Согласовано:
Заведующая МБДОУ
«ЦРР-Детский сад № 9»

_____

Утверждаю:
ИП Меньшатов С.Н.

_____

Примерное цикличное 20-ти дневное меню

для питания детей дошкольного возраста с 1,5 до 3 лет с 12-ти часовым пребыванием в дошкольном общеобразовательном учреждении на зимне – весенний период

При составлении меню были использованы:
«Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных общеобразовательных учреждениях» г.Пермь 2013г
«Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных и школьных общеобразовательных учреждениях» г.Пермь 2018г

Разработано: технолог Тришканова Г.А. _____

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

1 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2013	268	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3,8	6,6	7,1	103	0,4	11,00 ₽
2013	102	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло)	30	2,2	0,9	21	101	0	6,00 ₽
2013	514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4	8,00 ₽
Итого			**340**	**8,4**	**9,4**	**40,6**	**282**	**0,8**	
II Завтрак									
2018	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	44	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста, лук, масло растительное, сахар)	30	0,3	0,1	1,1	7	7,5	3,00 ₽
2013	119	СУП С РЫБОЙ (рыба минтай неразделанный, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая)	150	6,6	5,5	13,4	130	5,8	17,00 ₽
2013	397	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ (филе куринное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	40/20	2	4,6	6,2	75,4	1	25,00 ₽
2013	297	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,1	7,1	21	164,3	0	9,00 ₽
	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	160			16,6	66,5	0	2,00 ₽
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**540**	**15,5**	**17,8**	**71,3**	**511,2**	**7,8**	
Полдник									
2013	467	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,2	2,7	8	69,1	0,8	11,00 ₽
	АКТ	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ "РОГАЛИК" (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое)	50	3,1	4,5	22,7	143,7	0	10,00 ₽
Итого			**180**	**6,4**	**7,2**	**30,7**	**212,8**	**0,8**	
Ужин									
2013	274	РИС ПРИПУЩЕНЫЙ (рис, масло сливочное)	110	7,5	11,7	21,2	220,8	0,6	10,00 ₽
2013	216	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ С СОУСОМ (рис, масло сливочное)	40/20	2,5	3,2	41	89	0,2	30,85 ₽
2013	459	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода питьевая, сахар песок, лимон, чай черный байховый)	160	0,2		10,2	43	0,7	3,00 ₽
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (соль пищевая йодированная, хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**343**	**10,3**	**12**	**50**	**351,3**	**1,3**	
Всего				**43,3**	**49,3**	**205,4**	**1447,3**	**14,7**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____

МЕНЮ

2 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2013	273	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,5	3,2	13,7	101,6	0,5	9,00 ₽
2013	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2013	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**8,4**	**9,4**	**40,6**	**280,6**	**0,7**	
II Завтрак									
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2012	акт	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ (масло сливочное, сыр голландский, хлеб пшеничный, чеснок)	30	0,2		0,7	4	3	10,00 ₽
2013	92	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, томатное пюре, вода питьевая, сметана 15% жирности, чеснок, суповой набор из куры, лимонная кислота)	150	3,6	5,9	11,8	115,8	5,1	12,00 ₽
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (говядина б/к, филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	50	3,6	5	8,8	95	0,1	30,00 ₽
2013	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,8	5,3	20,5	149,8	7,5	10,00 ₽
2013	484	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок)	160	0,1	0,1	15,5	63,3	1,3	5,00 ₽
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14,8**	**16,8**	**70,3**	**495,9**	**14,2**	
Полдник									
2012	555	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряник	26	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
2018	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ("снежок" кисломолочный продукт)	120	4,9	4,3	6,8	85,9	0	12,00 ₽
Итого			**146**	**6**	**6,4**	**27,4**	**192,1**	**0**	
Ужин									
2013	322	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин)	140/20	8	12,1	17,4	210,1	0,5	42,00 ₽
2013	516	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода, сахар)	160			15	60	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**323**	**10,6**	**12,4**	**51**	**357,6**	**0,5**	
Всего				**41,3**	**46,8**	**196,8**	**1376,2**	**17,4**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

3 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен-ность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	270	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная полтавская, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,5	3,7	13,5	97,3	0,4	11,26 ₽
2012	514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4	8,00 ₽
2012	97	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
Итого			**340**	**9,4**	**9,4**	**40,6**	**287,3**	**0,8**	
II Завтрак									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	45	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, яблоко, масло растительное)	30	0,5	2,9	4,9	48,6	1,2	10,00 ₽
2008	135	СУП ХАРЧО (картофель, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, суповой набор из куры, томатная паста)	150	3	3,3	14,4	100	5	11,00 ₽
2012	386	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, мука, томатная паста, морковь, лук, вода, соль)	40/10	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2	30,00 ₽
2012	254	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	6,1	6,7	17,7	156	0,3	12,00 ₽
2012	485	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок)	160	0,3	0,2	15,6	65	2,8	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**15,5**	**16**	**75,8**	**513,3**	**9,5**	
Полдник									
2012	467	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,8	3,2	8,9	79,6	0,9	11,00 ₽
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высший сорт	13	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**143**	**4,9**	**5,3**	**29,5**	**185,8**	**0,9**	
Ужин									
2012	352	ОМЛЕТ С ГРЕНКАМИ (яйцо, молоко, масло сливочное, хлеб пшеничный)	150	7,1	11	20	206,6	0,5	30,29 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,4	0,4	24,3	114	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**333**	**10,7**	**11,4**	**54,4**	**361,6**	**10,2**	
Всего				**43,2**	**45**	**213,1**	**1438**	**25,4**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

4 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен-ность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
	АКТ	КАША "ЯНТАРНАЯ" (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар,яблоки)	150	4,2	4	14,4	110,4	0,3	13,00 ₽
2012	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	2,00 ₽
Итого			**340**	**8,1**	**10,2**	**41,3**	**289,4**	**0,5**	
II Завтрак									
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2008	48	САЛАТ "ЗИМНИЙ" (картофель, морковь, лук, масло растительное, соль, яйцо)	30	0,5	2,9	2,7	40	0,6	10,00 ₽
2008	149	СУП С БОБОВЫМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, суповой набор из куры)	150	3,6	3,2	12,4	93,3	3,3	25,00 ₽
2012	АКТ	ГУЛЯШ МЯСНОЙ (филе куриное, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, мука)	40/30	3,1	2,4	10,2	75,7	4,5	30,00 ₽
2008	434	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	110	4,8	5,3	20,5	149,7	7,3	9,00 ₽
2008	493	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75	70,4	8,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**550**	**15**	**14,5**	**74,1**	**501,7**	**86,1**	
Полдник									
2008	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	120	4,1	3,7	6,8	78	0,4	13,00 ₽
2012	589	БУЛОЧКА С МАРМЕЛАДОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), мармелад, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое)	50	4,4	5	27,9	175	0	6,00 ₽
Итого			**170**	**8,5**	**8,7**	**34,7**	**253**	**0,4**	
Ужин									
2108	акт	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (филе куриное, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное)	160	9,4	14,3	26,6	272,7	6,3	29,00 ₽
2012	459	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0,7	2,00 ₽
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ соль йодированная	3						0,13 ₽
Итого			**343**	**10,3**	**11,7**	**49,9**	**346,7**	**1,4**	
Всего				**43,4**	**46,9**	**207,5**	**1440,8**	**90,4**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____

МЕНЮ

5 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	акт	КАША "РЯБУШКА" (крупа рисовая, крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	1,8	4	12,7	94	0,4	12,00 ₽
2012	497	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,3	8,00 ₽
2012	97	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
Итого			**340**	**8,7**	**9,7**	**39,8**	**284**	**0,7**	
II Завтрак									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2012	71	ВИНЕГРЕТ (свекла, морковь, картофель, капуста квашенная, лук, масло	30	0,3	1,4	1,1	19,2	1	9,00 ₽
2012	АКТ	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.),	150	4	5,5	8,3	100	3,9	20,00 ₽
2012	412	БИТОЧКИ КУРИННЫЕ (филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	50	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2	24,00 ₽
2013	388	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое)	110	5,1	6,7	25,8	184	0	8,00 ₽
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	160			16,6	66,5	0	2,00 ₽
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**15**	**16,5**	**75**	**513,4**	**5,1**	
Полдник									
2018	468	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастеризованное	130	3,8	3,2	8,9	79,6	0,5	11,00 ₽
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (вафли)	20	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**150**	**4,9**	**5,3**	**29,5**	**185,8**	**0,5**	
Ужин									
2012	АКТ	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухарь панировочный)	50	2,7	5,7	0,9	66	0,1	25,47 ₽
2012	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4	5	25	126	6	10,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		9,1	37	0	2,00 ₽
	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**363**	**10,5**	**11,5**	**52,2**	**355**	**11,7**	
Всего				**41,8**	**45,9**	**209,3**	**1428,2**	**22**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

6 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	274	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая)	150	4,5	3,7	14,3	108,5	0,6	18,00 ₽
2012	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**8,4**	**9,9**	**41,2**	**287,5**	**0,8**	
II Завтрак									
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2018	акт	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ (масло сливочное, сыр голландский, хлеб пшеничный, чеснок)	30	0,5	0,1	1,9	11	4,2	10,00 ₽
2008	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (Картофель, морковь, лук, набор для супа, мука, яйцо, масло сливочное, соль)	150	4	8	16,4	155	4,4	24,00 ₽
2018	АКТ	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (индейке консервированная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, томатная паста)	160	7,4	8,6	27	215,2	9,1	30,00 ₽
2012	485	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок)	160	0,5	0,2	15,3	75	70,4	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14,9**	**17,4**	**73,6**	**524,2**	**10,9**	
Полдник									
2012	467	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,2	2,7	8	69,1	0,9	11,00 ₽
2008	акт	МАННИК (Сметана, мука, яйцо, соль, сахар, сухарь панировочный, сода, масло растительное, манка)	50	3,6	6,6	22,7	166	4,5	12,00 ₽
Итого			**180**	**6,8**	**9,3**	**30,7**	**235,1**	**0,9**	
Ужин									
2012	325	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, масло сладко-сливочное несоленое, молоко)	150	7,3	10,7	20	204,8	0,2	25,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок,чай)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,4	0,4	24,3	114	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**333**	**10,9**	**11,1**	**54,4**	**359,8**	**0,2**	
Всего				**42,5**	**49,5**	**207,4**	**1456,6**	**14,8**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

7 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	274	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	4,4	3,8	12,6	102,2	0,5	14,00 ₽
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар песок, вода питьевая)	160	1,3	1	9,9	54	0,3	2,00 ₽
2012	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
Итого			**340**	**8,3**	**10**	**39,5**	**281,2**	**0,8**	
II Завтрак									
2018	79	СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2008	44	САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, огурец маринованный, лук репчатый, горошек зеленый, масло растительное)	30	0,5	1,4	2,7	27	4,3	9,00 ₽
2013	136	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, томатная паста, сметана 15% жирности, суповой набор из куры)	150	1,6	4,3	10,1	90	4	12,00 ₽
2012	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (говядина б/к, филе куриное, хлеб пшеничный, лук, сухари панировочные, масло подсолнечные)	50	4,8	1,7	5,5	56,5	0,2	30,00 ₽
2018	297	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия, масло сливочное	110	4,1	7,1	21	164,3	1,3	9,00 ₽
2018	528	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ +ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сахар песок, яблоки, лимоны)	160	0,3	0,2	15,6	67	2,8	8,00 ₽
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**13,8**	**15,2**	**67,9**	**472,8**	**15**	
Полдник									
2013	467	КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	120	3,8	3,2	8,9	79,6	0,8	13,00 ₽
2018		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряник	13	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**133**	**4,9**	**5,3**	**29,5**	**185,8**	**0,8**	
Ужин									
2012	325	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (творог,яйца куриные,сахар,манка, масло сливочное,сухари панировочные, сметана, кисель)	130/30	8,1	13	24,3	246,8	0,4	45,00 ₽
2008	458	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		9,1	37	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**323**	**10,9**	**13,3**	**52**	**371,3**	**0,4**	
Всего				**39,4**	**45,6**	**196,4**	**1361,1**	**21**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____

МЕНЮ

8 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	272	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3	3	13,7	93,8	0,5	13,00 ₽
2012	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**6,9**	**9,2**	**40,6**	**272,8**	**0,7**	
II Завтрак									
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ фрукт свежий	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	44	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста, лук, масло растительное, сахар)	30	0,3	0,1	1,1	7	7,5	3,00 ₽
2012	147	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, суповой набор из куры, сметана 15% жирности)	150	1,3	2,6	5,7	51,7	4	16,00 ₽
2008		ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, сметана, мука,масло сливочное, масло подсолнечное рафинированое)	40/30	6	6,3	0,9	84,9	0,2	30,00 ₽
2012	316	РИС ПРИПУЩЕНЫЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,6	4,4	27,3	159	22,1	10,00 ₽
2008	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты)	160			16,6	66,5	70,4	2,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**550**	**14,5**	**16,1**	**75,8**	**511,1**	**97,6**	
Полдник									
2012	483	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль, сахар, яйцо, масло сливочное, филе куринное, томатная паста, сыр, масло растительное, сметана)	50	4,7	6,7	23,2	173	0,2	13,00 ₽
2008	468	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	130	4,2	3,8	6,8	78	1,1	11,00 ₽
Итого			**180**	**8,9**	**10,5**	**30**	**251**	**1,2**	
Ужин									
2012	353	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука, томат)	40/20	4,9	8,7	8,5	132,5	0,3	12,00 ₽
2012	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ + МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (картофель, молоко пастер. 2,5 % жирности, масло сладко - сливочное несоленое + морковь, масло сладко - сливочное несоленое)	80/30	3,3	3,7	14,2	103,5	5,5	18,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**326**	**11**	**12,7**	**51,7**	**364,5**	**6,4**	
Всего				**44**	**51,4**	**210,9**	**1489,4**	**107,9**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____

МЕНЮ

9 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	266	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль	150	3,8	3,8	8,7	84,2	0,4	13,00 ₽
2012	102	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло)	30	2,2	0,9	21	101	0	6,00 ₽
2012	514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,3	8,00 ₽
Итого			**340**	**8,4**	**9,2**	**42,2**	**263,2**	**0,7**	
II Завтрак									
		СОК ФРУКТОВЫЙ СОК ФРУКТОВЫЙ	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ (свекла, чеснок, масло растительное)	30	0,3	1,4	1,1	19,2	1,1	8,00 ₽
2008	160	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ (картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, суповой набор из	150	3	3,3	14,4	100	4,6	21,00 ₽
2012	393	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (филе куриное хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	40/30	4	4,7	7,8	90	0,7	23,00 ₽
2012	297	КАША ГРЕЧНЕВО-ПЕРЛОВАЯ (крупа гречневая, крупа перловая, молоко, масло сладко-сливочное	110	5,5	5,6	23,9	169,2	0	8,00 ₽
2012	484	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75	1,3	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**550**	**15,8**	**15,7**	**75,5**	**521,4**	**7,7**	
Полдник									
2008	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "Снежок"	120	4,9	4,3	6,8	85,9	1,1	12,00 ₽
2012	472	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высший сорт	13	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**133**	**6**	**6,4**	**27,4**	**192,1**	**1,1**	
Ужин									
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ВОСТОРГ" (филе куриное, лук репчатый, СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ масло подсолнечное рафинированое)	50	3,6	4,9	8	90,9	0,2	21,00 ₽
2012	201	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель,капуста белокочанная,лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное,мука, томатная паста)	130	3,8	6,6	13	126,7	22,1	10,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	26	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**363**	**10,2**	**11,8**	**49,7**	**346,1**	**22,3**	
Всего				**41,9**	**44,9**	**202,3**	**1372,8**	**35,8**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

10 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2018	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3	4,8	16,3	120,4	0,3	11,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**8,8**	**9,6**	**40,8**	**286,7**	**0,5**	
II Завтрак									
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ фрукт свежий	100	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**100**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	48	САЛАТ "ЗИМНИЙ" (картофель, морковь, лук, масло растительное, соль, яйцо)	30	0,5	2,9	2,7	40	0,6	10,00 ₽
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, капуста белокочанная, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, суповой набор из куры, хлеб пшеничный в/с)	150	6,3	6	13,5	135	4,4	22,00 ₽
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (Филе куриное, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло	160	6,3	6,7	23,4	180	0,6	29,00 ₽
2012	398	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	160	0,1	0,1	15,5	63,3	70,4	5,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**15,7**	**16,3**	**70,3**	**494,9**	**79,7**	
Полдник									
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,8	3,2	8,9	79,6	2,55	11,00 ₽
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,8	1	22,5	103	0	3,00 ₽
Итого			**150**	**4,6**	**4,2**	**31,4**	**182,6**	**2,55**	
Ужин									
	акт	ЕЖИКИ АППЕТИТНЫЕ С СОУСОМ (рыба минтай неразделанный, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, мука пшеничная высш.сорт)	40/30	5,4	5,7	5,3	94,2	0,3	23,00 ₽
	акт	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,6	6,8	8,8	106,8	6,9	28,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		9,1	37	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**363**	**10,8**	**12,8**	**41,8**	**325,5**	**7,2**	
Всего				**42,6**	**45,8**	**197,1**	**1379,7**	**91,95**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

11 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,8	6,6	7,1	103	0,4	11,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**9,6**	**11,4**	**31,6**	**307,8**	**0,6**	
II Завтрак									
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2012	акт	САЛАТ СВЕКОЛКА (свекла, яблоко, масло растительное)	30	0,2		0,7	4	2,8	10,00 ₽
2012	76	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель,горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, суповой набор из куры)	150	4,8	3,3	19,6	128	3,8	25,00 ₽
2012	288	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе куриное, яйцо, молоко, мука, соль, масло сливочное)	70	2	4,6	6,2	75,4	1	29,00 ₽
2012	297	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,1	7,1	21	164,3	0	9,00 ₽
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	160			16,6	66,5	0	2,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**560**	**13,6**	**15,5**	**77,1**	**506,2**	**7,6**	
Полдник									
2012	401	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	130	4,8	4,3	7,7	88,4	0	11,00 ₽
2008		БАТОНЧИК ТВОРОЖНЫЙ (Творог, яйцо, мука, соль, сахар, сода, мука, вода)	50	2,5	3,7	34,3	182	0	9,00 ₽
Итого			**180**	**7,3**	**8**	**42**	**270,4**	**0**	
Ужин									
2018	503	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца,молоко, масло сливочное)	150	7,3	10,7	20	204,8	0,5	25,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,4	0,4	24,3	114	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**333**	**10,9**	**11,1**	**54,4**	**359,8**	**9,8**	
Всего				**44,1**	**48,9**	**217,9**	**1534,2**	**22**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

12 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,5	3,2	13,7	101,6	0,5	9,00 ₽
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4	8,00 ₽
Итого			**340**	**9,5**	**10,3**	**43,2**	**304,6**	**0,9**	
II Завтрак									
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2008	44	САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, огурец маринованный, лук репчатый, горошек зеленый, масло растительное)	30	0,4	3	2	37	1,5	9,00 ₽
2012	77	СУП ХАРЧО (картофель, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, суповой набор из куры, томатная паста)	150	6,6	5,5	13,4	130	5,4	11,00 ₽
2018	АКТ	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ "ПЕТУШОК" (филе куриное, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, хлеб пшеничный в/с, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое)	40/30	1,2	4,6	7,1	75,3	1,1	27,00 ₽
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное	110	4,8	5,3	20,5	149,8	7,3	10,00 ₽
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, сахар песок)	160	0,1	0,1	15,5	63,3	1,3	5,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**550**	**15,6**	**19**	**71,5**	**523,4**	**16,6**	
Полдник									
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК кефир	130/5	3,8	3,2	8,9	79,6	2,55	13,00 ₽
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье сахарное мука высш.сорт)	13	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**143**	**4,9**	**5,3**	**29,5**	**185,8**	**2,55**	
Ужин									
2012	189	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, манка, ванилин, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15%жирности, молоко пастер. 2,5% жирности)	130/30	7,2	11,5	18	204,3	0,4	45,00 ₽
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**323**	**10**	**11,8**	**46,7**	**332,8**	**0,4**	
Всего				**41,5**	**48,2**	**198,4**	**1396,6**	**22,45**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная)	150	3	4,8	16,3	120,4	0,6	11,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**6,9**	**11**	**43,2**	**299,4**	**0,8**	
II Завтрак									
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2018	АКТ	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ (хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр голландский,чеснок)	30	2,5	2,3	12,3	81	1,7	10,00 ₽
2008	76	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, сахар песок, сметана 15% жирности, чеснок, суповой набор из куры, томатная паста, лимонная кислота)	150	3,6	5,9	11,8	115,8	5,5	12,00 ₽
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (филе куриное, говядина б/к, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	50	3,6	5	8,8	95	0,1	30,00 ₽
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности)	110	6,1	6,7	17,7	156	0,3	12,00 ₽
2012	372	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА+ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник, сахар, вода)	160	0,3	0,2	15,6	65	2,8	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**18,6**	**20,6**	**79,2**	**580,8**	**10,4**	
Полдник									
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ "РОГАЛИК" (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	50	3,1	4,5	22,7	143,7	0	8,00 ₽
2012	401	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	130	4,3	3,8	6	75,7	0,4	11,00 ₽
Итого			**180**	**7,4**	**8,3**	**28,7**	**219,4**	**0,4**	
Ужин									
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	50	4,8	4,3	3,7	72,7	0,3	13,00 ₽
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное	110	2,6	6,8	8,8	106,8	6,6	25,00 ₽
2008	411	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар песок, вода питьевая)	160			15	60	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**340**	**10**	**11,4**	**46,1**	**327**	**6,9**	
Всего				**45,6**	**54,2**	**210**	**1516,7**	**22,5**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

14 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3	3	13,7	93,8	0,5	13,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
2012	397	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,3	8,00 ₽
Итого			**340**	**9,9**	**8,7**	**40,8**	**283,8**	**0,8**	
II Завтрак									
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2012	82	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (свекла, морковь, картофель, соленые огурцы,масло подсолнечное	30	0,4	2,9	2,3	37	1,1	9,00 ₽
2012	147	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, суповой набор из куры)	150	1,3	2,6	5,7	51,7	3,7	16,00 ₽
2012		КУРА "АППЕТИТНАЯ" (кура, лук, морковь, масло, томатная паста)	40/20	9,4	14,3	26,6	272,7	12,6	26,00 ₽
2008	316	РИС ПРИПУЩЕНЫЙ (рис, соль, масло сливочное)	110	4,5	6,8	20,3	142,4	1,6	10,00 ₽
2013	507	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ+ ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, сахар песок)	160	0,1	0,1	15,5	63,3	0	2,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**540**	**11,8**	**17,5**	**57,8**	**438,2**	**14,5**	
Полдник									
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	120	4,9	4,2	11	107,1	1,2	13,00 ₽
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряник	13	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**133**	**6**	**6,3**	**31,6**	**213,3**	**1,2**	
Ужин									
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (филе куриное, крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	50	3,9	7,5	8,9	118,7	0	30,00 ₽
2013	297	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное	110	4,1	7,1	21	164,3	0	9,00 ₽
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**343**	**10**	**11,5**	**46,8**	**330,5**	**22,1**	
Всего				**39,2**	**45,8**	**184,5**	**1315,8**	**40,6**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

15 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150	3,8	3,8	8,7	84,2	0,4	13,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**7,7**	**10**	**35,6**	**286,6**	**0,6**	
II Завтрак									
		СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2008	48	САЛАТ "ЗИМНИЙ" (картофель, морковь, лук, масло растительное, соль, яйцо)	30	0,5	2,9	2,7	40	0,6	10,00 ₽
2018	АКТ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (картофель, перловка, морковь, лук, масло растительное, суповой набор)	150	3,9	4,3	14,7	113,1	2,5	20,00 ₽
2108	акт	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (филе куриное, картофель, лук репчатый, морковь, масло	160	9,4	14,3	26,6	272,7	6,3	29,00 ₽
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75	70,4	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14,7**	**16,5**	**71,1**	**503,2**	**88,9**	
Полдник									
2018	АКТ	БУЛОЧКА С МАРМЕЛАДОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), дрожжи, мармелад желейный формовой)	50	2,7	4,6	24	149	0	6,00 ₽
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,2	2,7	8	69,1	0,8	11,00 ₽
Итого			**180**	**5,9**	**7,3**	**32**	**218,1**	**0,8**	
Ужин									
2012	акт	ЗРАЗЫ ЛЕНИВЫЕ РЫБНЫЕ С СОУСОМ (картофель, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	40/30	3,1	4,4	2,8	63,2	4,4	35,00 ₽
2012	254	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	6,1	6,7	17,7	156	0,3	12,00 ₽
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		9,1	37	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**363**	**10**	**11,8**	**51,5**	**352**	**4,4**	
Всего				**39,8**	**47,4**	**197,7**	**1409,9**	**98,7**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____

МЕНЮ

16 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	4,5	3,7	14,3	108,5	0,5	18,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло)	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,3	8,00 ₽
Итого			**340**	**11,4**	**9,4**	**41,4**	**298,5**	**0,8**	
II Завтрак									
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ фрукт свежий	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	44	САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, лук репчатый, огурец маринованный,	30	0,4	3	2	37	1,5	9,00 ₽
2012	128	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, сметана 15% жирности, суповой набор из куры, лимонная кислота,томат)	150	4	8	16,4	155	4,9	17,00 ₽
2013	412	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ С СОУСОМ (филе куриное хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	40/10	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2	30,85 ₽
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,1	7,1	21	164,3	0	9,00 ₽
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1	0,1	15,5	63,3	1,3	5,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14,3**	**18,2**	**78**	**537,3**	**8**	
Полдник									
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое)	50	2,5	5,7	20,9	116	0	4,00 ₽
2012	401	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	130	4,2	3,7	6,8	78	0	11,00 ₽
Итого			**180**	**6,7**	**9,4**	**22,7**	**224**	**0**	
Ужин									
2013	159	ЗРАЗЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (фарш куриный, филе куриное,, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные)	70	4,2	6,8	3,8	93,3	0,3	20,00 ₽
2008	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, соль)	110	2	2	10	95	2,5	10,00 ₽
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**363**	**9,2**	**10,9**	**46**	**318,8**	**7,6**	
Всего				**44,3**	**50,8**	**200,9**	**1468,6**	**18,4**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

17 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2	2,1	17,8	98,1	0,4	12,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**5,9**	**8,3**	**44,7**	**277,1**	**0,6**	
II Завтрак									
		СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2008	44	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста, лук, масло растительное, сахар)	30	0,3	0,1	1,1	7	7,5	3,00 ₽
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, суповой набор из куры)	150	3	3,3	14,4	99,3	3,9	21,00 ₽
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (фарш куриный из окорочков,говядина б/к, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	50	3,6	5	8,8	95	0,1	30,00 ₽
2012	316	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, молоко, масло сливочное)	110	2,6	4,4	27,3	159	22,1	10,00 ₽
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	160			16,6	66,5	0	2,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14,2**	**16,6**	**71**	**492,2**	**24,9**	
Полдник									
2012	400	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК кефир	130/5	3,2	2,7	8	69,1	0,8	13,00 ₽
2012		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высший сорт	13	1,1	2,1	20,6	106,2	0	3,00 ₽
Итого			**143**	**4,3**	**4,8**	**28,6**	**175,3**	**0,8**	
Ужин									
2012	АКТ	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухарь панировочный)	50	3,8	8	1,2	92	0,3	25,47 ₽
2008	429	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное)	110	4,8	5,3	14,2	123,7	0	10,00 ₽
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода питьевая, сахар песок,чай, лимон)	160	0,2		9,2	38	0	3,00 ₽
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**363**	**10**	**11,7**	**46,8**	**332,9**	**0,4**	
Всего				**35,9**	**43,2**	**198,6**	**1327,5**	**30,7**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

18 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вермишель)	150	4,4	3,8	12,6	102,2	0,6	11,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4	8,00 ₽
Итого			**340**	**9,4**	**10,9**	**42,1**	**305,2**	**1**	
II Завтрак									
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,5	1,8	7,5	50	1,8	13,00 ₽
Итого			**100**	**1,5**	**1,8**	**7,5**	**50**	**1,8**	
Обед									
2012	акт	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ (масло сливочное, сыр голландский, хлеб пшеничный, чеснок)	30	0,5	1,4	2,7	27	1,2	10,00 ₽
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, томатная паста, сметана 15% жирности, суповой набор из куры)	150	1,3	2,6	5,7	51,7	6,4	16,00 ₽
2018	АКТ	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (филе куриное, крупа рисовая,масло подсолнечное	50	3,9	7,5	8,9	118,7	0,2	17,00 ₽
2012	321	КАША ПЕРЛОВО-ГРЕЧНЕВАЯ (гречка, перловка, молоко, масло)	110	4,8	5,3	20,5	148,9	7,5	8,00 ₽
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75	70,4	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14,7**	**16,3**	**71**	**504,4**	**84,3**	
Полдник									
2008	акт	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ пряник	26	3,6	6,6	22,7	166	4,5	12,00 ₽
2008	435	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	130	4,3	3,7	9,8	90	1	11,00 ₽
Итого			**156**	**8,6**	**7,8**	**30,2**	**226**	**1**	
Ужин									
2012	235	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% , яйца, сахар песок, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, ванилин, молоко сгущенное)	140/20	8	12,1	17,4	210,1	0,2	42,00 ₽
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**323**	**10,8**	**12,4**	**46,6**	**338,6**	**0,2**	
Всего				**45**	**49,2**	**197,4**	**1426,2**	**88,5**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

19 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,5	3,7	13,5	97,3	0,4	11,26 ₽
2012		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло)	30	4,5	3,8	14,6	112	0	6,00 ₽
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	160	1,3	1	9,9	54	0,2	4,00 ₽
Итого			**340**	**8,3**	**8,5**	**38**	**263,3**	**0,6**	
II Завтрак									
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	44	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, яблоко, масло растительное)	30	0,3	1,4	1,1	19,2	0,6	10,00 ₽
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, горошек зеленый консервы, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, суповой набор из куры)	150	2,5	1,6	10,6	66,8	5	19,00 ₽
2012	акт	КОЛБАСКИ "МАЛЮТКА"С СОУСОМ (филе куриное, рис, лук репчатый, мука, масло подсолнечное рафинированое)	40/20	4,8	1,7	5,5	56,5	0,2	30,74 ₽
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,1	7,1	21	164,3	0	9,00 ₽
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75	70,4	6,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**550**	**13,5**	**13,5**	**61,6**	**434,7**	**7,5**	
Полдник									
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "Снежок"	120	4,9	4,3	6,8	85,9	0,5	12,00 ₽
2008	акт	МАННИК (Сметана, мука, яйцо, соль, сахар, сухарь панировочный, сода, масло растительное, манка)	50	3,6	6,6	22,7	166	4,5	19,00 ₽
Итого			**173**	**6**	**6,3**	**27,4**	**192,1**	**0,5**	
Ужин									
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	2,6	0,3	18,6	87,5	0	2,00 ₽
2012	307	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сливочное)	150	7,3	10,7	20	204,8	7,3	25,00 ₽
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода питьевая, сахар песок, лимон, чай черный байховый)	160	0,2		10,2	41,6	0,8	3,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**333**	**10,5**	**11,8**	**50,8**	**350,7**	**8,4**	
Всего				**41**	**43**	**190,6**	**1330,8**	**21**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Согласовано

_____ //

МЕНЮ

20 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	230	КАША КУКУРУЗНАЯ (крупа кукурузная, молоко, масло сливочное, сахар)	150	2,4	1,3	15,9	84,9	0,6	13,00 ₽
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 ₽
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	160	2,4	1,9	12,5	78	0,4	8,00 ₽
Итого			**340**	**7,4**	**8,4**	**45,4**	**287,9**	**1**	
II Завтрак									
2008	442	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ фрук свежий	1 шт	2,7	2,9	12,8	90	2,7	18,00 ₽
Итого			**1 шт**	**2,7**	**2,9**	**12,8**	**90**	**2,7**	
Обед									
2008	48	САЛАТ "ЗИМНИЙ" (картофель, морковь, лук, масло растительное, соль, яйцо)	30	0,5	2,9	2,7	40	0,6	10,00 ₽
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из куры, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	150	4,8	3,3	19,6	128	3,1	25,00 ₽
2012	306	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,1	2,4	10,2	75,7	0,2	24,00 ₽
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное	110	2,6	6,8	8,8	106,8	6,6	28,00 ₽
2012	528	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160	0,5	0,2	15,3	75	2,8	2,00 ₽
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2,5	0,5	13	68	0	2,00 ₽
Итого			**530**	**14**	**16,1**	**69,6**	**493,5**	**20,1**	
Полдник									
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,8	3,2	8,9	79,6	0,9	11,00 ₽
2008		БУЛОЧКА "ШКОЛЬНАЯ" (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	1,1	2,1	20,6	106,2	0	5,00 ₽
Итого			**180**	**4,9**	**5,3**	**29,5**	**185,8**	**0,9**	
Ужин									
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 ₽
2018	274	КАША ДРУЖБА (рис, пшено, сахар, молоко, масло сливочное)	110	2,5	2,5	5	74	0,1	13,00 ₽
2012	214	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, томатная	40/30	2,5	0,3	35	44	0,6	20,00 ₽
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	160	0,2		10,1	41	0	2,00 ₽
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	3					0	0,13 ₽
Итого			**333**	**10,5**	**11,8**	**50,7**	**350,8**	**0,5**	
Всего				**39,5**	**44,5**	**208**	**1408**	**24,5**	**167,98 ₽**

_____

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер