

01.03.26

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

*И. Меншикова*



Утверждаю:  
ИП Меншиков С.Н.

Станислав  
Николаевич



**Примерное циклическое 20-ти дневное меню  
для питания детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет с 12-ти часовым  
пребыванием в дошкольном общеобразовательном учреждении на весенне -  
летний 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. *Г. А. Тришканова*



Согласовано

# МЕНЮ

1 день

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2013	268	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	5,5	6,2	27,9	189	0,5	13,00 Р
2013	102	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30	2,2	0,9	21	101	0	6,00 Р
2013	514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5	11,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>10,4</b>	<b>9,3</b>	<b>63</b>	<b>377</b>	<b>1</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2013	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	44	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ капуста, лук, масло растительное	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	4,00 Р
2013	119	СУП С РЫБОЙ (рыба минтай неразделанный, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	180	7,8	6,6	16,1	156	7,1	20,00 Р
2013	397	ГУЛЯШ МЯСНОЙ филе куриное, лук, томатная паста, соль, масло растительное	50/20	2,4	5,4	7,3	88	0,6	28,05 Р
2013	297	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,9	8,4	31,1	220	0	11,00 Р
	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180			18,7	74,8	0	3,00 Р
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,9</b>	<b>21,1</b>	<b>91,3</b>	<b>634,8</b>	<b>20,3</b>	
<b>Полдник</b>									
2013	467	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
	АКТ	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ "РОГАЛИК" (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	50	4,8	6	26	178	0	10,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>10,4</b>	<b>10,9</b>	<b>35,3</b>	<b>282,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	274	КАША РИСОВАЯ молоко, сахар, масло сливочное, рис	180	9,4	14,6	26,5	276	0,6	14,57 Р
2012	274	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ (филе куриное, лук, хлеб пшеничный, масло)	50	9,4	14,6	26,5	276	0,6	19,36 Р
2013	459	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,2	43	0,8	4,00 Р
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (соль пищевая йодированная, хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>13,5</b>	<b>15</b>	<b>65,2</b>	<b>451,4</b>	<b>1,4</b>	
<b>Всего</b>				<b>56,7</b>	<b>60,1</b>	<b>271,4</b>	<b>1863</b>	<b>17,1</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

## Сад 12 часов

2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2013	273	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,9	7,1	34,5	231	0,5	10,00 Р
2013	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен. мука 1 сорт, масло сладко-сливочное)	30	2,7	5,2	17,5	128	0	6,00 Р
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	5,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,1</b>	<b>13,4</b>	<b>63,2</b>	<b>420</b>	<b>0,7</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2012	акт	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ морковь, яблоки, масло растительное	40	0,4		1,2	7	5	11,00 Р
2018	92	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, сметана 15% жирности, томатное пюре, чеснок, вода питьевая, суповой набор из	180	4,4	7,1	14,2	139	6,1	31,00 Р
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (говядина б/к, филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	70	5,1	7	12,3	133	0,2	34,00 Р
2013	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	5,7	6,3	24,3	177	8,8	13,00 Р
2013	484	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4	6,00 Р
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,9</b>	<b>21,1</b>	<b>91,3</b>	<b>634</b>	<b>16,6</b>	
<b>Полдник</b>									
2012		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряник	26	1,8	3,5	34,3	177	0	5,73 Р
2018	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ("снежок" кисломолочный продукт)	150	5,8	5	8	101	0	16,00 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,6</b>	<b>8,5</b>	<b>42,3</b>	<b>278</b>	<b>0</b>	
<b>Ужин</b>									
2018	АКТ	КОТЛЕТЫ "ВОСТОРГ" (филе куриное, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	70	7,4	7,6	7,8	130	0,2	9,78 Р
2012	428	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, лук репчатый, томатное	150	3,2	4,9	13,2	111	26,1	13,47 Р
2013	516	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода, сахар)	180			15	60	0	3,00 Р
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,9</b>	<b>15,5</b>	<b>65</b>	<b>455,1</b>	<b>0,5</b>	
<b>Всего</b>				<b>53,4</b>	<b>60,7</b>	<b>271,3</b>	<b>1850,1</b>	<b>19,8</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

3 день

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	270	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная полтавская, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,5	6,3	32,1	211	0,5	12,32 Р
2012	514	ЧАЙ С МОЛОКОМ чай, сахар, молоко	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5	11,00 Р
2012	97	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0,1	6,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>13,7</b>	<b>12,3</b>	<b>60,8</b>	<b>410</b>	<b>1,1</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	45	САЛАТ СВЕКОЛКА свекла яблоко масло растительное	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	13,00 Р
2008	135	СУП ХАРЧО (картофель, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, суповой набор из курицы, томатная паста)	180	3,6	4	17,3	120	4,8	18,00 Р
2012	386	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, вода, соль)	70	4,4	3,4	14,3	106	0,3	25,75 Р
2012	254	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,3	7,9	21,1	186	0,3	14,15 Р
2012	485	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, лимон)	180	0,3	0,2	17,6	75	3,2	7,00 Р
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>19,6</b>	<b>21,1</b>	<b>94,7</b>	<b>652</b>	<b>10,6</b>	
<b>Полдник</b>									
2012	467	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш. Сорт	26	1,8	3,5	34,3	177	0	5,73 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,4</b>	<b>8,4</b>	<b>43,6</b>	<b>281,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	акт	ОМЛЕТ С ГРЕНКАМИ (яйцо, молоко, масло сливочное, хлеб пшеничный)	200	9,4	14,6	26,6	275,4	0,4	28,03 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,5</b>	<b>15</b>	<b>65</b>	<b>448,8</b>	<b>0,4</b>	
<b>Всего</b>				<b>57,7</b>	<b>60,6</b>	<b>280,7</b>	<b>1909,6</b>	<b>30,1</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

4 день

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2018	АКТ	КАША "ЯНТАРНАЯ" (молоко, пшено, яблоки, сахар, масло сливочное)	180	7,1	9,4	35,3	256	1,2	14,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,2</b>	<b>15,7</b>	<b>63,5</b>	<b>442</b>	<b>1,4</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2008	48	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦОМ картофель огурец соленый масло растительное	40	0,9	4,9	4,6	67	7,7	12,00 Р
2008	149	СУП С БОБОВЫМИ (горох лущеный, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из курицы, вода питьевая)	180	4,3	3,9	14,9	112	4,1	28,00 Р
2012	АКТ	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ филе куриное, фарш куриный, томатная паста, мука, лук, масло растительное	50/20	4,4	3,4	14,3	106	0,3	34,00 Р
2008	434	КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста, морковь, лук, томатная паста, соль	130	5,7	6,3	24,3	177	8,8	11,00 Р
2008	493	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,3	17,1	84	79,2	9,00 Р
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>19,1</b>	<b>19,4</b>	<b>91,4</b>	<b>630</b>	<b>100,1</b>	
<b>Полдник</b>									
2008	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	150	5,6	5	9,1	104	0,6	15,00 Р
2012	589	БУЛОЧКА С МАРМЕЛАДОМ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), мармелад, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,4	5	27,9	175	0	6,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>37</b>	<b>279</b>	<b>0,6</b>	
<b>Ужин</b>									
2108	акт	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (курица, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное)	200	9,4	14,3	26,6	272,7	6,3	20,98 Р
2012	459	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10	41	0,8	3,00 Р
	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ соль ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	5						0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,5</b>	<b>14,7</b>	<b>65</b>	<b>446,1</b>	<b>6,3</b>	
<b>Всего</b>				<b>55,7</b>	<b>62</b>	<b>266,4</b>	<b>1860,1</b>	<b>104,3</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



Согласовано

## МЕНЮ

5 день

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	акт	КАША "РЯБУШКА" (крупа рисовая, крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,9	5,9	27,2	183	0,4	13,00 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		9,1	37	0	4,00 Р
2013	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен. мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30	2,7	5,2	17,5	128	0	6,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>12,1</b>	<b>11,9</b>	<b>55,9</b>	<b>382</b>	<b>1</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Фрукт свежий)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2012	71	ВИНЕГРЕТ С КАПУСТОЙ (свекла, морковь, картофель, капуста квашенная, лук, масло)	40	0,5	2,4	1,8	32	3,3	12,00 Р
2012	АКТ	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), суповой)	180	4,8	6,6	10	120	4,8	24,00 Р
2012	412	БИТОЧКИ КУРИННЫЕ (филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	70	4,4	3,4	14,3	106	0,3	29,00 Р
2013	388	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое)	130	6	8	30,5	218	0	9,00 Р
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	180			18,7	74,8	0	3,00 Р
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,9</b>	<b>21</b>	<b>91,5</b>	<b>634,8</b>	<b>8,4</b>	
<b>Полдник</b>									
2018	468	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастеризованное	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (вафли)	20	1,8	3,5	34,3	177	0	5,73 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,4</b>	<b>8,4</b>	<b>43,6</b>	<b>281,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	АКТ	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухарь панировочный)	50	3,8	8	1,2	92	0,3	21,25 Р
2012	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,5	6	25	156	7,2	13,00 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		9,1	37	0	4,00 Р
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,8</b>	<b>14,9</b>	<b>65,9</b>	<b>453,1</b>	<b>17</b>	
<b>Всего</b>				<b>55,7</b>	<b>60</b>	<b>273,5</b>	<b>1868,7</b>	<b>28,1</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





