

**10-ти дневное цикличное меню для дошкольных образовательных учреждений, с 17.02.2025г.**

| Прием                                  | Наименование блюда (если)                               | Выход блюда | Б    | Ж     | У    | Эн. Ценност | Вита мин | № рецептур | Наименование блюда (сад)                                | Выход блюда | Б    | Ж     | У     | Эн. Ценност | Вита мин | № рецептур |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------|------|-------|------|-------------|----------|------------|---------------------------------------------------------|-------------|------|-------|-------|-------------|----------|------------|
| <b>День 1:</b>                         |                                                         |             |      |       |      |             |          |            |                                                         |             |      |       |       |             |          |            |
| <b>Завтрак:</b>                        |                                                         |             |      |       |      |             |          |            |                                                         |             |      |       |       |             |          |            |
| 1                                      | Каша рисовая молочная жидкая с маслом                   | 160/4       | 4.6  | 7.7   | 18.1 | 154         | 0.1      | №100/1     | Каша рисовая молочная жидкая с маслом                   | 180/5       | 5.5  | 9.2   | 21.7  | 184.8       | 0.12     | №100/1     |
| 2                                      | Бутерброд с маслом                                      | 30/10       | 2.97 | 6.74  | 13.8 | 121.7       | 0        | №585/1     | Бутерброд с маслом                                      | 7/45        | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7       | 0        | №585/1     |
| 3                                      | Чай с сахаром                                           | 150         | 97   | 0     | 11.2 | 43.5        | 0        | №001       | Чай с сахаром                                           | 180         | 0.18 | 0     | 13.4  | 52.2        | 0        | №001       |
| <b>Завтрак 2</b>                       |                                                         |             |      |       |      |             |          |            |                                                         |             |      |       |       |             |          |            |
|                                        | Компот из замороженной клюквы                           | 100         | 0.3  | 0     | 15.7 | 62          | 5.8      | №016       | Компот из замороженной клюквы                           | 100         | 0.3  | 0     | 15.7  | 62          | 5.8      | №016       |
| <b>Обед:</b>                           |                                                         |             |      |       |      |             |          |            |                                                         |             |      |       |       |             |          |            |
| 1                                      | Свекла отварная                                         | 15          | 0.23 | 0.15  | 1.5  | 7.4         | 1.5      | №654       | Свекла отварная                                         | 15          | 0.23 | 0.15  | 1.5   | 7.4         | 1.5      | №654       |
| 2                                      | Щи из св. капусты с картофелем с мясом, со сметаной т/о | 150         | 2.9  | 3.4   | 6.2  | 169         | 6.5      | №201       | Щи из св. капусты с картофелем с мясом, со сметаной т/о | 200         | 3.9  | 4.5   | 8.3   | 292         | 11.6     | №201       |
| 3                                      | Зразы мясные с яйцом                                    | 60          | 7.6  | 2.5   | 5.3  | 74          | 0.18     | №386       | Зразы мясные с яйцом                                    | 70          | 8.9  | 2.9   | 6.2   | 86.3        | 0.2      | №386       |
| 4                                      | Картофельное пюре с маслом сливочным                    | 100/3       | 2.1  | 5.5   | 14.5 | 126         | 3.7      | №450/1     | Картофельное пюре с маслом сливочным                    | 120/4       | 2.5  | 6.6   | 17.4  | 151.2       | 4.5      | №450/1     |
| 5                                      | Компот из изюма                                         | 150         | 0.45 | 0     | 23.5 | 93          | 2.7      | № 034      | Компот из изюма                                         | 180         | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6       | 3.2      | № 034      |
| 6                                      | Хлеб ржаной                                             | 30          | 1.95 | 0.38  | 10.1 | 52.2        | 0        | №563       | Хлеб ржаной                                             | 40          | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6        | 0        | №563       |
| <b>Полдник:</b>                        |                                                         |             |      |       |      |             |          |            |                                                         |             |      |       |       |             |          |            |
| 1                                      | Булочка - косичка                                       | 80          | 22.1 | 2.6   | 44.8 | 229.3       | 0        | №552/1     | Булочка - косичка                                       | 80          | 22.1 | 2.6   | 44.8  | 229.3       | 0        | №552/1     |
| 2                                      | Гороховое пюре                                          | 100/3       | 10.5 | 0.8   | 20.4 | 130         | 0        | №451       | Гороховое пюре                                          | 120/4       | 12.6 | 0.96  | 24.5  | 156         | 0        | №451       |
| 3                                      | Компот из кураги                                        | 150         | 0.9  | 0     | 23.6 | 94.5        | 2.7      | №023/1     | Компот из кураги                                        | 180         | 1.1  | 0     | 28.3  | 113.4       | 3.2      | №023/1     |
| <b>Рекомендации на ужин родителям:</b> |                                                         |             |      |       |      |             |          |            |                                                         |             |      |       |       |             |          |            |
|                                        | Овощное блюдо                                           | 100         |      |       |      |             |          |            | Овощное блюдо                                           | 120         |      |       |       |             |          |            |
|                                        | продукт                                                 | 150         |      |       |      |             |          |            | продукт                                                 | 180         |      |       |       |             |          |            |
|                                        | Свежий фрукт                                            | 100         |      |       |      |             |          |            | Свежий фрукт                                            | 100         |      |       |       |             |          |            |
| <b>Итого за день:</b>                  |                                                         |             | 42   | 26.31 | 159  | 1187.65     | 25.68    | 0          | 0                                                       | 1045        | 48.6 | 30.59 | 182.8 | 1451.08     | 33.2     |            |

| М<br>пищ<br>и                          | Наименование блюда<br>(ясли)                          | Выход<br>блюда | Б     | Ж     | У    | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда<br>(сад)                           | Выход<br>блюда | Б    | Ж     | У     | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------|------------------|--------------------|-------------------------------------------------------|----------------|------|-------|-------|---------------------|------------------|--------------------|
| <b>День 2:</b>                         |                                                       |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                       |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Завтрак:</b>                        |                                                       |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                       |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Каша пшенинная жидкая<br>с маслом сливочным           | 160/4          | 4.8   | 5.8   | 4.9  | 175                 | 0.1              | № 105/2            | Каша пшенинная жидкая<br>с маслом сливочным           | 180/5          | 5.8  | 6.9   | 5.9   | 210                 | 0.12             | № 105/2            |
| 2                                      | Бутерброд с маслом                                    | 30/10          | 2.97  | 6.74  | 13.8 | 121.7               | 0                | №585/1             | Бутерброд с маслом                                    | 7/45           | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7               | 0                | №585/1             |
| 3                                      | Какао с молоком                                       | 150            | 3.2   | 3.8   | 24.4 | 142.5               | 1.2              | №005               | Какао с молоком                                       | 180            | 3.8  | 4.6   | 29.3  | 171                 | 1.4              | №005               |
| <b>Завтрак 2:</b>                      |                                                       |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                       |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Компот из<br>замороженной<br>клубники                 | 100            | 0.3   | 0     | 15.7 | 62                  | 5.8              | №018               | Компот из<br>замороженной<br>клубники                 | 100            | 0.3  | 0     | 15.7  | 62                  | 5.8              | №018               |
| <b>Обед:</b>                           |                                                       |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                       |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Суп картофельный с<br>крупой с рыбными<br>консервами  | 150            | 5.16  | 5.04  | 8.6  | 100.35              | 5.46             | №222               | Суп картофельный с<br>крупой с рыбными<br>консервами  | 200            | 6.88 | 6.72  | 11.46 | 133.8               | 7.28             | №222               |
| 2                                      | Котлеты рубленые из<br>птицы                          | 60             | 16.7  | 4.1   | 5.2  | 124                 | 0.2              | № 387              | Котлеты рубленые из<br>птицы                          | 60             | 16.7 | 4.1   | 5.2   | 124                 | 0.2              | № 387              |
| 3                                      | Сложный гарнир (рис<br>отварной, морковь<br>отварная) | 100/3          | 2     | 4.1   | 11.9 | 100.2               | 3                | № 456              | Сложный гарнир (рис<br>отварной, морковь<br>отварная) | 120/4          | 2.5  | 4.9   | 14.3  | 120.4               | 3.6              | № 456              |
| 4                                      | Компот из кураги и<br>изюма                           | 150            | 0.9   | 0     | 23.6 | 94.5                | 2.7              | №026               | Компот из кураги и<br>изюма                           | 180            | 1.1  | 0     | 28.3  | 113.4               | 3.2              | №026               |
| 5                                      | Хлеб ржаной                                           | 30             | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2                | 0                | №563               | Хлеб ржаной                                           | 40             | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6                | 0                | №563               |
| <b>Полдник:</b>                        |                                                       |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                       |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Сыр (порциями)                                        | 10             | 3.8   | 2.7   | 0    | 32.2                | 0.06             | №575/1             | Сыр (порциями)                                        | 13             | 5.6  | 4     | 0     | 46.6                | 0.09             | №575/1             |
| 2                                      | Компот из<br>сухофруктов                              | 150            | 0.45  | 0     | 23.5 | 93                  | 2.7              | № 003              | Компот из<br>сухофруктов                              | 180            | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6               | 3.2              | № 003              |
| 3                                      | Макароны отварные с<br>маслом                         | 100/3          | 3.4   | 6.1   | 22.8 | 163                 | 0                | №452/1             | Мак.отварные с<br>маслом                              | 120/5          | 4.3  | 7.3   | 27.4  | 195.6               | 0                | №452/1             |
| <b>Рекомендации на ужин родителям:</b> |                                                       |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                       |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Яичное блюдо                                          | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Яичное блюдо                                          | 120            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Кисломолочные                                         | 150            |       |       |      |                     |                  |                    | Кисломолочные                                         | 180            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Свежий фрукт                                          | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Свежий фрукт                                          | 100            |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Итого за день:</b>                  |                                                       |                | 45.63 | 37.27 | 168  | 1260.65             | 21.22            | 0                  | 0                                                     |                | 53.4 | 46.18 | 198.9 | 1518.7              | 24.9             |                    |

| Прием пищи                      | Наименование блюда (если)            | Выход блюда | Б     | Ж     | У    | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур ы | Наименование блюда (сад)             | Выход блюда | Б    | Ж     | У     | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур ы |
|---------------------------------|--------------------------------------|-------------|-------|-------|------|--------------|------------|--------------|--------------------------------------|-------------|------|-------|-------|--------------|------------|--------------|
| День 3:                         |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |
| Завтрак:                        |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |
| 1                               | Каша манная жидкая с маслом          | 160/4       | 4.8   | 5.8   | 4.9  | 175          | 0.1        | № 102/1      | Каша манная жидкая с маслом          | 180/5       | 5.8  | 6.9   | 5.9   | 210          | 0.12       | № 102/1      |
| 2                               | Бутерброд с маслом                   | 30/10       | 2.97  | 6.74  | 13.8 | 121.7        | 0          | №585/1       | Бутерброд с маслом                   | 7/45        | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7        | 0          | №585/1       |
| 3                               | Чай с сахаром                        | 150         | 0.15  | 0     | 11.2 | 43.5         | 0          | №001         | Чай с сахаром                        | 180         | 0.18 | 0     | 13.4  | 52.2         | 0          | №001         |
| Завтрак 2:                      |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |
|                                 | Компот из свежих яблок               | 100         | 0.1   | 0     | 13.4 | 55           | 2.7        | №006         | Компот из свежих яблок               | 100         | 0.1  | 0     | 13.4  | 55           | 2.7        | №006         |
| Обед:                           |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |
| 1                               | Борщ на м/к бульоне, со сметаной т/о | 150         | 2.8   | 3.5   | 9.7  | 81.6         | 5.4        | №207/1       | Борщ на м/к бульоне, со сметаной т/о | 200         | 3.7  | 4.8   | 12.9  | 108.8        | 7.2        | №207         |
| 2                               | Котлеты рыбные любительские          | 60          | 7.6   | 2.5   | 5.3  | 74           | 0.18       | № 361        | Котлеты рыбные любительские          | 70          | 8.9  | 2.9   | 6.2   | 86.3         | 0.2        | № 361        |
| 3                               | Картофельное пюре с маслом сливочным | 100/3       | 2.1   | 5.5   | 14.5 | 126          | 3.7        | №450/1       | Картофельное пюре с маслом сливочным | 120/4       | 2.5  | 6.6   | 17.4  | 151.2        | 4.5        | №450/1       |
| 4                               | Кисель из концентрата                | 150         | 0.057 | 0     | 24.1 | 67           | 0.04       | №030         | Кисель из концентрата                | 180         | 0.07 | 0     | 28.9  | 80.4         | 0.04       | №030         |
| 5                               | Огурец свежий                        | 20          | 0.14  | 0.02  | 0.4  | 2.2          | 1.4        | № 658        | Огурец свежий                        | 20          | 0.14 | 0.02  | 0.4   | 2.2          | 1.4        | № 658        |
| 6                               | Хлеб ржаной                          | 30          | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2         | 0          | №563         | Хлеб ржаной                          | 40          | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6         | 0          | №563         |
| Полдник:                        |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |
| 1                               | Овощное рагу с филе птицы            | 120         | 14.8  | 17.7  | 15.8 | 274          | 7.8        | №353/1       | Овощное рагу с филе птицы            | 140         | 17.8 | 21.8  | 19.4  | 359          | 9.7        | №353/1       |
| 2                               | Хлеб ржаной                          | 30          | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2         | 0          | №563         | Хлеб ржаной                          | 40          | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6         | 0          | №563         |
| 3                               | Компот из замороженной клюквы        | 150         | 0.45  | 0     | 23.5 | 93           | 8.7        | № 017/1      | Компот из замороженной клюквы        | 180         | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6        | 10.4       | № 017/1      |
| Рекомендации на ужин родителям: |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |
|                                 | Крупяное блюдо                       | 100         |       |       |      |              |            |              | Крупяное блюдо                       | 120         |      |       |       |              |            |              |
|                                 | продукт                              | 150         |       |       |      |              |            |              | продукт                              | 180         |      |       |       |              |            |              |
|                                 | Свежий фрукт                         | 100         |       |       |      |              |            |              | Свежий фрукт                         | 100         |      |       |       |              |            |              |
| итого:                          |                                      |             | 39.87 | 42.52 | 157  | 1217.4       | 30.02      | 0            | 0                                    | 1150        | 48.3 | 51.18 | 192.6 | 1516.6       | 36.3       |              |
| День 4:                         |                                      |             |       |       |      |              |            |              |                                      |             |      |       |       |              |            |              |

| Прием пищи                      | Наименование блюда (ясли)            | Выход блюда | Б    | Ж     | У    | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур ы | Наименование блюда (сад)             | Выход блюда | Б    | Ж    | У     | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур ы |
|---------------------------------|--------------------------------------|-------------|------|-------|------|--------------|------------|--------------|--------------------------------------|-------------|------|------|-------|--------------|------------|--------------|
| Завтрак:                        |                                      |             |      |       |      |              |            |              |                                      |             |      |      |       |              |            |              |
| 1                               | Суп молочный с макаронными изделиями | 160/1,5     | 5.6  | 6     | 16.7 | 113          | 0.5        | № 204/1      | Суп молочный с макаронными изделиями | 180/1,8     | 6.7  | 7.2  | 20    | 135.6        | 0.6        | № 204/1      |
| 2                               | Хлеб пшеничный                       | 30          | 2.3  | 1     | 15   | 78           | 0          | №564         | Хлеб пшеничный                       | 40          | 3.1  | 1.3  | 20    | 104          | 0          | №564         |
| 3                               | Сыр (порциями)                       | 10          | 3.8  | 2.7   | 0    | 32.2         | 0.06       | №575/1       | Сыр (порциями)                       | 13          | 5.6  | 4    | 0     | 46.6         | 0.09       | №575/1       |
| 4                               | Кофейный напиток с молоком           | 150         | 1.8  | 2.7   | 21.5 | 114          | 0.3        | №007         | Кофейный напиток с молоком           | 180         | 2.2  | 3.2  | 25.8  | 136.8        | 0.36       | №007         |
| Завтрак 2:                      |                                      |             |      |       |      |              |            |              |                                      |             |      |      |       |              |            |              |
|                                 | Компот из замороженной клубники      | 100         | 0.3  | 0     | 15.7 | 62           | 5.8        | № 018        | Компот из замороженной клубники      | 100         | 0.3  | 0    | 15.7  | 62           | 5.8        | № 018        |
| Обед:                           |                                      |             |      |       |      |              |            |              |                                      |             |      |      |       |              |            |              |
| 1                               | Суп "Кудрявый" с курицей             | 150         | 7.9  | 8     | 16.7 | 162.7        | 0.8        | №221         | Суп "Кудрявый" с курицей             | 200         | 10.5 | 10.7 | 22.3  | 216.9        | 0.8        | №221         |
| 2                               | Плов с филе птицы                    | 120         | 16.2 | 8.4   | 28.4 | 262.5        | 1.35       | №388/1       | Плов с филе птицы                    | 180         | 19.4 | 10.1 | 34.1  | 315          | 1.62       | №388/1       |
| 3                               | Хлеб ржаной                          | 30          | 1.95 | 0.38  | 10.1 | 52.2         | 0          | №563         | Хлеб ржаной                          | 40          | 2.6  | 0.5  | 13.4  | 69.6         | 0          | №563         |
| 4                               | Компот из изюма                      | 150         | 0.45 | 0     | 23.5 | 93           | 2.7        | № 031        | Компот из изюма                      | 180         | 0.54 | 0    | 28.2  | 111.6        | 3.2        | № 031        |
| Полдник:                        |                                      |             |      |       |      |              |            |              |                                      |             |      |      |       |              |            |              |
| 1                               | Оладьи с повидло                     | 100/15      | 5.1  | 6.6   | 31.6 | 313          | 0          | №553         | Оладьи с повидло                     | 120/20      | 6.1  | 7.9  | 37.9  | 255.6        | 0          | №553         |
| 2                               | Чай без сахара                       | 180         | 0    | 0     | 0    | 0.15         | 0          | №004/1       | Чай без сахара                       | 200         | 0    | 0    | 0     | 0.18         | 0          | №004/1       |
| Рекомендации на ужин родителям: |                                      |             |      |       |      |              |            |              |                                      |             |      |      |       |              |            |              |
|                                 | Рыбное блюдо                         | 100         |      |       |      |              |            |              | Рыбное блюдо                         | 120         |      |      |       |              |            |              |
|                                 | Сок натуральный                      | 150         |      |       |      |              |            |              | Сок натуральный                      | 180         |      |      |       |              |            |              |
|                                 | Свежий фрукт                         | 100         |      |       |      |              |            |              | Свежий фрукт                         | 100         |      |      |       |              |            |              |
| Итого за день:                  |                                      |             | 45.4 | 35.78 | 179  | 1282.75      | 11.51      | 0            | 0                                    | 1533        | 57   | 44.9 | 217.4 | 1453.88      | 12.5       |              |
| Прием пищи                      | Наименование блюда (ясли)            | Выход блюда | Б    | Ж     | У    | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур ы | Наименование блюда (сад)             | Выход блюда | Б    | Ж    | У     | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур ы |
| День 5:                         |                                      |             |      |       |      |              |            |              |                                      |             |      |      |       |              |            |              |

| Завтрак:                        |                                                  |        |       |       |      |         |       |         |                                                  |        |      |       |       |         |      |         |
|---------------------------------|--------------------------------------------------|--------|-------|-------|------|---------|-------|---------|--------------------------------------------------|--------|------|-------|-------|---------|------|---------|
| 1                               | Каша геркулесовая<br>молочная с маслом           | 160/4  | 5.7   | 7.6   | 25.5 | 188.5   | 0.1   | № 103/1 | Каша геркулесовая<br>молочная с маслом           | 180/5  | 6.8  | 9.1   | 30.5  | 226.2   | 0.12 | № 103/1 |
| 2                               | Бутерброд с маслом                               | 30/10  | 2.97  | 6.74  | 13.8 | 121.7   | 0     | №585/1  | Бутерброд с маслом                               | 7/45   | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7   | 0    | №585/1  |
| 3                               | Чай с сахаром                                    | 150    | 0.15  | 0     | 11.2 | 43.5    | 0     | №001    | Чай с сахаром                                    | 180    | 0.18 | 0     | 13.4  | 52.2    | 0    | №001    |
| Завтрак 2:                      |                                                  |        |       |       |      |         |       |         |                                                  |        |      |       |       |         |      |         |
|                                 | Компот из<br>замороженной клюквы                 | 100    | 0.3   | 0     | 15.7 | 62      | 5.8   | № 016   | Компот из<br>замороженной клюквы                 | 100    | 0.3  | 0     | 15.7  | 62      | 5.8  | № 016   |
| Обед:                           |                                                  |        |       |       |      |         |       |         |                                                  |        |      |       |       |         |      |         |
| 1                               | Морковь отварная                                 | 15     | 0.2   | 0.015 | 0.95 | 4.95    | 0.53  | № 657   | Морковь отварная                                 | 15     | 0.2  | 0.015 | 0.95  | 4.95    | 0.53 | № 657   |
| 2                               | Суп с клецками с филе<br>птицы                   | 150/15 | 7.9   | 5.2   | 14.4 | 137     | 0     | №231    | Суп с клецками с филе<br>птицы                   | 200/20 | 10.5 | 6.9   | 19.2  | 182.7   | 0    | №231    |
| 3                               | Жаркое по домашнему<br>(из филе птицы)           | 120    | 13    | 9.4   | 19   | 247     | 0     | №398/1  | Жаркое по домашнему<br>(из филе птицы)           | 170    | 17   | 12.8  | 24.3  | 317     | 0    | №398/1  |
| 4                               | Компот из кураги и<br>изюма                      | 150    | 0.9   | 0     | 23.6 | 94.5    | 2.7   | №026    | Компот из кураги и<br>изюма                      | 180    | 1.1  | 0     | 28.3  | 113.4   | 3.2  | №026    |
| 5                               | Хлеб ржаной                                      | 30     | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2    | 0     | №563    | Хлеб ржаной                                      | 40     | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6    | 0    | №563    |
| Полдник:                        |                                                  |        |       |       |      |         |       |         |                                                  |        |      |       |       |         |      |         |
| 1                               | Запеканка<br>твороженная со<br>сгущенным молоком | 100/15 | 17.5  | 12.1  | 17.2 | 247     | 0.3   | № 591   | Запеканка<br>твороженная со<br>сгущенным молоком | 120/18 | 21   | 14.6  | 20.6  | 296.4   | 0.4  | № 591   |
| 2                               | Печенье*                                         | 20     | 1.42  | 1.28  | 1.4  | 72.4    | 0     | №562    | Печенье*                                         | 20     | 1.42 | 1.28  | 1.4   | 72.4    | 0    | №562    |
| 3                               | Компот из<br>сухофруктов                         | 150    | 0.45  | 0     | 23.5 | 93      | 2.7   | № 003   | Компот из<br>сухофруктов                         | 180    | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6   | 3.2  | № 003   |
| Рекомендации на ужин родителям: |                                                  |        |       |       |      |         |       |         |                                                  |        |      |       |       |         |      |         |
|                                 | Овощное блюдо                                    | 100    |       |       |      |         |       |         | Овощное блюдо                                    | 120    |      |       |       |         |      |         |
|                                 | Кисломолочный<br>продукт                         | 150    |       |       |      |         |       |         | Кисломолочный<br>продукт                         | 180    |      |       |       |         |      |         |
|                                 | Свежий фрукт                                     | 100    |       |       |      |         |       |         | Свежий фрукт                                     | 100    |      |       |       |         |      |         |
| Итого за день:                  |                                                  |        | 52.44 | 42.72 | 176  | 1363.75 | 12.13 | 0       | 0                                                | 1285   | 65   | 52.36 | 215.7 | 1669.15 | 13.3 |         |

| М<br>пищ<br>и                          | Наименование блюда<br>(ясли)                     | Выход<br>блюда | Б     | Ж     | У    | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда<br>(сад)                      | Выход<br>блюда | Б    | Ж     | У     | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------|------------------|--------------------|--------------------------------------------------|----------------|------|-------|-------|---------------------|------------------|--------------------|
| <b>День 6:</b>                         |                                                  |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                  |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Завтрак:</b>                        |                                                  |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                  |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Каша "дружба"<br>молочная с маслом               | 160/4          | 4.7   | 8     | 19.7 | 167.5               | 0.1              | №101/1             | Каша "дружба"<br>молочная с маслом               | 180/5          | 5.6  | 9.6   | 23.6  | 201                 | 0.12             | №101/1             |
| 2                                      | Бутерброд с маслом                               | 30/10          | 2.97  | 6.74  | 13.8 | 121.7               | 0                | №585/1             | Бутерброд с маслом                               | 7/45           | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7               | 0                | №585/1             |
| 3                                      | Чай с сахаром                                    | 150            | 0.15  | 0     | 11.2 | 43.5                | 0                | №001               | Чай с сахаром                                    | 180            | 0.18 | 0     | 13.4  | 52.2                | 0                | №001               |
| <b>Завтрак 2:</b>                      |                                                  |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                  |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Компот из кураги                                 | 100            | 0.9   | 0     | 23.6 | 94.5                | 2.7              | №041               | Компот из кураги                                 | 100            | 0.9  | 0     | 23.6  | 94.5                | 2.7              | №041               |
| <b>Обед:</b>                           |                                                  |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                  |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Щи из свежей<br>капусты, с мясом, со<br>сметаной | 150            | 2.7   | 3.4   | 6.2  | 69                  | 6.9              | №230               | Щи из свежей<br>капусты, с мясом, со<br>сметаной | 200            | 3.6  | 4.5   | 8.3   | 92                  | 9                | №230               |
| 2                                      | Макаронник с мясом                               | 180/5          | 17.8  | 10.2  | 21.4 | 257.4               | 0                | №350/1             | Макаронник с мясом                               | 200/6          | 19.7 | 11.3  | 23.7  | 286                 | 0                | №350/1             |
| 4                                      | Компот из<br>сухофруктов                         | 150            | 0.45  | 0     | 23.5 | 93                  | 2.7              | № 003              | Компот из<br>сухофруктов                         | 180            | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6               | 3.2              | № 003              |
| 5                                      | Хлеб ржаной                                      | 30             | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2                | 0                | №563               | Хлеб ржаной                                      | 40             | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6                | 0                | №563               |
| <b>Полдник:</b>                        |                                                  |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                  |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Омлет натуральный                                | 70/3           | 6.51  | 12.07 | 1.19 | 142.01              | 0.2              | №391               | Омлет натуральный                                | 110/5          | 9.85 | 15.26 | 2.57  | 187.07              | 0.42             | №391               |
| 2                                      | Хлеб пшеничный                                   | 30             | 2.3   | 1     | 15   | 78                  | 0                | № 564              | Хлеб пшеничный                                   | 40             | 3.1  | 1.3   | 20    | 104                 | 0                | № 564              |
| 3                                      | Вафля                                            | 25             | 1.25  | 1.5   | 8.5  | 52.5                | 0                | №587               | Вафля                                            | 25             | 1.25 | 1.5   | 8.5   | 52.5                | 0                | №587               |
| 4                                      | Чай без сахара                                   | 180            | 0     | 0     | 0    | 0.15                | 0                | №004/1             | Чай без сахара                                   | 200            | 0    | 0     | 0     | 0.18                | 0                | №004/1             |
| <b>Рекомендации на ужин родителям:</b> |                                                  |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                  |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Творожное блюдо                                  | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Творожное блюдо                                  | 120            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Кисломолочный<br>продукт                         | 150            |       |       |      |                     |                  |                    | Кисломолочный<br>продукт                         | 180            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Сок                                              | 150            |       |       |      |                     |                  |                    | Сок                                              | 180            |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Итого за день:</b>                  |                                                  |                | 40.42 | 38.12 | 194  | 1414.35             | 15.62            | 0                  | 0                                                | 1445           | 47.3 | 42.84 | 216.8 | 1594.65             | 18.4             |                    |

| М<br>пищ<br>и                          | Наименование блюда<br>(ясли)                   | Выход<br>блюда | Б     | Ж     | У    | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда<br>(сад)                    | Выход<br>блюда | Б    | Ж     | У     | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы |
|----------------------------------------|------------------------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------|------------------|--------------------|------------------------------------------------|----------------|------|-------|-------|---------------------|------------------|--------------------|
| <b>День 7:</b>                         |                                                |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Завтрак:</b>                        |                                                |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Каша манная жидкая с<br>маслом                 | 160/4          | 4.8   | 5.8   | 4.9  | 175                 | 0.1              | № 102/1            | Каша манная жидкая с<br>маслом                 | 180/5          | 5.8  | 6.9   | 5.9   | 210                 | 0.12             | № 102/1            |
| 2                                      | Сыр (порциями)                                 | 10             | 3.8   | 2.7   | 0    | 32.3                | 0.06             | № 575/1            | Сыр (порциями)                                 | 13             | 5.6  | 4     | 0     | 46.6                | 0.09             | № 575/1            |
| 3                                      | Хлеб пшеничный                                 | 30             | 2.3   | 1     | 15   | 78                  | 0                | №564               | Хлеб пшеничный                                 | 40             | 3.1  | 1.3   | 20    | 104                 | 0                | №564               |
| 4                                      | Кофейный напиток с<br>молоком                  | 150            | 1.8   | 2.7   | 21.5 | 114                 | 0.3              | №007               | Кофейный напиток с<br>молоком                  | 180            | 2.2  | 3.2   | 25.8  | 136.8               | 0.36             | №007               |
| <b>Завтрак 2:</b>                      |                                                |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Компот из<br>замороженной клюквы               | 100            | 0.3   | 0     | 15.7 | 62                  | 5.8              | № 016              | Компот из<br>замороженной клюквы               | 100            | 0.3  | 0     | 15.7  | 62                  | 5.8              | № 016              |
| <b>Обед:</b>                           |                                                |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Свекла отварная                                | 15             | 0.23  | 0.15  | 1.5  | 7.4                 | 1.5              | № 654              | Свекла отварная                                | 15             | 0.23 | 0.15  | 1.5   | 7.4                 | 1.5              | № 654              |
| 2                                      | Суп с макаронными<br>изделиями с филе<br>птицы | 150            | 7.9   | 5.2   | 14.4 | 137                 | 0                | №228               | Суп с макаронными<br>изделиями с филе<br>птицы | 200            | 10.5 | 6.9   | 19.2  | 182.7               | 0                | №228               |
| 3                                      | Голубцы ленивые из<br>филе птицы               | 120/40         | 10.61 | 6.81  | 15.1 | 164                 | 15.03            | №390               | Голубцы ленивые из<br>филе птицы               | 160/50         | 14.1 | 9.04  | 20.26 | 219                 | 20               | №390               |
| 4                                      | Кисель из концентрата                          | 150            | 0.057 | 0     | 24.1 | 67                  | 0.04             | №030               | Кисель из концентрата                          | 180            | 0.07 | 0     | 28.9  | 80.4                | 0.04             | №030               |
| 5                                      | Хлеб ржаной                                    | 30             | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2                | 0                | №563               | Хлеб ржаной                                    | 40             | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6                | 0                | №563               |
| <b>Полдник:</b>                        |                                                |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Блины с повидло                                | 100/15         | 5.1   | 4.8   | 39.3 | 224                 | 0                | № 589              | Блины с повидло                                | 100/15         | 5.1  | 4.8   | 39.3  | 224                 | 0                | № 589              |
| 2                                      | Компот из изюма                                | 150            | 0.45  | 0     | 23.5 | 93                  | 2.7              | № 031              | Компот из изюма                                | 180            | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6               | 3.2              | № 031              |
| <b>Рекомендации на ужин родителям:</b> |                                                |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                                |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Рыбное блюдо                                   | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Рыбное блюдо                                   | 120            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Кисломолочный<br>продукт                       | 150            |       |       |      |                     |                  |                    | Кисломолочный<br>продукт                       | 180            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Свежий фрукт                                   | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Свежий фрукт                                   | 100            |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Итого за день:</b>                  |                                                |                | 39.3  | 29.54 | 185  | 1205.9              | 25.53            | 0                  | 0                                              | 1348           | 50.2 | 36.79 | 218.2 | 1454.1              | 31.1             |                    |

| М<br>пищ<br>и                          | Наименование блюда<br>(ясли)                | Выход<br>блюда | Б     | Ж     | У    | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда<br>(сад)                 | Выход<br>блюда | Б    | Ж    | У     | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы |
|----------------------------------------|---------------------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------|------------------|--------------------|---------------------------------------------|----------------|------|------|-------|---------------------|------------------|--------------------|
| <b>День 8:</b>                         |                                             |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                             |                |      |      |       |                     |                  |                    |
| <b>Завтрак:</b>                        |                                             |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                             |                |      |      |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Каша рисовая<br>молочная жидкая с<br>маслом | 160/4          | 4.6   | 7.7   | 18.1 | 154                 | 0.1              | № 100/1            | Каша рисовая<br>молочная жидкая с<br>маслом | 180/5          | 5.5  | 9.2  | 21.7  | 184.8               | 0.12             | № 100/1            |
| 2                                      | Бутерброд с маслом                          | 30/10          | 2.97  | 6.74  | 13.8 | 121.7               | 0                | №585/1             | Бутерброд с маслом                          | 7/45           | 3.32 | 7.16 | 19.7  | 160.7               | 0                | №585/1             |
| 3                                      | Чай с сахаром                               | 150            | 0.15  | 0     | 11.2 | 43.5                | 0                | №001               | Чай с сахаром                               | 180            | 0.18 | 0    | 13.4  | 52.2                | 0                | №001               |
| <b>Завтрак 2:</b>                      |                                             |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                             |                |      |      |       |                     |                  |                    |
|                                        | Напиток из сока                             | 100            | 0.24  | 0.05  | 5.5  | 23                  | 1                | № 008              | Напиток из сока                             | 100            | 0.24 | 0.05 | 5.5   | 23                  | 1                | № 008              |
| <b>Обед:</b>                           |                                             |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                             |                |      |      |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Огурец свежий                               | 20             | 0.14  | 0.02  | 0.4  | 2.2                 | 1.4              | № 658              | Огурец свежий                               | 20             | 0.14 | 0.02 | 0.4   | 2.2                 | 1.4              | № 658              |
| 2                                      | Суп гороховый с<br>мясом                    | 150            | 6.2   | 3.7   | 12   | 106.8               | 0.6              | №227               | Суп гороховый с<br>мясом                    | 200            | 8.3  | 4.9  | 16    | 142.4               | 0.8              | №227               |
| 3                                      | Гренки                                      | 12             | 12.2  | 1.7   | 72.8 | 349.9               |                  | № 577              | Гренки                                      | 12             | 12.2 | 1.7  | 72.8  | 349.9               | 0                | № 577              |
| 4                                      | Котлеты, биточки<br>рыбные.                 | 60             | 7.6   | 2.5   | 5.3  | 74                  | 0.18             | № 358              | Котлеты, биточки<br>рыбные.                 | 70             | 8.9  | 2.9  | 6.2   | 86.3                | 0.2              | № 358              |
| 5                                      | Картофельное пюре с<br>маслом сливочным     | 100/3          | 2.1   | 5.5   | 14.5 | 126                 | 3.7              | №450/1             | Картофельное пюре с<br>маслом сливочным     | 120/4          | 2.5  | 6.6  | 17.4  | 151.2               | 4.5              | №450/1             |
| 6                                      | Компот из кураги и<br>изюма                 | 150            | 0.9   | 0     | 23.6 | 94.5                | 2.7              | №026               | Компот из кураги и<br>изюма                 | 180            | 1.1  | 0    | 28.3  | 113.4               | 3.2              | №026               |
| 8                                      | Хлеб ржаной                                 | 30             | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2                | 0                | №563               | Хлеб ржаной                                 | 40             | 2.6  | 0.5  | 13.4  | 69.6                | 0                | №563               |
| <b>Полдник:</b>                        |                                             |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                             |                |      |      |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Плов по - купечески с<br>филе птицы         | 150            | 18.1  | 8.4   | 28.4 | 262.5               | 1.35             | №401               | Плов по - купечески с<br>филе птицы         | 170            | 19.4 | 10.1 | 34.1  | 315                 | 1.62             | №401               |
| 3                                      | Компот из кураги                            | 150            | 0.9   | 0     | 23.6 | 94.5                | 2.7              | №023/1             | Компот из кураги                            | 180            | 1.1  | 0    | 28.3  | 113.4               | 3.2              | №023/1             |
| <b>Рекомендации на ужин родителям:</b> |                                             |                |       |       |      |                     |                  |                    |                                             |                |      |      |       |                     |                  |                    |
|                                        | Овощное блюдо                               | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Овощное блюдо                               | 120            |      |      |       |                     |                  |                    |
|                                        | продукт                                     | 150            |       |       |      |                     |                  |                    | продукт                                     | 180            |      |      |       |                     |                  |                    |
|                                        | Сок                                         | 100            |       |       |      |                     |                  |                    | Сок                                         | 100            |      |      |       |                     |                  |                    |
| Итого за день:                         |                                             |                | 41.51 | 31.67 | 183  | 1504.8              | 13.73            | 0                  | 0                                           |                | 1552 | 65.5 | 43.13 | 277.2               | 1764.1           | 16                 |

| прие<br>м<br>пищ<br>и                  | Наименование блюда<br>(если)               | Выход<br>блюда | Б    | Ж    | У    | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда<br>(сад)                | Выход<br>блюда | Б    | Ж     | У     | Эн.<br>Ценност<br>ь | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы |
|----------------------------------------|--------------------------------------------|----------------|------|------|------|---------------------|------------------|--------------------|--------------------------------------------|----------------|------|-------|-------|---------------------|------------------|--------------------|
| <b>День 9:</b>                         |                                            |                |      |      |      |                     |                  |                    |                                            |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| <b>Завтрак:</b>                        |                                            |                |      |      |      |                     |                  |                    |                                            |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Каша пшениная жидкая<br>с маслом сливочным | 160/4          | 4.8  | 5.8  | 4.9  | 175                 | 0.1              | № 105/2            | Каша пшениная жидкая<br>с маслом сливочным | 180/5          | 5.8  | 6.9   | 5.9   | 210                 | 0.12             | № 105/2            |
| 2                                      | Бутерброд с маслом                         | 30/10          | 2.97 | 6.74 | 13.8 | 121.7               | 0                | №585/1             | Бутерброд с маслом                         | 7/45           | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7               | 0                | №585/1             |
| 4                                      | Какао с молоком                            | 150            | 3.2  | 3.8  | 24.4 | 142.5               | 1.2              | №005               | Какао с молоком                            | 180            | 3.8  | 4.6   | 29.3  | 171                 | 1.4              | №005               |
| <b>Завтрак 2:</b>                      |                                            |                |      |      |      |                     |                  |                    |                                            |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Компот из<br>замороженной<br>клубники      | 100            | 0.3  | 0    | 15.7 | 62                  | 5.8              | № 018              | Компот из<br>замороженной<br>клубники      | 100            | 0.3  | 0     | 15.7  | 62                  | 5.8              | № 018              |
| <b>Обед:</b>                           |                                            |                |      |      |      |                     |                  |                    |                                            |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Суп картофельный<br>с рыбными консервами   | 150            | 5.16 | 5.04 | 8.6  | 100.35              | 5.46             | №222/1             | Суп картофельный с<br>рыбными консервами   | 200            | 6.88 | 6.72  | 11.46 | 133.8               | 7.28             | №222/1             |
| 2                                      | Капуста тушеная с<br>филе птицы            | 150            | 13.8 | 13.6 | 11.8 | 228                 | 3.4              | № 396              | Капуста тушеная с<br>филе птицы            | 180            | 16.6 | 16.3  | 14.2  | 373.6               | 4.1              | № 396              |
| 3                                      | Хлеб ржаной                                | 30             | 1.95 | 0.38 | 10.1 | 52.2                | 0                | №563               | Хлеб ржаной                                | 40             | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6                | 0                | №563               |
| 3                                      | Компот из<br>замороженной клюквы           | 150            | 0.45 | 0    | 23.5 | 93                  | 8.7              | № 017/1            | Компот из<br>замороженной клюквы           | 180            | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6               | 10.4             | № 017/1            |
| <b>Полдник:</b>                        |                                            |                |      |      |      |                     |                  |                    |                                            |                |      |       |       |                     |                  |                    |
| 1                                      | Кнели куриные с рисом                      | 110            | 22.8 | 13.3 | 6.7  | 238                 | 0                | № 400/1            | Кнели куриные с рисом                      | 120            | 27.4 | 15.93 | 8.04  | 285.6               | 0                | № 400/1            |
| 2                                      | Соус с овощами                             | 40             | 1    | 3.8  | 3.8  | 56                  | 0.08             | № 700              | Соус с овощами                             | 50             | 1.3  | 4.8   | 4.7   | 70                  | 0.1              | № 700              |
| 3                                      | Компот из<br>сухофруктов                   | 150            | 0.45 | 0    | 23.5 | 93                  | 2.7              | № 003              | Компот из<br>сухофруктов                   | 180            | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.8               | 3.2              | № 003              |
| <b>Рекомендации на ужин родителям:</b> |                                            |                |      |      |      |                     |                  |                    |                                            |                |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Яичное блюдо                               | 100            |      |      |      |                     |                  |                    | Яичное блюдо                               | 120            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Молочный продукт                           | 150            |      |      |      |                     |                  |                    | Молочный продукт                           | 180            |      |       |       |                     |                  |                    |
|                                        | Свежий фрукт                               | 100            |      |      |      |                     |                  |                    | Свежий фрукт                               | 100            |      |       |       |                     |                  |                    |

|                |                                                               |             |       |       |      |              |            |            |                                                               |             |      |       |       |              |            |            |
|----------------|---------------------------------------------------------------|-------------|-------|-------|------|--------------|------------|------------|---------------------------------------------------------------|-------------|------|-------|-------|--------------|------------|------------|
| Итого за день: |                                                               |             | 56.88 | 52.46 | 147  | 1361.75      | 27.44      | 0          | 0                                                             | 1630        | 69.1 | 62.91 | 178.8 | 1759.7       | 32.4       |            |
| Прием пищи     | Наименование блюда (ясли)                                     | Выход блюда | Б     | Ж     | У    | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур | Наименование блюда (сад)                                      | Выход блюда | Б    | Ж     | У     | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур |
| День 10:       |                                                               |             |       |       |      |              |            |            |                                                               |             |      |       |       |              |            |            |
| Завтрак:       |                                                               |             |       |       |      |              |            |            |                                                               |             |      |       |       |              |            |            |
| 1              | Каша из смеси круп (гречнево - геркулесовая)молочная с маслом | 160/4       | 4.8   | 5.8   | 4.9  | 175          | 0.1        | №109/1     | Каша из смеси круп (гречнево - геркулесовая)молочная с маслом | 180/5       | 5.8  | 6.9   | 5.9   | 210          | 0.12       | №109/1     |
| 2              | Бутерброд с маслом                                            | 30/10       | 2.97  | 6.74  | 13.8 | 121.7        | 0          | №585/1     | Бутерброд с маслом                                            | 7/45        | 3.32 | 7.16  | 19.7  | 160.7        | 0          | №585/1     |
| 3              | Чай с сахаром                                                 | 150         | 0.15  | 0     | 11.2 | 43.5         | 0          | №001       | Чай с сахаром                                                 | 180         | 0.18 | 0     | 13.4  | 52.2         | 0          | №001       |
| Завтрак 2:     |                                                               |             |       |       |      |              |            |            |                                                               |             |      |       |       |              |            |            |
|                | Компот из свежих яблок                                        | 100         | 0.1   | 0     | 13.4 | 55           | 2.7        | №006       | Компот из свежих яблок                                        | 100         | 0.1  | 0     | 13.4  | 55           | 2.7        | №006       |
| Обед:          |                                                               |             |       |       |      |              |            |            |                                                               |             |      |       |       |              |            |            |
| 1              | Свекольник с курицей со сметаной                              | 150         | 2.5   | 3.4   | 6.2  | 164.8        | 7.2        | №226       | Свекольник с курицей со сметаной                              | 200         | 3.3  | 4.5   | 8.3   | 286.4        | 9.6        | №226       |
| 2              | Суфле из рыбы                                                 | 50/20       | 9.7   | 4.6   | 2.4  | 90           | 0.19       | №360       | Суфле из рыбы                                                 | 50/20       | 9.7  | 4.6   | 2.4   | 90           | 0.19       | №360       |
| 3              | Картофель, запеченный со сметаной                             | 100         | 2     | 4.1   | 11.9 | 100.2        | 3          | №369/1     | Картофель, запеченный со сметаной                             | 120         | 2.5  | 4.9   | 14.3  | 120.4        | 3.6        | №369/1     |
| 4              | Компот из изюма                                               | 150         | 0.54  | 0     | 23.3 | 93           | 2.7        | №031       | Компот из изюма                                               | 180         | 0.54 | 0     | 28.2  | 111.6        | 3.2        | №031       |
| 5              | Хлеб ржаной                                                   | 30          | 1.95  | 0.38  | 10.1 | 52.2         | 0          | №563       | Хлеб ржаной                                                   | 40          | 2.6  | 0.5   | 13.4  | 69.6         | 0          | №563       |
| Полдник:       |                                                               |             |       |       |      |              |            |            |                                                               |             |      |       |       |              |            |            |
| 1              | Сырники творожные со сгущенным молоком                        | 80/15       | 15.09 | 10.77 | 16.9 | 224.7        | 0.34       | №581/1     | Сырники творожные со сгущенным молоком                        | 100/20      | 20.1 | 14.37 | 22.5  | 299.6        | 0.45       | №581/1     |
| 2              | Печенье *                                                     | 20          | 1.42  | 1.28  | 1.4  | 72.4         | 0          | №562       | Печенье *                                                     | 20          | 1.42 | 1.28  | 1.4   | 72.4         | 0          | №562       |
| 3              | Чай без сахара                                                | 180         | 0     | 0     | 0    | 0.15         | 0          | №004/1     | Чай без сахара                                                | 200         | 0    | 0     | 0     | 0.18         | 0          | №004/1     |
|                | Крупяное блюдо                                                | 100         |       |       |      |              |            |            | Крупяное блюдо                                                | 120         |      |       |       |              |            |            |
|                | продукт                                                       | 150         |       |       |      |              |            |            | продукт                                                       | 180         |      |       |       |              |            |            |
|                | Свежий фрукт                                                  | 100         |       |       |      |              |            |            | Свежий фрукт                                                  | 100         |      |       |       |              |            |            |
| Итого за день: |                                                               |             | 41.22 | 37.07 | 115  | 1192.5       | 16.23      | 0          | 0                                                             | 1440        | 49.6 | 44.21 | 142.9 | 1528.08      | 19.9       |            |

|  |        |  |       |       |      |         |       |   |   |       |     |       |      |       |     |  |
|--|--------|--|-------|-------|------|---------|-------|---|---|-------|-----|-------|------|-------|-----|--|
|  | ИТОГО: |  | 444.7 | 373.5 | 1663 | 12991.5 | 199.1 | 0 | 0 | 12428 | 554 | 455.1 | 2041 | 15710 | 238 |  |
|--|--------|--|-------|-------|------|---------|-------|---|---|-------|-----|-------|------|-------|-----|--|

1. Для приготовления первых, вторых блюд и гарниров используется йодированная соль.

2. При приготовлении напитков проводится витаминизация (аскорбиновая кислота)

3. Мясо птицы, мясо говядины используется охлажденное.

\* Возможна замена на печенье 25гр, технологическая карта № 562/1



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 01DD8FC34DEE430AA071670DC5ECA37A

Кем выдан: Казначейство России

Владелец: МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 32"

Действителен: с 14.12.2022 09:30:00 по 08.03.2024 09:30:00



















