61,20	61,20
	Чай с сахаром	150	180	0,1	0,2	0	0	10	14	23	28
	Итого	320	400	2,1	2,2	0,25	0,25	22,75	26,75	84,2	89,2
Всего		1306	1698	37,75	46,13	37,05	45,49	177,39	214,64	1242,06	1439,54

№ рецептур ы
390
958
1
100
202
608
679
869
679
868
943

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
1 неделя												
10 День												
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	5,21	6,51	5,08	6,35	16,42	20,53	132,20	165,25	94
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Бутерброд с маслом сливочным	40	40	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Итого	340	420	6,08	7,25	11,21	12,38	40,20	47,13	282,70	293,88	
2-ой завтрак	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
Обед	Салат из лобы	30	50	0,40	0,68	1,26	2,10	3,65	6,08	27,74	46,24	
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/8	200/10	1,45	1,81	3,93	4,91	100,20	125,25	82,00	102,50	170
	Тефтели мясные с соусом	50	70	8,87	11,78	9,83	12,91	11,71	14,90	171,00	223,00	618-619
	Рис рассыпчатый	110	150	4,79	5,74	4,26	5,11	30,83	36,99	187,02	224,42	679
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	Итого	568	730	19,15	23,42	18,52	23,43	193,00	236,90	656,62	776,52	
Полдник	Ватрушка с сахаром/повидлом	90	90	7,29	7,29	6,75	6,75	13,65	13,65	149,00	149,00	1058-1059
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	Итого	240	270	7,39	7,49	6,75	6,75	25,65	27,65	172,00	177,00	
Всего		1248	1520	33,62	39,16	36,68	42,76	279,05	331,88	1203,32	1339,40	