Согласовано

# МЕНЮ

6 день

## Сад 12 часов

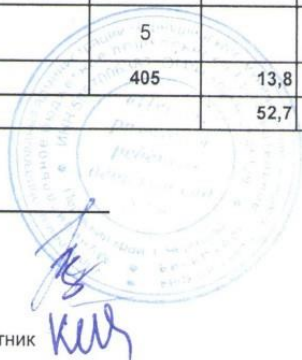
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	274	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая)	180	4,8	6,5	29,2	195	0,6	19,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен. мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	5,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,9</b>	<b>12,8</b>	<b>57,4</b>	<b>381</b>	<b>0,8</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2012	акт	САЛАТ ЗИМНИЙ (картофель, морковь, лук, масло растительное, яйцо)	40	0,4		1,2	7	5	11,00 Р
2008	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (Картофель, морковь, лук, набор для супа, мука, яйцо, масло сливочное, соль)	180	4,9	9,6	19,7	186	5,2	19,00 Р
2012	АКТ	ЖАРКОЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (индейка консервированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста, картофель)	200	9,2	10,8	33,4	269	11,4	32,20 Р
2012	398	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар песок)	180	0,6	0,3	17,1	84	79,2	7,00 Р
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,9</b>	<b>21,5</b>	<b>89,5</b>	<b>641</b>	<b>102,8</b>	
<b>Полдник</b>									
2012	467	КЕФИР С САХАРОМ кефир	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
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 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,2</b>	<b>11,5</b>	<b>32</b>	<b>270,8</b>	<b>5,5</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	307	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко, масло сливочное)	200	9,7	14,2	26,6	273	0,5	27,78 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,8</b>	<b>14,6</b>	<b>65</b>	<b>446,4</b>	<b>0,5</b>	
<b>Всего</b>				<b>52,7</b>	<b>62,6</b>	<b>253,4</b>	<b>1802,2</b>	<b>111,6</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





# МЕНЮ

## Сад 12 часов

7 день

7 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	170	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	4,4	4,4	15	119	0,6	15,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,5</b>	<b>11</b>	<b>43,3</b>	<b>305</b>	<b>0,8</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	акт	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ, морковь, яблоки, масло растительное	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	10,00 Р
<del>2013</del>	<del>97</del>	<del>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые, перловка, сметана 15% жирности, суповой набор из курицы)</del>	<del>180</del>	<del>2</del>	<del>5,2</del>	<del>12,2</del>	<del>108</del>	<del>4,9</del>	<del>15,00 Р</del>
2012	395	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (говядина блк, филе куриное, хлеб пшеничный, лук, сухари панировочные, масло подсолнечное)	70	8,2	4,8	9,7	116	0	34,00 Р
2013	297	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло сливочное)	130	4,9	8,4	31,1	220	1,2	11,00 Р
2018	528	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, лимоны, сахар песок)	180	0,3	0,2	17,6	75	3,2	9,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>19,5</b>	<b>21,6</b>	<b>91,4</b>	<b>648</b>	<b>18,4</b>	
<b>Полдник</b>									
2013	467	КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	15,00 Р
2018		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряники	26	1,8	3,5	34,3	177	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,4</b>	<b>8,4</b>	<b>43,6</b>	<b>281,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	325	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (творог, манка, яйца куриные (шт.), сахар, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана, кисель плодово-ягодный)	130/30	9,4	15,2	28,4	288	0,5	34,26 Р
2008	458	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>13,5</b>	<b>15,6</b>	<b>66,8</b>	<b>461,4</b>	<b>0,5</b>	
<b>Всего</b>				<b>50,8</b>	<b>58,8</b>	<b>254,5</b>	<b>1759,2</b>	<b>24,9</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





Согласовано

## МЕНЮ

8 день

### Сад 12 часов

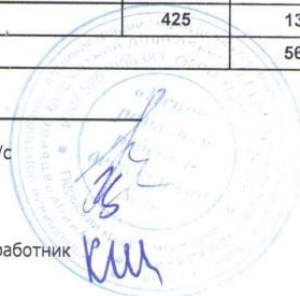
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	247	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	6,3	7,8	25,9	200	0,6	14,00 Р
2013	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшеница 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30	2,7	5,2	17,5	128	0	6,00 Р
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	5,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,1</b>	<b>13,4</b>	<b>63,2</b>	<b>420</b>	<b>0,7</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ (свекла, чеснок, масло растительное)	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	4,00 Р
2012	147	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из курицы, сметана 15% жирности)	180	1,6	3,1	6,8	62	8,9	25,00 Р
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ печень говяжья, масло растительное, сметана, мука	50/30	6,8	7,2	1	97	9,8	34,00 Р
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко - сливочное несоленое)	130	3	5,2	32,2	188	6,2	13,00 Р
2008	АКТ	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты)	180			18,7	74,8	0	3,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>18,9</b>	<b>19,9</b>	<b>95,4</b>	<b>640,8</b>	<b>24,9</b>	
<b>Полдник</b>									
2012	483	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ вафли	50	4,7	6,7	23,2	173	0,2	16,00 Р
2008	468	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	150	5,6	5	9,1	104	1,4	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>10,3</b>	<b>11,7</b>	<b>32,3</b>	<b>277</b>	<b>1,6</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	353	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	5,8	10,2	9,9	154,6	0,3	10,95 Р
2012/2008	434/380	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ+МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	90/40	3,9	4,4	16,8	122,4	6,2	15,03 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>13,8</b>	<b>15</b>	<b>65,1</b>	<b>450,4</b>	<b>7,3</b>	
<b>Всего</b>				<b>56,9</b>	<b>64,5</b>	<b>263,5</b>	<b>1871,2</b>	<b>126,8</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





# МЕНЮ

9 день

## Сад 12 часов

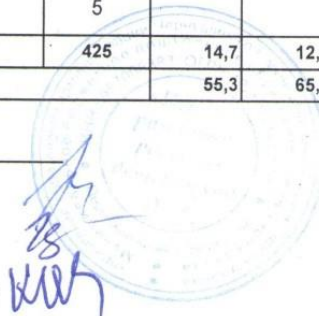
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	266	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	4,6	9,8	25,3	209	0,5	14,00 Р
2012	514	ЧАЙ С МОЛОКОМ чай, сахар, молоко	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5	11,00 Р
2012	97	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0,1	6,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>13,7</b>	<b>12,3</b>	<b>60,8</b>	<b>410</b>	<b>1,1</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	48	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ГОРОШКОМ (капуста квашеная, масло растительное, зеленый горошек, лук)	40	0,9	4,9	4,6	67	7,7	9,00 Р
2008	160	СУП С ВЕРМИШЕЛЮ (картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из кури)	180	1,9	4,9	9,9	94	5,8	25,00 Р
2012	393	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар)	50/30	10	16,8	9,1	226	1	28,00 Р
2012	434	КАША ГРЕЧНЕВО-ПЕРЛОВАЯ (крупа гречневая, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,8	5,3	30,3	187	0	9,00 Р
2012	488	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар песок)	180	0,1	0,1	16,5	69	1,4	7,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>20,7</b>	<b>31,6</b>	<b>85,3</b>	<b>712</b>	<b>9,9</b>	
<b>Полдник</b>									
2008	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (снежок)	150	4	3	6	96	1,4	16,00 Р
2012		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье	26	6,5	4,8	28,9	183	0	5,73 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>10,5</b>	<b>7,8</b>	<b>34,9</b>	<b>279</b>	<b>1,4</b>	
<b>Ужин</b>									
2018	АКТ	КОТЛЕТЫ "ВОСТОРГ" (филе куриное, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	70	7,4	7,6	7,8	130	0,2	9,78 Р
2012	428	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, томатное пюре, сахар песок)	150	3,2	4,9	13,2	111	26,1	13,47 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	25,6	122	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>14,7</b>	<b>12,9</b>	<b>56,7</b>	<b>404</b>	<b>26,3</b>	
<b>Всего</b>				<b>55,3</b>	<b>65,1</b>	<b>250,2</b>	<b>1846</b>	<b>42,5</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





## МЕНЮ

## Сад 12 часов

10 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2013	170	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (макаронные изделия высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,2	4,8	17,1	132	0,6	12,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,2</b>	<b>15,7</b>	<b>63,5</b>	<b>442</b>	<b>1,4</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2008	акт	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ морковь, яблоки, масло растительное	40	0,9	4,9	4,6	67	7,7	12,00 Р
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 кури, хлеб пшеничный в/с)	180	7,6	7,3	16,2	162	5,4	17,00 Р
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе куриное, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	7,9	8,4	29,2	225	0,8	32,00 Р
2012	538	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4	6,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>19,6</b>	<b>21,4</b>	<b>92,9</b>	<b>646</b>	<b>9,5</b>	
<b>Полдник</b>									
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	1,4	1,6	37,5	172	0	5,73 Р
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>7</b>	<b>6,5</b>	<b>46,8</b>	<b>276,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2018	АКТ	ЕЖИКИ АППЕТИТНЫЕ (рыба минтай неразделанный, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь)	70	6,2	6,5	6,1	107,7	0,7	20,68 Р
2018	170	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,1	8,1	20,9	168,9	12,4	31,57 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
2018	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,4</b>	<b>15</b>	<b>65,4</b>	<b>450</b>	<b>8,2</b>	
<b>Всего</b>				<b>54,7</b>	<b>56,4</b>	<b>264,6</b>	<b>1794,8</b>	<b>106,31</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

## Сад 12 часов

11 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	268	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное)	180	5,5	6,2	27,9	189	0,5	13,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,5</b>	<b>11</b>	<b>43,3</b>	<b>305</b>	<b>0,8</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2012	акт	САЛАТ СВЕКОЛКА свекла, яблоко, масло растительное	40	0,4		1,2	7	5	13,00 Р
2012	76	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из кури)	180	7,9	6	17,1	154	4	23,00 Р
2012	288	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе куриное, яйцо, молоко, мука, соль, масло сливочное)	70	2,4	5,4	7,3	88	0,4	32,20 Р
2012	297	КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста, Морковь, томатная паста	130	4,9	8,4	31,1	220	0	11,00 Р
2018	акт	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	180				18,7	74,8	3,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>18,8</b>	<b>20,4</b>	<b>91,6</b>	<b>627,8</b>	<b>9,4</b>	
<b>Полдник</b>									
2012	401	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	150	5,6	5	9,1	104	0,6	13,00 Р
2008		БАТОНЧИК ТВОРОЖНЫЙ (Творог, яйцо, мука, соль, сахар, сода, мука, вода)	50	2,5	3,7	34,3	182	0	9,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,1</b>	<b>8,7</b>	<b>43,4</b>	<b>286</b>	<b>0,6</b>	
<b>Ужин</b>									
2013	307	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо куриное, молоко, масло сливочное)	200	9,7	14,2	26,6	273	0,5	27,78 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/е)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,8</b>	<b>14,6</b>	<b>65</b>	<b>446,4</b>	<b>0,5</b>	
<b>Всего</b>				<b>55,7</b>	<b>58,6</b>	<b>270,3</b>	<b>1839,2</b>	<b>26,6</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

**МЕНЮ****Сад 12 часов**

12 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	273	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,8	7	33,4	225	0,5	10,00 Р
2013	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30	2,7	5,2	17,5	128	0	6,00 Р
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	5,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,1</b>	<b>13,4</b>	<b>63,2</b>	<b>420</b>	<b>0,7</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2008	44	САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, огурцы консервированные, лук, горошек, масло растительное)	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	10,00 Р
2008	135	СУП ХАРЧО (картофель, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, суповой набор из кури. томатная паста)	180	3,6	4	17,3	120	4,8	18,00 Р
2018	АКТ	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ "ПЕТУШОК" (филе куриное, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничный в/с, молоко пастер. 2,5% жирности)	70	1,4	5,3	8,1	86	0,6	29,99 Р
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	5,7	6,3	24,3	177	8,8	11,00 Р
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4	6,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>18,8</b>	<b>21,4</b>	<b>91,1</b>	<b>636</b>	<b>23,5</b>	
<b>Полдник</b>									
2012		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряник	26	1,8	3,5	34,3	177	0	5,73 Р
2018	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ("снежок" кисломолочный продукт)	150	5,8	5	8	101	0	16,00 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,4</b>	<b>8,4</b>	<b>43,6</b>	<b>281,8</b>	<b>1,1</b>	
<b>Ужин</b>									
2008	акт	КАША "РЯБУШКА" (крупа рисовая, крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,9	5,9	27,2	183	0,4	14,57 Р
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (фарш куриный из окорочков, говядина блк, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	70	2,2	3,5	11,9	89	0,3	28,69 Р
2012	458	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>13,5</b>	<b>15,6</b>	<b>66,8</b>	<b>461,4</b>	<b>0,4</b>	
<b>Всего</b>				<b>53,7</b>	<b>62</b>	<b>275,5</b>	<b>1879,2</b>	<b>26,91</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





## МЕНЮ

## Сад 12 часов

14 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	6,3	7,8	25,9	200	0,6	14,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,2</b>	<b>15,7</b>	<b>63,5</b>	<b>442</b>	<b>1,4</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2012	82	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (свекла, морковь, картофель, соленые огурцы, масло подсолнечное)	40	0,7	4,9	4	62	1,8	12,00 Р
2012	80	ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из кури)	180	1,6	3,1	6,8	62	8,9	18,00 Р
2012		КУРА "АППЕТИТНАЯ" (кура, лук, морковь, масло, томатная паста)	50/30	9,4	14,3	26,6	272,7	12,6	29,47 Р
2008	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (рис, соль, масло сливочное)	130	4,5	6,8	20,3	142,4	1,6	13,00 Р
2013	488	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки свежие, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4	3,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>15</b>	<b>23</b>	<b>76,7</b>	<b>574,7</b>	<b>27,2</b>	
<b>Полдник</b>									
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	150	5,8	5	13	126	1,4	15,00 Р
2008		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ мука, масло сливочное, дрожжи, сахар	50	1,8	3,5	34,3	177	0	5,73 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,6</b>	<b>8,5</b>	<b>47,3</b>	<b>303</b>	<b>1,4</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	312	ЗРАЗЫ ЛЕНИВЫЕ РЫБНЫЕ С СОУСОМ (минтай, лук, яйцо, хлеб, томатная паста, мука)	50/20	3,9	7,5	8,9	118,7	0	28,78 Р
2013	297	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,1	7,1	21	164,3	0	11,00 Р
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,3</b>	<b>15</b>	<b>65,3</b>	<b>449,2</b>	<b>26,1</b>	
<b>Всего</b>				<b>51,3</b>	<b>62,5</b>	<b>253,4</b>	<b>1788,9</b>	<b>49,6</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

## Сад 12 часов

15 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	180	5,4	6,4	30,4	202	0,5	14,00 Р
2013	497	ЧАЙ С САХАРОМ чай, сахар	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5	11,00 Р
2012	97	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сливочное)	30	4,5	3,8	14,6	112	0,1	6,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>12,1</b>	<b>11,9</b>	<b>55,9</b>	<b>382</b>	<b>1</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	48	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ГОРОШКОМ (капуста квашеная, масло растительное, зеленый горошек, лук репчатый)	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	4,00 Р
2018	АКТ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (картофель, перловка, морковь, лук, масло растительное, суповой набор)	180	7,1	7,1	21	176,3	3,2	22,00 Р
2108	акт	ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (курица, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное)	200	9,4	14,3	26,6	272,7	6,3	32,20 Р
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,3	17,1	84	79,2	7,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,8</b>	<b>21,7</b>	<b>91,3</b>	<b>647,2</b>	<b>102,1</b>	
<b>Полдник</b>									
2018	АКТ	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ Вафли	50	2,7	4,6	24	149	0	6,00 Р
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,3</b>	<b>9,5</b>	<b>33,3</b>	<b>253,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2018	акт	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ рис, филе, лук, молоко, хлеб	70	4,6	6,4	3,7	90,8	0,7	24,21 Р
2012	254	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,3	7,9	21,1	186	0,3	14,57 Р
2008	503	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,6</b>	<b>15,2</b>	<b>73,2</b>	<b>484,2</b>	<b>5,4</b>	
<b>Всего</b>				<b>52,1</b>	<b>61,3</b>	<b>266,3</b>	<b>1836,2</b>	<b>113,2</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

## Сад 12 часов

16 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	4,8	6,5	29	194	0,6	19,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшён. мука 1 сорт)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	5,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,9</b>	<b>12,8</b>	<b>57,4</b>	<b>381</b>	<b>0,8</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2008	акт	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ морковь, яблоки, масло растительное	40	0,9	4,9	4,6	67	7,7	9,00 Р
2012	128	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, суповой набор из кури, лимонная кислота)	180	4,9	9,6	19,7	186	5	21,00 Р
2013	412	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ С СОУСОМ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	50/20	4,4	3,4	14,3	106	0,3	32,15 Р
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,9	8,4	31,1	220	0	11,00 Р
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,1	94	1,4	6,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>17,9</b>	<b>22,1</b>	<b>105,6</b>	<b>697</b>	<b>10,2</b>	
<b>Полдник</b>									
2012	469	МАННИК Молоко, сахар, яйцо, мука	50	2,5	5,7	20,9	146	0	4,00 Р
2012	401	КЕФИР С САХАРОМ кефир с сахаром	150	5,6	5	9,1	104	0	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,1</b>	<b>10,7</b>	<b>30</b>	<b>250</b>	<b>0</b>	
<b>Ужин</b>									
2013	159	ЗРАЗЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные)	70	4,8	7,8	4,3	106,6	0,5	21,83 Р
2008	434	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, соль)	130	3,5	3,8	15	108,8	5,5	11,00 Р
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,4</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	<b>422,4</b>	<b>9,1</b>	
<b>Всего</b>				<b>54,8</b>	<b>64</b>	<b>272,9</b>	<b>1877,4</b>	<b>22,4</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

## Сад 12 часов

17 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,9	7,3	33,3	231	0,5	14,68 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,5</b>	<b>11</b>	<b>43,3</b>	<b>305</b>	<b>0,8</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	44	САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, огурцы консервированные, лук, горошек, масло растительное)	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	4,00 Р
2012	82	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, суповой набор из курицы)	180	3,6	4	17,3	119,6	4,8	28,33 Р
2018	АКТ	КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное)	70	5,1	7	12,3	133	0,3	34,00 Р
2012	316	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА горох, масло сливочное	130	3	5,2	32,2	188	6,2	9,00 Р
		НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	180			8,7	35	0	3,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,9</b>	<b>21,1</b>	<b>92,4</b>	<b>636,7</b>	<b>30,7</b>	
<b>Полдник</b>									
2013	467	КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	15,00 Р
2018		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пряники	26	1,8	3,5	34,3	177	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,4</b>	<b>8,4</b>	<b>43,6</b>	<b>281,8</b>	<b>1</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	АКТ	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухарь панировочный)	50	3,8	8	1,2	92	0,3	21,25 Р
2013	429	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ картофель, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло сливочное	150	5,7	6,3	24,3	177	4,5	11,00 Р
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай)	180	0,2		10,1	41	0	4,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,6</b>	<b>14,7</b>	<b>64,3</b>	<b>445,6</b>	<b>0,5</b>	
<b>Всего</b>				<b>53,8</b>	<b>60</b>	<b>271,3</b>	<b>1844,1</b>	<b>36,9</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



Согласовано

# МЕНЮ

18 день

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вермишель)	180	4,4	4,7	15	119	0,6	12,00 Р
2013	67	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшеница 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30	2,7	5,2	17,5	128	0	6,00 Р
2013	460	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	5,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,1</b>	<b>13,4</b>	<b>63,2</b>	<b>420</b>	<b>0,7</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2018	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2012	акт	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ батон, сыр, масло сливочное	40	0,4		1,2	7	5	11,00 Р
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, сметана 15% жирности, суповой набор из курицы)	180	1,6	3,1	6,8	62	7,6	19,00 Р
2018	АКТ	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (филе куриное, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	70	7	5,2	14,9	134,4	0,2	19,00 Р
2012	321	КАША ГРЕЧНЕВО-ПЕРЛОВАЯ (перловка, гречка, масло, молоко)	130	5,7	6,3	24,3	177	8,8	9,00 Р
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,3	17,1	84	79,2	7,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>20,9</b>	<b>21</b>	<b>91,3</b>	<b>651</b>	<b>96,3</b>	
<b>Полдник</b>									
2012	483	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ вафли	50	4,7	6,7	23,2	173	0,2	16,00 Р
2008	468	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко	150	5,6	5	9,1	104	1,4	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>10,3</b>	<b>11,7</b>	<b>32,3</b>	<b>277</b>	<b>1,6</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	235	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, яйца, сахар песок, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана, ванилин)	170/30	10	15,1	21,7	262,7	0,2	43,98 Р
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	3,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>14,1</b>	<b>15,5</b>	<b>60,1</b>	<b>436,1</b>	<b>0,2</b>	
<b>Всего</b>				<b>56,7</b>	<b>59,9</b>	<b>240,4</b>	<b>1743,1</b>	<b>101</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер





## МЕНЮ

//

19 день

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,5	6,3	32,1	211	0,5	12,32 Р
2012	514	ЧАЙ С МОЛОКОМ чай, сахар, молоко	180	2,7	2,2	14,1	87	0,5	11,00 Р
2012	97	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон нарезной пшен. мука 1 сорт, сыр голландский (круглый))	30	4,5	3,8	14,6	112	0,1	6,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>13,7</b>	<b>12,3</b>	<b>60,8</b>	<b>410</b>	<b>1,1</b>	
<b>II Завтрак</b>									
	79	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие)	1 шт	3,5	3,8	16,6	117	3	18,00 Р
<b>Итого</b>			<b>1 шт</b>	<b>3,5</b>	<b>3,8</b>	<b>16,6</b>	<b>117</b>	<b>3</b>	
<b>Обед</b>									
2008	44	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, яблоко, масло растительное)	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	13,00 Р
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, горошек зеленый консервы, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, суповой набор из кури)	180	3,5	6,2	14,2	126,6	6,2	20,00 Р
2012	289	КОЛБАСКИ "МАЛЮТКА" С СОУСОМ (филе куриное, рис, лук репчатый, мука, масло подсолнечное рафинированное)	50/20	8,2	4,8	9,7	114,8	0,3	23,15 Р
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,9	8,4	31,3	220	0	11,00 Р
2013	498	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сушеный, сахар песок)	180	0,6	0,3	17,1	84	78,2	7,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>19,1</b>	<b>19,7</b>	<b>83</b>	<b>597,8</b>	<b>90</b>	
<b>Полдник</b>									
2008	468	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (снежок)	150	4	3	6	96	1,4	16,00 Р
2012		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье	26	6,5	4,8	28,9	183	0	5,73 Р
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>10,5</b>	<b>7,8</b>	<b>34,9</b>	<b>279</b>	<b>1,4</b>	
<b>Ужин</b>									
2012	321	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	200	9,7	14,2	26,6	273	8,6	27,78 Р
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,2		10,2	43	0,8	4,00 Р
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,5</b>	<b>17,2</b>	<b>62,7</b>	<b>461</b>	<b>9,7</b>	
<b>Всего</b>				<b>56,1</b>	<b>60,3</b>	<b>262,7</b>	<b>1835,8</b>	<b>24,5</b>	<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



## МЕНЮ

20 день

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	Цена
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
<b>Завтрак</b>									
2012	274	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа кукурузная, молоко, масло сливочное, сахар)	180	5,5	4,6	21,1	147,8	0,7	14,00 Р
2012	67	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон, повидло)	30	2,6	5,2	17	125	0	6,00 Р
2012	460	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар, молоко)	180	1,5	1,1	11,2	61	0,2	3,00 Р
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,2</b>	<b>15,7</b>	<b>63,5</b>	<b>442</b>	<b>1,4</b>	
<b>II Завтрак</b>									
2008	498	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	100	1,9	2,2	9,5	63	2	13,00 Р
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>2,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	
<b>Обед</b>									
2008	44	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ (капуста, яблоко, масло растительное)	40	0,6	0,1	1,9	12	12,6	10,00 Р
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из кури, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	180	7,9	6	17,1	154	4	22,00 Р
2012	306	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	70	4,4	3,4	14,3	105,4	0,3	29,00 Р
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное)	130	3,1	8,1	20,9	168,9	12,4	30,00 Р
2012	373	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,3	17,1	84	79,2	3,00 Р
2018	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	3,2	0,6	16,2	84	0	3,72 Р
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>20,1</b>	<b>23,3</b>	<b>90,2</b>	<b>662,4</b>		
<b>Полдник</b>									
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	5,6	4,9	9,3	104,8	1	13,00 Р
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	1,4	1,6	37,5	172	0	5,73 Р
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,4</b>	<b>8,4</b>	<b>43,6</b>	<b>281,8</b>		
<b>Ужин</b>									
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с)	20	3,9	0,4	28,3	132,4	0	2,00 Р
2018	274	КАША ДРУЖБА (рис, пшено, сахар, молоко, масло сливочное)	130	3,8	3,8	8,7	84,2	0,2	10,03 Р
2012		ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ (филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйцо)	70	6,4	7,4	14,3	105,4	0,3	14,22 Р
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,2		10,1	41	0	2,00 Р
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная)	5					0	0,13 Р
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,5</b>	<b>15</b>	<b>65,2</b>	<b>450</b>		
<b>Всего</b>				<b>55,3</b>	<b>62,5</b>	<b>267,8</b>	<b>1871</b>		<b>180,83 Р</b>

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер