

Согласовано:
Заведующая






Примерное цикличное 20-ти дневное диетическое меню для питания детей дошкольного возраста с 1,5 до 7 лет с 12-ти часовым пребыванием в дошкольном общеобразовательном учреждении

При составлении меню были использованы:

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных общеобразовательных учреждениях»
г.Пермь 2013г

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных и школьных общеобразовательных
учреждениях» г.Пермь 2018г

Разработано: технолог Тришканова Г.А.



Согласовано

_____ //

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2013	268	МАННАЯ КАША НА ВОДЕ (манная каша, вода питьевая)	150	3,8	6,6	7,1	103	0,4
2013	514	ЧАЙ С САХАРОМ (чай байховый, сахар песок, вода питьевая)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4
Итого			350	6,2	8,5	19,6	181	0,8
II Завтрак								
2018	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт сезонный)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2018	2	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ" (капуста свежая, морковь, яблоки мелко нарезанные, укропная зелень)	30	0,3	0,1	1,1	7	7,5
2013	119	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С БОЕВЫМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное)	150	6,6	5,5	13,4	130	5,8
2013	397	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (фарш куриный, яйцо, масло растительное)	70	2	4,6	6,2	75,4	1
2013	297	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ (картофель, соль, вода, масло растительное)	110	4,1	7,1	21	164,3	0
	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (орехи грецкие, сахар песок, вода питьевая)	160			16,6	66,5	0
2008	115	ХЛЕБ РУЖАНОЙ (сдоб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			570	15,5	17,8	71,3	511,2	14,3
Полдник								
2013	467	НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (орехи грецкие, сахар песок, вода питьевая)	150	3,2	2,7	8	69,1	0,8
	АКТ	КРЕКЕР	50	3,1	4,5	22,7	143,7	0
Итого			200	6,3	7,2	30,7	212,8	0,8
Ужин								
2013	274	КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа рисовая, сахар песок)	160	7,5	11,7	21,2	220,8	0,6
2013	459	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар)	200	0,2		10,2	43	0,7
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль поваренная йодированная)	3					0
Итого			403	7,7	11,7	31,4	263,8	1,3
Всего				38,4	48,1	165,8	1258,8	19,9

Заведующий А/С

Повар
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

И

МЕНЮ

Ясли 12 часов

2 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2013	273	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (пшено, сахар ваниль)	150	4,5	3,2	13,7	101,6 0,5
2013	480	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар ваниль, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54 0,2
Итого			310	5,8	4,2	23,6	155,6 0,7
II Завтрак							
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50 1,8
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50 1,8
Обед							
2012	акт	САЛАТ ИЗ МОРОЖИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,2		0,7	4 3
2013	92	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С ИНДЕЙКОЙ (свиная шкура, капуста, картофель, лук репчатый, морковь, лук зеленый, чеснок, растительное рафинированное, сахар ваниль, соевый соус, сметана, уксус)	150	3,6	5,9	11,8	115,8 5,1
2018	акт	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (говядина, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,6	5	8,8	95 0,1
2013	434	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (гречка, соль йодированная, вода)	110	4,8	5,3	20,5	149,8 7,5
2013	484	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар ваниль)	160	0,1	0,1	15,5	63,3 1,3
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68 0
Итого			540	14,8	16,8	70,3	495,9 14,2
Полдник							
2012	555	КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2 0
2018	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоко), сахар ваниль, вода минеральная)	170	4,9	4,3	6,8	85,9 0
Итого			200	6	6,4	27,4	192,1 0
Ужин							
2013	322	ГОРОХОВАЯ КАША (горох, вода, соль йодированная)	150/10	8	12,1	17,4	210,1 0,5
2013	516	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар ваниль, чай черный байховый)	200			15	60 0
2008	114	СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	40	2,6	0,3	18,6	105,9 0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоб ржаной)	3				
Итого			403	10,6	12,4	51	357,6 0,5
Всего				38,7	41,6	179,8	1251,2 17,2

Заведующий А/С
Полер

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

И

МЕНЮ

Ясли 12 часов

3 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	270	МЯСНИЦА (суп с картофелем, яйцом, сосисой)	150	2,5	3,7	13,5	97,3	0,4
2012	514	ЧАЙ С САХАРОМ (чай байховый, сахар)	160	2,4	1,0	12,5	78	0,4
Итого			350	4,9	5,6	26	175,3	0,8
II Завтрак								
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт сезонный)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2012	47	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соевые, лук репчатый, масло)	30	0,5	2,0	4,6	48,6	1,2
2008	135	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, суповой набор из овощей, вермишель)	150	3	3,3	14,4	100	5
2012	386	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ (картофель, морковь, лук, томатная паста, масло подсолнечное, вода, индейка)	120	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2
2012	485	ЧАЙ С САХАРОМ (чай байховый, сахар)	160	0,3	0,2	15,6	65	2,8
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			550	9,4	9,3	58,1	357,3	9,2
Полдник								
2012	467	КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (банан), сахар ваниль, вода кипяченая)	170	3,8	3,2	8,9	79,6	0,9
2008		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	4,9	5,3	29,5	185,8	0,9
Ужин								
2012	352	СУП. ПЮРЕ ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ (чечевица, морковь, сахар, вода, лук репчатый)	150	7,1	11	20	206,6	0,5
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар ваниль, чай байховый)	200	0,2		10,1	41	0
2008	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,4	0,4	24,3	114	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0
Итого			403	10,7	11,4	54,4	361,6	0,5
Всего				32,6	34,5	180,8	1170	14,1

Заведующий Д/С

Полн.
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

Ясли 12 часов

4 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
	АКТ	КАША "ЯНТАРНАЯ" БЕЗ МОЛОКА (каша, абрикос, сахар)	150	4,2	4	14,4	0,3
2012	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, лимон, чай черный байховый)	100	1,3	1	9,8	54
Итого			350	5,5	5	24,3	164,4
II Завтрак							
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктов)	100	1,5	1,8	7,5	50
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50
Обед							
2012	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста, морковь, лук репчатый, масло растительное, лимонный сок)	30	0,3	2,9	2,7	40
2008	149	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, лук порей, капуста белокочанная, горох, лук репчатый, морковь, лук репчатый, масло растительное, лимонный сок)	150	3,6	3,2	12,4	93,3
2012	АКТ	КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, соль, масло растительное)	50	3,1	2,4	10,2	75,7
2008	434	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (рис, морковь, масло растительное)	110	4,8	5,3	20,5	149,7
2008	483	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар, лимон, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68
Итого			550	15	14,5	74,1	501,7
Полдник							
2008	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки, сливы, вишня, вода питьевая)	150	4,1	3,7	6,8	78
2012	589	КРЕКЕР	50	4,4	5	27,9	175
Итого			200	8,5	8,7	34,7	253
Ужин							
2108	АКТ	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ (индейка, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное)	160	7,5	11,4	21,3	218,2
2012	459	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, лимон, чай черный байховый)	200	0,2		10,1	41
	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3				
Итого			400	10,3	11,7	50	346,7
Всего				40,8	41,7	190,6	1315,6



Заведующий А/С
Попов
Медицинский работник
Бугаева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

5 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2008	акт	КАША ТРЕУШКА* БЕЗ МОЛОКА (пюре рисовое, фрукты грушевый пюре, сахар ласк,	150	1,8	4	12,7	94	0,4
2013	497	ЧАЙ С САХАРОМ	160	2,4	1,9	12,5	78	0,3
Итого			310	4,2	5,9	25,2	172	0,7
II ЗВУЧЕ								
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт ласк)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2012	22	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь ласк, яблоко, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,3	1,4	1,1	19,2	1
2012	акт	КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП - ПЮРЕ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное ласк)	150	4	5,5	8,3	100	3,9
2012	412	КОТЛЕТА ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, масло подсолнечное)	50	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2
2013	388	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, лук, соль, морковь,	110	5,1	6,7	25,8	184	0
2018	акт	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоко, сахар ласк)	160			16,6	66,5	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			540	15	16,5	75	513,4	5,1
Полдник								
2018	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	170	3,8	3,2	8,9	79,6	0,5
2008		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	4,9	5,3	29,5	185,8	0,5
Ужин								
2012	акт	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, соль, томатный ласк)	50	2,7	5,7	0,9	66	0,1
2012	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ (картофель, вода, соль)	80	3,5	3,8	15	108,8	5,5
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар ласк, чай черный байкальский)	180	0,2		9,1	37	0
2008	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль, пищевая йодированная)	3					0
Итого			403	9	9,8	43,6	290,3	5,6
Всего				35,8	40,4	186,1	1260,5	14,6

Заведующий д/с

Повар
Медицинский работник
Бухгалтер

Ясли 12 часов

Заведующий д/с
Павар
Медицинский работник
Медсестра

Бүхтүгээр

Согласовано

II

МЕНЮ

Ясли 12 часов

7 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	274	КАША МАННАЯ БЕЗ МОЛОКА (манка, яйцо, соль, сахар)	150	4,4	3,8	12,6	102,2	0,5
2012	387	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар песок, вода питьевая)	160	1,3	1	9,9	54	0,3
Итого			350	5,7	4,8	22,5	156,2	0,8
II Завтрак								
2018	79	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Обед								
2018	66/428	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (гречка, вода, соль, масло подсолнечное)	30	0,5	1,4	2,7	27	4,3
2013	136	РАСОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соединенные, огурцы соленые, петрушка, укроп, майонез из магазина)	150	1,6	4,3	10,1	90	4
2012	АКТ	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ИНДЕЙКОЙ И ОВОЩАМИ (картофель, индейка, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	4,8	1,7	5,5	56,5	0,2
2018	528	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок)	160	0,3	0,2	15,6	67	2,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			540	9,7	8,1	46,9	308,5	11,3
Полдник								
2013	467	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (бананы), вода питьевая)	170	3,8	3,2	8,9	79,6	0,8
2018		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	4,9	5,3	29,5	185,8	0,8
Ужин								
2012	325	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (гречка, вода, соль, масло подсолнечное)	150/10	8,1	13	24,3	246,8	0,4
2008	458	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный (белый))	180	0,2		9,1	37	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0
Итого			403	10,9	13,3	52	371,3	0,4
Итого				44	33,3	136,4	1071,8	15,1

Заведующий д/с

Повар
Медицинский работник,
бухгалтер

Согласовано

№ _____

МЕНЮ

Ясли 12 часов

8 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	272	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (овсяная каша "Геркулес", сахар песка)	150	3	3	13,7	93,8	0,5
2012	460	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	160	1,3	1	9,9	54	0,2
Итого			350	4,3	4	23,6	147,8	0,7
II Завтрак								
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты сезонные)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОШНОЙ (картофель, морковь, капуста, лук, растительное, лимон масло растительное (рафинированное))	80	2,5	2,3	12,3	81	0,9
2012	147	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (картофель, капуста свежая, морковь, лук, растительное масло, подсолнечное	150	1,3	2,6	5,7	51,7	4
2008		ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, масло растительное)	40/30	6	6,3	0,9	84,9	0,2
2012	420	ПЛОДОВАЯ ПОРТОК ИЗ ПОРТОКА (портокалы, сахар, лимонный сок, специи)	80/30	2,6	4,4	27,3	159	22,1
2008	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сладкий чай, сушеные фрукты)	160			16,6	66,5	70,4
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			540	14,5	16,1	75,8	511,1	97,6
Полдник								
2012	483	КРЕКЕР	50	4,7	6,7	23,2	173	0,1
2008	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сладкий чай, сушеные фрукты)	150	4,2	3,8	6,8	78	1,1
Итого			200	8,9	10,5	30	251	1,2
Ужин								
2012	353	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С СОУСОМ (индейка, лук, растительное, масло подсолнечное (рафинированное))	40/20	4,9	8,7	8,5	132,5	0,3
2012	434	РИС ПРИПУШЕННЫЙ (рис, вода)	110	3,3	3,7	14,2	103,5	5,5
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сладкий чай, сахар, лимонный, чай черный байховый)	200	0,2		10,1	41	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	3					0
Итого			403	11	12,7	51,7	364,5	5,8
				41,4	46,2	193,9	1354,4	108



Заведующий АС
Попов

Исходящий рабочий
Бухгалтер

Согласовано

МЕНЮ

Ясли 12 часов

9 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая цен- ность, ккал		Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	296	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА (пюре рисовая, манка, вода кипяченая, соль, маргарин)	150	3,6	3,8	8,7	84,2	0,4
2012	314	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода кипяченая, чай горячий быстрый)	100	2,4	1,9	12,5	70	0,3
Итого			350	6,2	5,7	21,2	152,2	0,7
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ сок апельсиновый	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Обед								
2012	160	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ (капуста белокочанная, яблоко, морковь, лук репчатый, майонез)	150	3	3,3	14,4	100	4,6
2012	393	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПКОЙ (картофель, гречка, морковь, лук репчатый, майонез)	40/30	4	4,7	7,8	90	0,7
2012	297	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (фарш из индейки, майонез, картофельное пюре)	110	5,5	5,6	23,9	169,2	0
2012	484	КАША ГРЕЧНЕВО-ПЕРЛОВАЯ (пюре гречневая, пюре перловое)	180	0,5	0,2	15,3	75	1,3
2012	115	НАПИТОК ИЗ ШИТОВНИКА (сыроежки сушеные, чай, вода)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			500	15,8	15,7	75,5	521,4	7,7
Полдник								
2008	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	170	4,9	4,3	6,8	35,9	1,1
2012	472	КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	6	6,4	27,4	192,1	1,1
Ужин								
2018	АКТ	КОТЛЕТЫ "ВОСТОК" ИЗ ИНДЕЙКИ (фарш, лук репчатый, майонез, картофельное пюре)	50	3,6	4,9	8	90,9	0,2
2012	201	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар)	110	3,8	6,6	13	126,7	22,1
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода кипяченая, чай горячий быстрый)	200	0,2		10,1	41	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,3	18,6	87,5	0
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	3					0
Итого			403	10,2	11,8	49,7	346,1	22,3
Всего				39,7	41,4	151,3	1271,8	33,8

Заседующий д/с
Попова

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Ясли 12 часов

10 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак							
2013	170	КАША ИЗ ГЕРКУЛЕСА (геркулес, сахар, соль, вода)	150	3	4,8	16,3	0,3
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, песок, вода, лимонная, чай кармал бейшань)	160	1,3	1	9,9	0,2
Итого			350	4,3	5,8	26,2	0,5
II Завтрак							
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ фрукт салат	100	2,7	2,9	12,8	90
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90
Обед							
2018	56	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ (свекла, масло подсолнечное (рафинированное), чеснок)	30	0,5	3	4,9	4,3
2008	115	СУП ПОРЧЕ ИЗ РАДИКА ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, вода, лук-порей, суповой набор из овощей)	150	6,3	6	13,5	13,5
2012	304	ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (фасоль из индейки, курдюк рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное (рафинированное))	160	6,3	6,7	23,4	180
2012	398	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар, песок, вода, лимонная)	160	0,1	0,1	15,5	63,3
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68
Итого			540	15,7	16,3	70,3	494,9
Полдник							
2008	434	КРЕКЕР	170	3,8	3,2	8,9	79,6
2008		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар, песок, вода (лимонная))	30	0,8	1	22,5	103
Итого			200	4,6	4,2	31,4	182,6
Ужин							
	акт	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, майонез)	110	2,6	6,8	8,8	106,8
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, песок, вода, лимонная, чай кармал бейшань)	180	0,2		9,1	37
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	3				0
Итого			403	10,8	12,8	41,8	325,9
Всего				38,1	42	182,5	1267,4

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

11

МЕНЮ

Если 12 часов

11 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ (сметанная, вода кипяченая, соль йодированная, сахар песок)	150	3,8	6,6	7,1	103	0,4
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2
Итого			350	5,1	7,6	17	157	0,6
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2008	42	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАРИНОВАННЫМИ ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы маринованные, лук репчатый, масло растительное)	30	0,2		0,7	4	2,8
2012	76	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНЖАМИ (гороховый суп, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, специи набор из 10 шт.)	150	4,8	3,3	19,6	128	3,8
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, вода кипяченая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	40/30	2	4,6	6,2	75,4	1
2012	297	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, морковь, лук, соль, томатная паста)	110	4,1	7,1	21	164,3	0
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай байховый, сахар, вода)	160			16,6	66,5	0
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			570	13,6	15,5	77,1	506,2	7,6
Полдник								
2012	401	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник), сахар песок)	150	4,8	4,3	7,7	88,4	0
2008		КРЕКЕР	60	2,5	3,7	34,3	182	0
Итого			200	7,3	8	42	270,4	0
Ужин								
2018	503	КАША ГРЕЧЕВАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (греча, соль, масло подсолнечное)	140/10	7,3	10,7	20	204,8	0,5
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода кипяченая, чай черный байховый)	200	0,2		10,1	41	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,4	0,4	24,3	114	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	3				0	0
Итого			403	10,9	11,1	54,4	399,8	0,5
Всего				39,6	45,1	203,3	1383,4	11,4

Заведующий А/С

Полар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

//

МЕНЮ

Ясли 12 часов

12 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	273	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (каша, соевое водорослевое, сахар, масло)	150	4,5	3,2	13,7	101,6
2012	514	ЧАЙ С САХАРОМ (чай с сахаром)	100	2,4	1,9	12,5	78
Итого			350	6,9	5,1	26,2	179,6
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50
Обед							
2012	?	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ" (салатная заправка)	30	0,6	5	2	37
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ (суп, картофель, морковь, лук, растительное масло, подсолнечное рафинированное, морковь, лук, растительное масло, подсолнечное рафинированное, морковь, лук)	150	6,6	5,5	13,4	130
2018	АКТ	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЖКИ "ПЕТУШОК" (мясо, лук, чеснок, морковь, подсолнечное рафинированное, морковь, подсолнечное рафинированное, морковь, лук)	40/30	1,2	4,6	7,1	75,3
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ (картофель, бульон)	110	4,8	5,3	20,5	149,6
2012	372	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки, сахар)	160	0,1	0,1	15,5	63,3
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68
Итого			570	15,6	19	71,5	523,4
Полдник							
2008	434	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар, лимон)	170	3,8	3,2	8,9	79,6
2008		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2
Итого			200	4,9	5,3	29,5	185,8
Ужин							
2012	189	ГОРОХОВАЯ КАША С МАСЛОМ ПОДСОЛНЕЧНЫМ (горох, масло подсолнечное)	150/10	7,2	11,5	18	204,3
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сладкий чай, вода, лимон, чай, морозный байонский)	200	0,2		10,1	41
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	3				0
Итого			413	10	11,8	46,7	332,8
Всего			38,9	43	181,4	1271,6	22,25

Заведующий д/с
Полар

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	93	БИТОЧКИ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КАШИ С ПОВИДЛОМ	120/30	3	4,8	18,3	120,4	0,6
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	160	1,3	1	9,9	54	0,2
Итого				350	4,3	28,2	174,4	0,8
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого				100	2,7	12,8	90	2,7
Обед								
2018	АКТ	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	2,5	2,3	12,3	81	1,7
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	3,6	6,0	11,8	315,8	5,8
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ"	50	3,6	5	8,8	95	0,1
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	110	6,1	6,7	17,7	156	0,3
2012	372	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	160	0,3	0,2	15,6	65	2,8
115		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого				540	18,6	79,2	580,8	10,4
Полдник								
2012	483	КРЕКЕР	50	3,1	4,5	22,7	143,7	0
2012	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	4,3	3,8	6	75,7	0,4
Итого				200	7,4	28,7	219,4	0,4
Ужин								
2012	258	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ	50	4,8	4,3	3,7	72,7	0,3
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,6	6,8	8,8	106,8	6,6
2008	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15	60	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	18,6	87,5	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	3					0
Итого				403	10	46,1	327	6,9
Всего				43	49	193	1351,6	21,2



Засканируй А/С
Польз
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

И

МЕНЮ

Ясли 12 часов

14 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (кашечная смесь "Геркулес", сахар песок)	150	3	3	13,7	93,8	0,5
2012	397	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар песок, чай черный байховый)	100	2,4	1,9	12,5	78	0,3
Итого			340	5,4	4,9	26,2	171,8	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Обед								
2012	82	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоко, салат)	30	0,4	2,9	2,3	37	1,1
2012	147	ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, сметаной (жир 20% в жире))	150	1,3	2,6	5,7	51,7	3,7
2012	291	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, масло растительное)	40/20	8,1	4,9	20,8	160	0,5
2012	321	ПЮРЕ (картофель, вода, масло растительное)	110	2,3	4,8	15,5	114	7,5
2013	507	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки (зеленые, сахар песок))	160	0,1	0,1	15,5	63,3	0
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			540	11,8	17,5	57,8	438,2	14,5
Полдник								
2008	435	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки (зеленые, сахар песок))	170	4,9	4,2	11	107,1	1,2
2008		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	6	6,3	31,6	213,3	1,2
Ужин								
2012	312	МАСЛОМ (сметана, вода, масло растительное)	110/10	3,9	7,5	8,9	118,7	0
2012	336	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар песок, чай черный байховый)	160	3,3	3,7	9,2	83,3	22,1
2008	430	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	0,2		10,1	41	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль мелкая йодированная)	3					0
Итого			403	10	11,5	46,8	330,5	22,1
Всего				34,7	42	169,9	1203,8	40,4



Заведующий д/с
Полар
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Ясли 12 часов

15 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА (крупа рисовая, молоко, сахар песок, вода питьевая, соль белгородская)	150	3,8	3,8	8,7	84,2
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54
Итого			350	5,1	4,8	18,6	138,2
II Завтрак							
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	1,5	1,8	7,5	50
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50
Обед							
2018	66/428	САЛАТ ОВОЩНОЙ (карпач свежий, картофель, лук, морковь, масло растительное, сахар)	30	0,4	2,9	1,1	32,1
2018	АКТ	СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (суповой набор из мяса, картофеля, крупы гречневая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	150	3,9	4,3	14,7	113,1
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ (карпач индейки, морковь, картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука)	160	7,4	8,6	27	215
2012	398	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты - яблоки, сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75
Итого	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68
			540	14,7	16,5	71,1	503,2
Полдник							
2018	АКТ	КРЕКЕР	50	2,7	4,6	24	149
2012	400	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (напиток сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	3,2	2,7	8	69,1
Итого			200	5,9	7,3	32	218,1
Ужин							
2012	ВКТ	СУП-ПЮРЕ ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ (чечевица, картофель, соль, морковь, лук)	120	3,1	4,4	2,8	63,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,2		9,1	37
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5
Итого		СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ (соль мелкого помола белгородская)	3				0
			403	5,9	4,7	30,5	187,7
Всего				33,1	35,1	159,7	96,5

Заведующий д/с

Полпр
Медицинский работник
Бухгалтер

МЕНЮ

Ясли 12 часов

17 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая цен-ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа гречневая паровая, сахар песок)	150	2	2,1	17,8	98,1
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар песок, чай черный байховый)	100	1,3	1	9,9	54
Итого			350	3,3	3,1	27,7	152,1
II Завтрак							
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50
Обед							
2008	45	САЛАТ СВЕКЛА С ЧЕСНОКОМ	10	1,8	4,1	9	80,1
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ (картофель, морковь, лук, чеснок, капуста, суп)	150	3	3,3	14,4	99,3
2018	АКТ	БИТОНЧИ "ДЕТСКИЕ" (картофель, лук, морковь)	50	3,6	5	8,8	95
2018	АКТ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, морковь, лук, картофель, томатная паста)	110	3,3	3,7	9,2	83,3
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (черника, смородина, сахар песок)	160			16,6	66,5
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68
Итого			540	14,2	16,6	71	492,2
Полдник							
2012	400	НАПИТОК ИЗ ШИТОВНИКА (шиповник, сахар песок)	170	3,2	2,7	8	69,1
2012		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2
Итого			200	4,3	4,8	28,6	175,3
Ужин							
2012	353	КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, масло растительное, мука)	70	2,4	6,1	4,8	83,7
2008	429	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, морковь, масло сливочное)	110	4,8	5,3	14,2	123,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,2		9,2	38
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль поваренная йодированная)	3				
Итого			403	10	11,7	46,8	332,9
Всего				33,3	38	181,6	1202,5

Заведующий д/с

Павлов

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

МЕНЮ

Ясли 12 часов

18 день

Сбор- ник техн. реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- водь, г		
Завтрак								
2012	84	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (порошок, сахар, соль, ваниль, масло "Маруся")	150	4,4	3,8	12,6	102,2	0,6
2012	395	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, соль)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4
Итого			320	8,6	5,7	25,1	180,2	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Итого			100	1,5	1,8	7,5	50	1,8
Обед								
2012	акт	САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК" (картофель, морковь, капуста консервированная, масло подсолнечное (рафинированное))	30	0,5	1,4	2,7	27	1,2
2008	05	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста, лук, масло растительное, морковь, петрушка)	160	2,6	1,8	10,8	80,4	0,6
2018	акт	КНЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, картофель, морковь, лук, масло растительное, майонез)	50	3,9	7,5	8,9	118,7	0,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, масло подсолнечное, соль)	110	4,8	5,3	20,5	148,9	7,5
2012	398	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар, вода, лимонная кислота)	160	0,5	0,2	15,3	75	70,4
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			540	14,7	16,3	71	504,4	84,3
Полдник								
2013	569	КРЕКЕР	50	4,3	4,1	20,4	136	0
2008	435	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА (шиповник, сахар, лимонная кислота, вода)	150	4,3	3,7	8,6	90	1
Итого			200	8,6	7,8	30,2	226	1
Ужин								
2012	235	ГРОХОВАЯ КАША С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (горох, вода, соль, сахар)	150/10	8	12,1	17,4	210,1	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, соль)	200	0,2		10,1	41	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,3	18,6	87,5	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	3					0
Итого			413	10,8	12,4	46,6	338,6	0,2
Всего			42,4	44	180,4	1269,2	84,3	84,3

Заведующий д/с
Позор

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Ясли 12 часов

19 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа пшеничная перловка, вода кипяток, сахар песок)	150	2,5	3,7	13,5	97,3	0,4
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода кипяток, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2
Итого			350	3,8	4,7	23,4	151,3	0,6
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт сезонный)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2012	56	ВИНЕГРЕТ (салата, морковь, лук, картофель, соль, масло растительное)	30	0,3	1,4	1,1	19,2	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло)	150	1,3	2,6	5,7	51,7	6,4
2008	331	ПЛОВ С ИНДЕЙКОЙ (рис, индейка, морковь, лук, масло подсолнечное)	110	4,1	7,1	21	164,3	0
		ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода кипяток, чай черный байховый)	160	0,5	0,2	15,3	75	0
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			570	13,5	13,5	61,6	434,7	7,5
Полдник								
2012	401	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (напиток шиповник, сахар песок)	170	4,9	4,3	6,8	85,9	0,5
2008		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	6	6,3	27,4	192,1	0,5
Ужин								
2012	акт	КАША ГРЕЧЕВАЯ (гречка, вода, соль)	150	3	1,1	20,6	104,3	0,3
2012	307	КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук репчатый, соль, рис, масло подсолнечное)	50	7,3	10,7	20	204,8	7,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар)	200	0,2		10,2	41,6	0,8
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	3					0
Итого			403	10,5	11,8	50,8	350,7	8,4
Всего			36,5	36,2	176	1218,8	19,7	

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Ясли 12 часов

20 день

Сбор- ник ре- ше- ний	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичная ценность, ккал	Вита- мин С, мг
п/п				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	230	КАША МАННАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа манная, сахар)	150	2,4	1,3	15,9	84,9	0,6
2012	305	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4
Итого			350	4,8	3,2	28,4	162,9	1
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты сезонные)	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Итого			100	2,7	2,9	12,8	90	2,7
Обед								
2008	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, морковь, лук, растительное масло, соль, перец)	80	0,5	2,9	2,7	40	7,4
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, бобы, лук, морковь, капуста, растительное масло, соль, перец)	150	4,8	3,3	19,6	128	3,1
2012	306	БЛЮДЧИКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, морковь, растительное масло, соль, перец)	50	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук, морковь, растительное масло, соль, перец)	110	2,6	6,8	8,8	106,8	6,6
2012	528	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар, вода, лимонная кислота)	160	0,5	0,2	15,3	75	2,8
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (ржаная мука, вода, соль)	40	2,5	0,5	13	68	0
Итого			540	14	16,1	69,6	493,5	20,1
Полдник								
2012	400	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар)	170	3,8	3,2	8,9	79,6	0,9
2008		КРЕКЕР	30	1,1	2,1	20,6	106,2	0
Итого			200	4,9	5,3	29,5	185,8	0,9
Ужин								
2012	257	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, морковь, растительное масло, соль, перец)	40	5,8	6,5	15	141,7	0,3
2013	274	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА (крупа рисовая, крупа пшеничная, сахар)	150	3,8	3,8	8,7	84,2	0,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, лимонная кислота)	200	0,2		10,1	41	0
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль, йод)	3					0
Итого			403	10,5	11,8	50,7	350,8	0,5
Всего				36,9	39,3	191	1263	25,2

Заведующий д/с
Поар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2013	268	МАННАЯ КАША НА ВОДЕ (крупа манная, вода питьевая, сахар песок)	180	4,7	3,3	21,7	98,8	0
2013	514	ЧАЙ С САХАРОМ (чай байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,2	1,1	14,7	58,8	0
Итого			400	4,9	4,4	36,4	157,6	0
II Завтрак								
2013	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт сезонный)	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
Итого			130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
Обед								
2018	2	САЛАТ "САУРАБИНИНГО" (карпаччо: сельдь, морковь, яблоко, майонез растительный, лимонная кислота)	50	1,8	2,6	4,75	45,9	1,3
2013	119	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное)	180	2,9	4	13,5	82,6	4,8
2013	397	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка филе, картофель, масло растительное)	70	13,3	15,89	2,68	206,37	0
2013	297	КАРТОВЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, соль, вода, масло растительное)	130	5,9	3,7	37,7	181	0
АКТ		НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	1,9	2	19,4	77,4	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	2,5	0,5	13,5	67,5	0
Итого			660	28,1	28,99	91,53	660,77	17,8
Полдник								
2013	467	НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	2	1,5	21,5	85,9	0
АКТ		КРЕКЕР (крекеры)	50	1	2	5,5	50	0
Итого			250	3	3,5	27	135,9	0
Ужин								
2012	274	КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок)	200	4,9	2,4	32,6	145,7	0
2013	459	ЧАЙ С САХАРОМ (чай байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,2	1,1	15,5	65,9	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5	0	0	0	0	0
Итого			455	5,1	3,5	48,1	211,6	0
			41,6	40,6	215,33	1224,87	23	0

Заведующий А/С

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

И

8'6

МЕНЮ

Сад 12 часов

2 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен-ность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2013	273	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (пшеница, вода, сахар песок)	180	5	2,4	19,1	91,8	0
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода)	180	0,2	1,1	15,9	58,8	0,2
Итого			360	5,2	3,5	34,6	150,6	0,2
II Завтрак								
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктов)	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63	2
Обед								
2012	427	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоко, масло подсолнечное)	50	1	4,5	3,7	40,6	1,4
2018	92	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С ИНДЕЙКОЙ (свиная шкура, капуста, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатное пюре, соль, уксус)	180	1,4	3,6	8,8	74,3	6,1
2018	427	КОТЛЕТА ДЕТСКАЯ (говядина, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	3,8	5	9,5	89,7	0,2
2013	434	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (гречка, соль, вода)	130	4	1,1	17,8	96,5	0
2013	484	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок)	180	1,1	2,1	23,1	94	1,4
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого			660	14,5	16,9	79,1	479,1	9,1
Полдник								
2012		КРЕКЕР	50	1	2	5,5	50	0
2018	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоко, слива, вишня, малина))	200	1,9	1,5	21,5	85,9	0
Итого			250	2,9	3,5	27	135,9	0
Ужин								
2013	322	ГОРХОВАЯ КАША (горох, вода, соль, вода)	170/10	2	1,7	7,3	29	0
2013	516	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода)	200	0,2	1,1	15,5	65,9	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5	0	0	0	0	0
2008	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,9	0,4	26,3	132,4	0
Итого			455	6,1	3,2	51,1	227,3	0
Всего			34	29,3	201,3	1055,9	11,3	

Заведующий АС

Полар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

3 день

Сбор- ник техн. реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	270	КАША ПЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКОКРЕМОВАЯ	100	5,2	3,6	26,4	150,3	0,5
2012	514	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого			400	5,4	4,7	41,9	215,8	0
II Завтрак								
79		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117	3
Обед								
2012	47	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	2,8	5,5	8,2	81	2
2008	135	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	180	3,6	4,9	17,3	120	4,8
2012	386	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ИНДЕЙКОЙ	150	2,3	3,3	20	112,3	8,9
2012	485	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,1	1,1	23,1	94	1,4
115		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			660	10,8	14,8	68,6	507,3	17,1
Полдник								
2012	467	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	1,9	2	21,5	85,9	0
2008		КРЕКЕР	50	1	2	5,5	50	0
Итого			250	2,9	4	27	135,9	0
Ужин								
2012	ВКТ	СУП- ПОРЕ ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ	180	7	4	14,5	90	0,1
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0
2008	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ	5					0
Итого			435	10,2	5,7	46,2	255,5	0,4
Всего			36,2	33,6	216,5	1226	17,7	

Заведующий АС
Повар
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

4 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2018	АКТ	КАША "ЯНТАРНАЯ" БЕЗ МОЛОКА (каша, яблоко, сахар)	180	6,1	2,1	31,3	152,3	1,1
2012	400	ЧАЙ С САХАРОМ (старый молоко, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого			460	6,3	3,2	46,8	217,8	1,1
II Завтрак								
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63	2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (репчатая морковь, капуста, лук репчатый, масло растительное)	50	1,9	4,9	6	67	7,7
2008	149	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (карт. картофель, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, репчатый лук, суповой набор из мясных, вода)	180	6,3	5	14,9	112	4,1
2012	290	КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, соль, масло растительное)	50	9,3	7,8	14,3	134,3	6,6
2008	434	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (рис, морковь)	130	5,7	6,3	24,3	177	8,8
2008	493	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (каплевидный сушеный, старый молоко, вода питьевая)	180	1,6	1,3	17,1	84	79,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			650	24,8	25,3	61,7	562,3	23,1
Полдник								
2008	466	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблочко), сахар, молоко, вода питьевая)	200	0,6	1,3	20,2	98,1	88
2012	599	КРЕКЕР	50	1	2	5,5	50	0
Итого			250	1,6	1,5	25,7	148,1	88
Ужин								
2108	акт	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ (индейка, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное)	200	10,7	12,5	25,3	257,5	13
2012	459	ЧАЙ С САХАРОМ (старый молоко, чай черный байховый)	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0
114		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5					
Итого			460	13,9	14,2	57	423	13
Всего			53	48,8	231,8	1526,2	210,3	

Заведующий д/с

Павл

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Сад 12 часов

5 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	АКТ	КАША "ТРЯБУШКА" БЕЗ МОЛОКА (пюре рисовое, мука пшеница высшего сорта, сахар, масло, соль)	180	2,8	2,6	23,8	11,6	0
2013	497	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого			400	3	3,7	39,3	77,1	0
II Завтрак								
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт ассорти)	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117	3
Обед								
2012	22	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь свежая, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)	50	1,5	2,4	3	32	3,3
2012	АКТ	КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП - ПЮРЕ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, корень	170	5	2,3	12,3	62,6	3,7
2012	412	КОТЛЕТА ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, масло подсолнечное)	70	9,4	11,7	14,4	199,8	0,3
2013	388	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, морковь, лук, масло подсолнечное)	150	3,5	2,2	15,1	77,9	31,9
2018	АКТ	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар, лимон)	180	2	2	18,7	74,8	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			650	24,6	20,6	63,5	547,1	38,9
Полдник								
2018	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки, сливы), сахар)	200	5,6	4,9	18,7	104,8	1
2008		КРЕКЕР	50	1	1	5,5	50	0
Итого			250	6,6	5,9	24,2	154,8	1
Ужин								
2012	АКТ	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, морковь, лук, картофель)	70	2	4	6,5	27,75	0,4
2012	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ (картофель, вода, соль)	100	3,5	1,3	13,5	63,7	6,8
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар, лимон)	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
2008	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5	0	0	0	0	0
Итого			455	8,7	7	81,7	256,95	7,2
Всего			47	39,09	211,72	1253	90,4	

Заведующий АЭС

Полн.
Инженерский работник

Бухгалтер

Согласовано

И

МЕНЮ

Сад 12 часов

6 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
2012	274	КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (свар по рецепту, порция 180г)	180	6,8	6,5	29,2	195	0,6
2012	460	ЧАЙ С САХАРОМ (свар по рецепту, порция 180г)	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого			400	7	7,6	44,7	260,5	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63	2
Полдник								
2018	акт	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста, лук зеленый, яйца свар, масло подсолнечное)	50	1,9	4,9	4,6	67	7,7
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ИНДЕЙКОЙ (свекла, капуста, масло подсолнечное, морковь, лук репчатый, яйца вареные, соус из майонеза,)	180	5	7,5	12,9	135	5
2012	акт	ЖАРКОЕ ИЗ МЯСА ИНДЕЙКИ (мясо индейки, лук репчатый, масло подсолнечное, морковь, томаты, листья, майонез)	200	10,7	12,5	25,3	257,5	13
2012	398	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар песок)	180	2,6	1,3	17,9	84	79,2
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			690	23,4	26,2	60,7	643,5	104,9
Ужин								
2012	467	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты яблок, сахар песок, вода питьевая)	200	1,9	1	21,5	85,9	0
2008	акт	КРЕКЕР	50	1	1	5,5	50	0
Итого			250	2,9	2	27	135,9	0
Ужин								
2012	307	ГОРОХОВАЯ КАША С МАСЛОМ ПОДСОЛНЕЧНЫМ (горох, вода, масло подсолнечное, соль йодированная)	150/10	0	2	10,4	25,9	0
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (свар по рецепту, порция 180г)	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0
2013	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16	100	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	5	0	0	0	0	0
Итого			455	3,4	3,7	41,9	195,4	0
Всего				38,6	42,5	192,7	1298,3	107,5



Заведующий д/с
Позор

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

7 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	170	КАША МАННАЯ БЕЗ МОЛОКА (манка, вода, соль, сахар)	180	4,7	2,3	21,7	98,8	0
2012	397	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, молоко, вода)	180	0,2	1,7	15,5	65,5	0
Итого			400	4,9	3,4	37,2	164,3	0
II Завтрак								
2018	79	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктов)	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63	2
Обед								
2018	акт	САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК" (картофель, морковь, лук, растительное масло, подсолнечное, майонез)	50	2,9	2,4	6,2	45	7,1
2013	97	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, морковь, лук, растительное масло, подсолнечное, уксус, соль, перец, петрушка, укроп, сельдерей)	180	4	5,2	12,2	108	4,9
2012	395	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ИНДЕЙКОЙ И ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук, растительное масло, подсолнечное, майонез)	180	8,2	4,8	13,4	116	0
2018	528	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар, вода)	180	0,1	1,1	23,1	94	1,4
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			640	15,2	13,5	54,9	463	13,4
Полдник								
2013	467	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки, сливы, малина, вишня, изюм, курага))	200	5,6	4,9	9,3	104,8	1
2018		КРЕКЕР	50	1	2	5,5	50	0
Итого			250	6,6	6,9	14,8	154,8	1
Ужин								
2012	325	КАША ГРЕЧЕВАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (гречка, вода, соль, масло подсолнечное)	180/10	5,9	11,2	24,8	221,1	0
2008	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, молоко, вода)	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5	0	0	0	0	0
Итого			435	9,1	12,9	56,5	386,6	0
Всего			1875	41,1	39,5	185,1	1231,7	16,4

Заведующий д/с

Полн

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Сад 12 часов

8 день

Сбор- ник тех- реце- птур	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая состав		Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ккал	
Завтрак								
2012	247	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (каштановая каша "Геркулес", сахар (сахар))	180	5,2	2,6	28,4	150,3	0,5
в/к	507	ЧАЙ С САХАРОМ (чай (черный), сахар (сахар))	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого			400	5,4	3,7	41,9	215,8	0,5
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты (яблоки))	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117	3
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы, капуста, лук, растительное масло (растительное (рафинированное)))	50	1,8	5	8,2	81	2
2012	147	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (картофель, капуста (свежая), морковь, лук (лук), масло (подсолнечное (рафинированное), сметана (сбор (кислород)))	180	3,6	3,1	10	62	8,9
2008		ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (картофель, масло растительное)	50/30	6,8	7,2	12,2	132	9,8
2012	434	ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ-МОСКОВЬ (картофель, морковь)	90/40	5	5,2	32,2	188	6,2
2008	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (листья мяты, сушеные фрукты)	180	1,9	2	18,7	74,8	0
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб (ржаной))	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			660	19,1	22,5	81,3	637,8	20,7
Полдник								
2012	483	ИРКЕР	50	1	2	5,5	50	0
2008	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (листья мяты, сушеные фрукты)	200	1,9	2	21,5	85,9	0
Итого			250	2,9	4	27	135,9	0
Ужин								
2012	353	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С СОУСОМ (картофель, лук (лук), морковь, масло (подсолнечное (рафинированное)))	50/20	11	11,6	5,6	171,4	0,3
2012	420	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (рис, вода)	130	3,9	4,4	16,8	122,4	6,2
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай (черный), сахар (сахар), чай (черный (белый)))	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб (ржаной))	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль (йодированная (рафинированная)))	5	0	0	0	0	0
Итого			455	18,1	17,7	54,1	409,3	6,5
Всего				82,4	82,3	237,1	1468,8	36,8

Заведующий А/С
Попов

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

9 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2008	266	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА (пшеница, рисовая, манка, вода, масло, соль, сахарозаменитель)	180	2,6	5,5	17,8	209	0,5
2012	514	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, лимонный сок, корица)	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого			400	2,8	6,6	33,3	274,5	0,5
II Завтрак								
		СОК (сок фруктов)	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2012	207	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ (капуста, яблоко, морковь, лук, растительное масло, соль, сахарозаменитель)	50	1,7	3,0	3,3	53	1,7
2008	160	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПКОЙ (картофель, гречка, морковь, лук, растительное масло, соль, сахарозаменитель, специи)	180	3,9	4,9	12,3	125	5,8
2012	393	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (фасоль из индейки, масло, картофельное пюре, морковь, лук, растительное масло, соль, сахарозаменитель)	50/30	10	16,8	11,6	226	1
2012	434	КАША ГРЕЧЕВО-ПЕРЛОВАЯ (гречка, перловка, вода, масло, соль, сахарозаменитель)	130	6,8	5,3	30,3	167	0
2012	488	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахарный сироп, вода)	180	0,1	2,1	16,5	69	1,4
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого			690	25,7	33,6	90,2	759	9,9
Полдник								
2008	468	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	4	3	6	96	1,4
2012		КРЕКЕР	50	1	2	5,5	50	0
Итого			250	5	5	11,5	146	1,4
Ужин								
2018	АКТ	КОТЛЕТЫ "ВОСТОК" ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, растительное масло, специи)	70	7,4	7,6	12	130	0,2
2012	428	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (кабачок, болгарский перец, лук, растительное масло, специи)	130	5,1	4,9	13,2	111	26,1
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, лимонный сок, корица)	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5					0
Итого			455	15,9	14,2	56,9	406,5	26,3
Всего			50,8	59,8	201,4	163,2	42,1	

Заведующий д/с
Полар
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

10 день

004 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2013	170	КАША ИЗ ГЕРКУЛЕСА (геркулес, сахар, соль, вода)	180	7,9	1,1	70,8	324,4	0
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, лимонная, чай черный байховый)	180	0,2	1,1	15,5	65,5	0
Итого				400	8,1	2,2	389,9	0
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт сахарный)	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого				130	3,5	3,8	117	3
Обед								
2018	56	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, чеснок)	50	2,8	5	17,4	81	1,9
2008	115	СУП ПОРОВ С ГАРНИТОМ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, вода, лук-порей, зеленый набор на гарнир)	180	7,6	7,3	16,2	162	5,4
2012	304	ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (фасоль из индейки, вода, рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	7,9	8,4	29,2	225	0,8
2012	538	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар песок, вода питьевая)	180	2,1	2,1	23,1	94	1,4
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
Итого				660	23,6	23,4	662	9,5
Полдник								
2008		КРЕКЕР	50	1	2	5,5	50	0
2008	434	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (банан), сахар песок, вода питьевая)	200	1,9	2	21,5	85,9	0
Итого				250	2,9	4	135,9	0
Ужин								
2018	170	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, индейка)	150	2	8,1	20,9	168,9	12,4
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, лимонная, чай черный байховый)	200	0,2	1,1	15,5	65,5	0,2
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	100	0
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	5					0
Итого				478	5,4	9,8	334,4	12,6
Всего				1408	51,7	289,5	1762,5	25,1

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Сад 12 часов

11 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	268	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ (пшеница, вода, молоко, соль, сахарозаменитель, сливочное масло)	180	5,5	6,2	27,9	189	0,5
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахарозаменитель, вода)	180	1,5	1,1	11,2	51	0,2
Итого			400	7	7,3	39,1	250	0,7
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ яблоко	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117	3
Обед								
2008	42	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАРИНОВАННЫМИ ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы маринованные, лук, растительное, масло растительное)	50	0,4		1,2	7	5
2012	76	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕЧКАМИ (горох, лук, морковь, картофель, капуста, растительное, соль, сахарозаменитель, сливочное масло)	180	7,9	6	17,1	154	4
2012	288	ОРИШАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, вода, картофель, лук, растительное, масло подсолнечное, репчатый лук, чеснок, растительное)	50/30	2,4	5,4	7,3	88	0,4
2012	297	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, морковь, лук, соль, растительное)	130	4,9	8,4	31,1	220	0
2018	акт	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахарозаменитель, вода)	180			18,7	74,8	0
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого			690	18,8	20,4	91,6	627,8	9,4
Полдник								
2018	акт	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахарозаменитель, вода)	180	5,6	5	9,1	104	0,6
2008		КРЕКЕР	50	2,5	3,7	34,3	182	0
Итого			250	8,1	8,7	43,4	286	0,6
Ужин								
2013	307	КАША ГРЕЧЕВАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (гречка, соль, масло подсолнечное)	180/10	9,7	14,2	26,6	273	0,5
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахарозаменитель, вода, молоко, чай карый байрачный)	200	0,2		10,1	41	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,9	0,4	28,3	132,4	0
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	5					0
Итого			435	13,8	14,6	65	446,4	0,5
Всего				51,2	54,8	255,7	1727,2	14,2

Заседующий д/с
Павлов
Машинский работник
Бухгалтер

Согласовано

МЕНЮ

Сад 12 часов

12 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность	
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2008	273	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (пшеница, вода, варенная, сахар, соль)	180	6,8	7	33,4	225	0,5
2012	514	ЧАЙ С САХАРОМ ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,7	2,2	14,1	87	0,4
Итого				370	9,5	47,5	312	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ Яблочный	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого				130	1,9	2,2	63	2
Обед								
2012	2	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ" (карпачо свеклы, яблока, сельдерея, масло подсолнечное рафинированное, лимонный сок, соль)	50	0,6	2,5	3,3	30	5,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ (картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода, петрушка)	180	7,8	6,6	16,1	156	7,1
2018	АКТ	ТЕФЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ "ЧЕТИШОК" (индейка, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста)	50/30	1,4	5,3	8,1	86	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ (картофель, вода)	130	5,7	6,3	24,3	177	8,8
2012	372	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки), сахар)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (сдоб, ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого				890	18,8	51,1	636	23,5
Полдник								
2008	434	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар, сок)	200	5,6	4,9	9,3	104,8	1
2008		КРЕКЕР	50	1,8	3,5	34,3	177	0
Итого				250	7,4	43,6	281,8	1,1
Ужин								
2012	189	ГОРОХОВАЯ КАША С МАСЛОМ ПОДСОЛНЕЧНЫМ (горох, масло подсолнечное)	180/10	9,4	15,2	28,4	289	0,4
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода, лимонный сок, черный байховый)	200	0,2		10,1	41	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,9	0,4	28,3	132,4	0
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5					0
Итого				435	13,5	66,8	461,4	0,4
Всего				1455	51,1	258,5	1754,2	27,9

Заведующий д/с
Позор

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

МЕНЮ

Сад 12 часов

13 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак								
2012	83	БИТОЧКИ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КАШИ С ПОВИДЛОМ	150/30	5,2	4,8	17,1	132	0,6
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (чай: лопоч., чай: черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2
Итого			360	6,7	5,9	28,3	193	0,8
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт: яблоко)	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117	3
Обед								
2018	66/428	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	2,3	3,8	25,0	134	
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (капуста, капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, свекла, чеснок, лук репчатый, сметана, томатная паста, лимонный сок)	180	4,4	7,1	9,7	121	6,4
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДИЕТСКАЯ" (филе свин., лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	2,2	3,5	11,9	89	0,3
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (гречка, гречневая каша, вода, соль)	130	5,5	5	20,2	148	0,3
2012	372	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок)	180	0,3	0,2	17,6	75	3,2
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб: ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого			660	19,9	20,2	96,1	652	13,2
Полдник								
2012	483	КРЕКЕР	50	4	6	26	174	0
2012	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок)	200	5,8	5	8	101	0,6
Итого			250	9,8	11	34	275	0,6
Ужин								
2012	258	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук репчатый, масло подсолнечное)	70	6,5	6,4	1,3	88,8	0,5
2018	АКТ	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь)	130	3,1	8,1	20,9	168,9	12,4
2008	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15	60	0
2018	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб: ржаной)	50	3,9	0,4	28,3	132,4	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль: мелкая йодированная)	5					0
Итого			455	13,5	14,9	65,5	450,1	8,3
Всего				53,4	55,8	240,5	1687,1	25,9

Заведующий д/с

Попов

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Сад 12 часов

14 день

Сбор- ник тех. карты тур	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав (среднее значение)			Энергетическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (кашечная хлопья "Геркулес", сахар песок)	180	6,3	7,8	25,9	200	0,6
2012	397	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5
Итого			360	9	10	40	287	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63	2
Обед								
2012	80	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,7	4,0	4	60	1,9
2012	80	ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, суповой набор из курицы)	180	1,6	3,1	6,8	62	8,9
2012	291	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (картофель, масло растительное)	40/20	8,1	4,9	20,8	160	0,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, масло растительное)	130	2,3	4,8	15,5	114	7,5
2013	488	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого			660	15	23	76,7	574,7	27,2
Полдник								
2008	435	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар песок)	200	5,8	5	13	126	1,4
2008		КРЕКЕР	50	1,8	3,5	34,3	177	0
Итого			250	7,6	8,5	47,3	303	1,4
Ужин								
2012	336	КАША ГРЕЧЕВАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (гречка, вода, масло подсолнечное)	140/10	3,9	7,4	22,3	171,4	26,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,2		10,1	41	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,9	0,4	28,3	132,4	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	5				0	0
Итого			455	13,3	15	55,3	449,2	26,1
Всего				45,8	58,7	238,8	1678,9	56,8

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

И

МЕНЮ

Сад 12 часов

15 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
Завтрак				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
2008	190	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА (пшеница, рисовая, овсяная, сахар, вода, соль, специи, масло растительное)	180	5,4	6,4	30,4	202
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, вода, соль, специи, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61
Итого			400	6,9	7,5	41,6	263
II Завтрак							
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	130	1,9	2,2	9,5	63
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63
Обед							
2018	1	САЛАТ ОВОЩНОЙ (помидоры, огурцы, лук, морковь, масло растительное, сахар)	50	0,6	4,9	6,8	73,7
2018	АКТ	СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (суповой набор из овощей, картофеля, лука, грибов, моркови, лука, растительного масла, растительного жира)	180	7,1	7,1	21	176,3
2008	373	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ (картофель, морковь, лук, растительное масло, растительный жир, специи, соус томатный)	200	7,3	8,8	30,2	229,2
2012	398	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты - смесь, сахар, вода, лимонная кислота)	180	0,6	0,3	17,1	84
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84
Итого			660	16,8	21,7	91,3	647,2
Полдник							
2018	АКТ	КРЕКЕР	50	2,7	4,6	24	149
2012	400	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар, вода, лимонная кислота)	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого			250	8,3	9,5	33,3	253,8
Ужин							
2018	АКТ	СУП-ПОРЕ ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ (чечевица, картофель, лук, морковь, лук)	150	4,6	6,4	3,7	90,8
2008	503	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, вода, соль, специи, чай черный байховый)	200	0,2		10,1	41
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,9	0,4	28,3	132,4
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль иодированная)	5				0
Итого			455	13,6	15,2	73,2	484,2
Всего			44,6	47,7	217,8	1491,2	110,6

Заведующий д/с

Полр
Медицинский работник
Бухгалтер



Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		энерге- тиче- ская цен- ность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	
Завтрак						
2012	415	КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа рисовая, сахар песок)	180	4,8	6,5	29
2008	433	ЧАЙ С САХАРОМ (чай зеленый, сахар песок, чай черный байховый)	180	2,7	2,2	14,1
Итого			400	7,5	8,7	43,1
II Завтрак						
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт яблоко)	130	3,5	3,8	16,6
Итого			130	3,5	3,8	16,6
Обед						
2018	21	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ (морковь, сахар, масло растительное)	50	0,4		1,2
2012	128	СОУПЫ (картофель, капуста, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из моркови)	180	4,9	9,6	19,7
2013	412	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	4,4	3,4	14,3
2012	204	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (гречка, соль)	130	4,9	8,4	31,1
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,1
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (соль разный)	50	3,2	0,6	16,2
Итого			690	17,9	22,1	105,6
Полдник						
2012	469	КРЕКЕР	50	2,5	5,7	20,9
2012	401	ЧАЙ С САХАРОМ (чай белый, сахар)	200	5,6	5	9,1
Итого			250	8,1	10,7	30
Ужин						
2013	159	БРАУНШВЕЙГЕР (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	80	4,8	7,8	4,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, масло)	130	4,5	6,8	20,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай зеленый, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,2		10,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (соль разный)	40	3,9	0,4	28,3
		СОЛЬ МОДИФИЦИРОВАННАЯ (соль экстракт йодированная)	5			
Итого			455	13,4	15	63
Итого						
				50,4	60,3	258
						1767,4
						16,3

Заведующий д/с
Повар
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

17 день

Сбор- ник техн. реце- птур	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен-ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	414	КАША ГРЕЧЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА (гречка гречневая вареная, сахар песок)	180	7,9	7,3	33,3	231	0,5
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода кипяченая, чай черный (бланшированный))	100	1,9	1,1	11,2	61	0,2
Итого			400	9,4	8,4	44,5	292	0,7
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	130	1,9	2,2	9,5	63	2
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63	2
Обед								
2008	45	САЛАТ СВЕКЛА С ЧЕСНОКОМ	50	3	5,9	16,6	100,8	2,7
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПЮЙ (гречка, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста)	180	3,6	4	17,3	119,6	4,8
2018	АКТ	ВИТОНЧИ "ДЕТСКИЕ" (картофель, лук репчатый)	70	5,1	7	12,3	133	0,3
2018	АКТ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста)	130	4	4,3	22,4	144,3	22,9
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки, сахар песок))	180			8,7	35	0
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого			660	18,9	21,1	92,4	635,9	30,7
Полдник								
2012	400	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок)	200	5,6	4,9	9,3	104,8	1
2012	483	КРЕКЕР	50	1,8	3,5	34,3	177	0
Итого			250	7,4	8,4	43,6	281,8	1
Ужин								
2012	353	КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук, масло растительное, мука)	80	3,8	8	1,5	93,2	0,5
2013	429	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель вареный, масло сливочное)	130	5,7	6,3	24,3	177	4,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар песок, чай черный (бланшированный))	200	0,2		10,1	41	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,9	0,4	28,3	132,4	0
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль йодированная)	5					0
Итого			465	13,6	14,7	64,3	445,6	0,5
Всего				51,2	54,8	254,3	1718,3	48,8

Заведующий д/с

Попов

Медицинский работник

Бухгалтер

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тичная цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2012	94	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА (пшеница, сахар, соль, специи, масло "Барнаульское")	180	4,4	4,7	15	119
2012	395	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, соль)	180	2,7	2,2	14,1	37
Итого			400	7,1	6,9	29,1	206
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный)	130	1,9	2,2	9,5	63
Итого			130	1,9	2,2	9,5	63
Обед							
2012	ВКТ	САЛАТ "ПОДСОЛНЕННЫЙ ЗАЙЧИК" (картофель, капуста, морковь, лук, масло подсолнечное, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,9	2,4	4,0	48
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, капуста, морковь, лук, масло подсолнечное рафинированное, вода, петрушка, суповой набор из овощей)	180	3,5	6,2	14,2	126,6
2018	АКТ	КНЕПЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, картофель, лук, морковь, масло подсолнечное рафинированное)	70	7	5,2	14,9	134,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, соль)	130	5,7	6,3	24,3	177
2012	398	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар, вода, лимонная кислота)	180	0,6	0,3	17,1	84
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (пшеница, рожь, соль)	50	3,2	0,6	16,2	84
Итого			660	20,9	21	91,3	651
Полдник							
2013	569	КРЕКЕР	50	4,3	4,1	20,4	136
2008	435	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар, сахар Леден, вода, лимонная кислота)	200	5,8	5	13	126
Итого			250	10,1	9,1	33,4	262
Ужин							
2012	235	ГОРОХОВАЯ КАША С ПОДСОЛНЕННЫМ МАСЛОМ (горох, капуста, лук, вода, соль, специи)	170/10	10	15,1	21,7	262,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, соль, вода, лимонная кислота)	200	0,2		10,1	41
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (пшеница, рожь, вода, лимонная кислота)	50	3,9	0,4	28,3	132,4
		СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5				0
Итого			455	14,1	15,5	60,1	436,1
Всего				54,1	54,7	223,4	1618,1



Заведующий АС
Попов
Медицинский работник
Бухгалтер

Согласовано

И

МЕНЮ

Сад 12 часов

19 день

Сбор- ник реце- птур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа пшеничная полутканая, вода питьевая, сахар песок)	180	6,5	6,3	32,1	211
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61
Итого			400	8	7,4	43,3	272
II Завтрак							
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт сезонный)	130	3,5	3,8	16,6	117
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117
Обед							
2012	56	Пюре картофельное (картофель, лук, морковь, соль, масло растительное)	50	0,6	2,5	2,1	33
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана, соль, уксус 10%, зелень петрушка, укроп, чеснок, лук репчатый, сметана 10% жирности, сушеный набор из овощей)	180	1,6	3,1	6,8	62
2008	331	ПЛОВ С ИНДЕЙКОЙ (рис, индейка, морковь, лук, масло подсолнечное)	130	4,9	8,4	31,3	220
2013	498	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,6	0,3	17,1	84
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84
Итого			670	19,1	19,7	83	597,8
Полдник							
2012	401	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар песок)	200	5,8	5	8	101
2008		КРЕКЕР	50	1,8	3,5	34,3	177
Итого			250	7,6	8,5	42,3	278,9
Ужин							
2012	124	КАША ГРЕЧЕВАЯ (гречка, вода, соль)	150	3,6	3	25,9	145
2012	321	КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук репчатый, масло подсолнечное, рис)	70	9,7	14,2	26,6	273
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар, чай, сахар)	200	0,2		10,2	43
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5				0
Итого			465	13,5	17,2	62,7	461
Всего				57,1	56,6	247,9	1726,7

Заведующий А/С

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Сотласовано

II

МЕНЮ

Сад 12 часов

20 день

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен-ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- вод-ность, г		
Завтрак								
2012	274	КАША МАННАЯ БЕЗ МОЛОКА (крупа манная, сахар)	180	5,5	4,6	21,1	147,8	0,7
2012	395	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, чай, сахар)	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5
Итого			400	8,2	6,8	35,2	234,8	1,2
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт салат)	130	3,5	3,8	16,6	117	3
Итого			130	3,5	3,8	16,6	117	3
Обед								
2008	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста свежая, морковь, салат, масло подсолнечное (рафинированное, выжатое из семян))	50	0,8	4,9	4,9	60,1	7,8
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох, лук, морковь, масло растительное, масло подсолнечное рафинированное, сметана 10% жирности)	180	7,9	6	17,1	154	4
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	4,4	3,4	14,3	105,4	0,3
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь)	130	3,1	8,1	20,9	168,9	12,4
2012	373	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар, вода питьевая)	180	0,6	0,3	17,1	84	79,2
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,2	0,6	16,2	84	0
Итого			660	20,1	23,3	90,2	662,4	103,7
Полдник								
2012	400	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, чай, сахар)	200	5,6	4,9	9,3	104,8	1
2008		КРЕКЕР	50	1,8	3,5	34,3	177	0
Итого			250	7,4	8,4	43,6	281,8	1
Ужин								
2012	257	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (индейка, масло подсолнечное)	50	7,2	7,9	21	182	0,3
2018	274	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА (крупа рисовая, крупа пшеница, сахар)	200	6,1	7,1	34,1	227	0,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, вода питьевая, чай черный (большой))	200	0,2		10,1	41	0
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль, йодированная)	5					0
Итого			415	13,5	15	65,2	450	0,5
Всего				52,7	57,3	260,8	1746	109,4

Заведующий Д/С
Гор

Медицинский работник

Бухгалтер