

Согласовано:

Заведующая МБДОУ
«ЦРР-Детский сад № 9»



Утверждаю:

ИП Меньшатов С.Н.



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

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

Разработано: технолог Тришканова Г. А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

1 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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 пшеница 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 |
| Итого | | | 390 | 10,4 | 9,3 | 63 | 377 | 1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2013 | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ ИЗ 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 |
| Итого | | | 640 | 18,9 | 21,1 | 91,3 | 634,8 | 20,3 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 10,4 | 10,9 | 35,3 | 282,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 435 | 13,5 | 15 | 65,2 | 451,4 | 1,4 | |
| Всего | | | | 56,7 | 60,1 | 271,4 | 1863 | 17,1 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

2 день

| 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 (пшеница, 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 (бублик нарезной пшени 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 |
| Итого | | | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2012 | акт | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ 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 литвева, 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 |
| Итого | | | 640 | 18,9 | 21,1 | 91,3 | 634 | 16,6 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2012 | | кондитерские изделия преник | 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 |
| Итого | | | 176 | 7,6 | 8,5 | 42,3 | 278 | 0 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 405 | 13,9 | 15,5 | 65 | 455,1 | 0,5 | |
| Всего | | | | 53,4 | 60,7 | 271,3 | 1850,1 | 19,8 | 180,83 Р |

Г.А. Тришканова

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер



МЕНЮ

Сад 12 часов

3 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, 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) | 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 нарезанной пшеницы 1 сорт, сыр голландский (круглый)) | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00 Р |
| Итого | | | 390 | 13,7 | 12,3 | 60,8 | 410 | 1,1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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, суховой набор из кури, 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 |
| Итого | | | 640 | 19,6 | 21,1 | 94,7 | 652 | 10,6 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | вкт | 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 байковый) | 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 |
| Итого | | | 405 | 13,5 | 15 | 65 | 448,8 | 0,4 | |
| Всего | | | | 57,7 | 60,6 | 280,7 | 1909,6 | 30,1 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

4 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|----------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | ОГУРЕЦ ПОРЦИОННЫЙ огурец свежий | 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 |
| Итого | | | 650 | 19,1 | 19,4 | 91,4 | 630 | 100,1 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 10 | 10 | 37 | 279 | 0,6 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 ИОДИРОВАННАЯ СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ИОДИРОВАННАЯ | 5 | | | | | | 0,13 Р |
| Итого | | | 405 | 13,5 | 14,7 | 65 | 446,1 | 6,3 | |
| Всего | | | | 55,7 | 62 | 266,4 | 1860,1 | 104,3 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

5 день

| 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) | 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 нарезаный пшени муче 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | 30 | 2,7 | 5,2 | 17,5 | 128 | 0 | 6,00 Р |
| Итого | | | 390 | 12,1 | 11,9 | 55,9 | 382 | 1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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 КУРИНЫЕ (филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный выс. сорт, сахар панирочный, 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 |
| Итого | | | 640 | 18,9 | 21 | 91,5 | 634,8 | 8,4 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | акт | ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухари панирочный) | 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 выс) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 405 | 13,8 | 14,9 | 65,9 | 463,1 | 17 | |
| Всего | | | | 55,7 | 60 | 273,5 | 1868,7 | 26,1 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

6 день

| 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) | 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 пшеница 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 |
| Итого | | | 390 | 8,9 | 12,8 | 57,4 | 381 | 0,8 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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 сушенный, 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 |
| Итого | | | 640 | 18,9 | 21,5 | 89,5 | 641 | 102,8 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2012 | 467 | КЕФИР С САХАРОМ кефир | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00 Р |
| 2008 | ВКТ | 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 |
| Итого | | | 200 | 9,2 | 11,5 | 32 | 270,8 | 5,5 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 405 | 13,8 | 14,6 | 65 | 446,4 | 0,5 | |
| Всего | | | | 52,7 | 62,6 | 253,4 | 1802,2 | 111,6 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

7 день
7 день

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|--|-------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 390 | 8,5 | 11 | 43,3 | 305 | 0,8 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | акт | ПОМИДОР ПОРЦИОННЫЙ помидор свежий | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 10,00 Р |
| 2013 | 97 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые, перловка, сметана 15% жирности, суповой набор из курицы) | 180 | 2 | 5,2 | 12,2 | 108 | 4,9 | 15,00 Р |
| 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 |
| Итого | | | 640 | 19,5 | 21,6 | 91,4 | 648 | 18,4 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2013 | 467 | КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 15,00 Р |
| 2018 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ преники | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 3,72 Р |
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | 325 | Пудинг творожный со сладкими сликами (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 |
| Итого | | | 380 | 13,5 | 15,6 | 66,8 | 461,4 | 0,5 | |
| Всего | | | | 50,8 | 58,8 | 254,5 | 1759,2 | 24,9 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.

МЕНЮ

Сад 12 часов

8 день



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|----------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 пшан 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 |
| Итого | | | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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 кури, сметана 15%) | 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 |
| Итого | | | 650 | 18,9 | 19,9 | 95,4 | 640,8 | 24,9 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 10,3 | 11,7 | 32,3 | 277 | 1,6 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | 353 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (рыба минтай нарезанный, 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 ПО-ТОФЕЛЬСКИ ПЮРЕ ПО-ТОФЕЛЬСКИ (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 |
| Итого | | | 425 | 13,8 | 15 | 65,1 | 460,4 | 7,3 | |
| Всего | | | | 56,9 | 64,5 | 263,5 | 1871,2 | 126,8 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

9 день

| 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 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 пшени. мука 1 сорт, сыр голландский (круглый)) | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00 Р |
| Итого | | | 390 | 13,7 | 12,3 | 60,8 | 410 | 1,1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Фрукты свежие) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | САЛАТ "АРОМАТЫ ОСЕНИ" (огурец, помидор, капуста, масло растительное) | 40 | 0,9 | 4,9 | 4,6 | 67 | 7,7 | 9,00 Р |
| 2008 | 160 | СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ (картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из курицы) | 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 |
| Итого | | | 650 | 20,7 | 31,6 | 85,3 | 712 | 9,9 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2008 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (сметана) | 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 |
| Итого | | | 176 | 10,5 | 7,8 | 34,9 | 279 | 1,4 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2018 | АКТ | КОТЛЕТЫ "ВОСТОРОГ" (филе куриное, лук репчатый, сухари панирочные, масло подсолнечное рафинированное) | 70 | 7,4 | 7,6 | 7,8 | 130 | 0,2 | 9,78 Р |
| 2012 | 428 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокачанная, 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 |
| Итого | | | 425 | 14,7 | 12,9 | 56,7 | 404 | 26,3 | |
| Всего | | | | 55,3 | 65,1 | 250,2 | 1846 | 42,5 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | акт | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ 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 курицы, 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 |
| Итого | | | 640 | 19,6 | 21,4 | 92,9 | 646 | 9,5 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 170 | 7 | 6,5 | 46,8 | 276,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 415 | 13,4 | 15 | 65,4 | 450 | 8,2 | |
| Всего | | | | 54,7 | 56,4 | 264,6 | 1794,8 | 106,31 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканов



МЕНЮ

Сад 12 часов

11 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|----------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 Битон, 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 |
| Итого | | | 390 | 8,5 | 11 | 43,3 | 305 | 0,8 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 650 | 18,8 | 20,4 | 91,6 | 627,8 | 9,4 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 8,1 | 8,7 | 43,4 | 286 | 0,6 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 405 | 13,8 | 14,6 | 65 | 446,4 | 0,5 | |
| Всего | | | | 55,7 | 58,6 | 270,3 | 1839,2 | 26,6 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

12 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая цен. | Вита-мин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|---------------------|----------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 пшан 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 |
| Итого | | | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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 | КОМПЛОТ 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 |
| Итого | | | 660 | 18,8 | 21,4 | 91,1 | 636 | 23,5 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2012 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пирожки | 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 |
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1,1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 б/к, 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 |
| Итого | | | 385 | 13,5 | 15,6 | 66,8 | 461,4 | 0,4 | |
| Всего | | | | 63,7 | 62 | 276,5 | 1679,2 | 26,91 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

13 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вит. а-мин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|---|-------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2012 | 93 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(молоко пастер. 2.5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная)</small> | 180 | 5,2 | 4,8 | 17,1 | 132 | 0,6 | 12,00 Р |
| 2012 | 514 | ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>чай, сахар, молоко</small> | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00 Р |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ <small>(батон нарезной пшени 1 сорт, сыр голландский (крутый))</small> | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00 Р |
| Итого | | | 390 | 13,7 | 12,3 | 80,8 | 410 | 1,1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ <small>(фрукты свежие)</small> | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2012 | вкт | БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ <small>батон, сыр, масло сливочное</small> | 40 | 0,4 | | 1,2 | 7 | 5 | 11,00 Р |
| 2008 | 76 | ФАРШ СО СВЕЖИМИ КАПУСТОЙ СО ГРЕЧНЕВОЙ <small>(свиная, капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, сахар песок, сметана 15% жирности, чеснок, сушеный набор из укропа, томатная паста, лимонная кислота)</small> | 180 | 4,4 | 7,1 | 9,7 | 121 | 6,4 | 14,00 Р |
| 2018 | АКТ | КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" <small>(фарш куриный из окороков, говядина б/к, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, специи панировочные, масло подсолнечное рафинированное)</small> | 70 | 2,2 | 3,5 | 11,9 | 89 | 0,3 | 22,22 Р |
| 2012 | 414 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ <small>(крупа гречневая п/дц, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2.5% жирности)</small> | 130 | 5,5 | 5 | 20,2 | 148 | 0,3 | 13,00 Р |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ <small>(яблоки, сахар песок, лимон)</small> | 180 | 0,3 | 0,2 | 17,6 | 75 | 3,2 | 7,00 Р |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small> | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72 Р |
| Итого | | | 640 | 19,9 | 20,2 | 96,1 | 652 | 13,2 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2012 | 467 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 2.5% жирности)</small> | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00 Р |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ <small>печенье сахарное марка высш. Сорт</small> | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 5,73 Р |
| Итого | | | 200 | 9,8 | 11 | 34 | 275 | 0,8 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | 258 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ <small>(рыба миктай неразделанная, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, специи панировочные, масло подсолнечное рафинированное)</small> | 50 | 6,5 | 6,4 | 1,3 | 88,8 | 0,5 | 13,00 Р |
| 2018 | АКТ | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ <small>(картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 130 | 3,1 | 8,1 | 20,9 | 168,9 | 12 | 26,03 Р |
| 2008 | 411 | ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахар песок, вода питьевая)</small> | 180 | | | 15 | 60 | 0 | 3,00 Р |
| 2018 | 114 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный в/с)</small> | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ <small>(соль пищевая йодированная)</small> | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 385 | 13,5 | 14,9 | 66,6 | 450,1 | 8,3 | |
| Всего | | | | 56 | 81 | 257,6 | 1812,1 | 26,9 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

14 день

| 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) | 180 | 6,3 | 7,8 | 25,9 | 200 | 0,6 | 14,00 Р |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ белок, 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 |
| Итого | | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2012 | 82 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (свежгл, морковь, картофеля, соленные 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 |
| Итого | | | 650 | 15 | 23 | 76,7 | 574,7 | 27,2 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 7,6 | 8,5 | 47,3 | 303 | 1,4 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 выш. 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/о) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 405 | 13,3 | 15 | 65,3 | 449,2 | 26,1 | |
| Всего | | | | 51,3 | 62,5 | 253,4 | 1788,9 | 49,6 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.

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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 (белок нарезной пшеница мука 1 сорт, масло сливочное) | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00 Р |
| Итого | | | 390 | 12,1 | 11,9 | 55,9 | 382 | 1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | ОГУРЕЦ ПОРЦИОННЫЙ огурец порционный | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 4,00 Р |
| 2018 | АКТ | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (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 |
| Итого | | | 640 | 18,8 | 21,7 | 91,3 | 647,2 | 102,1 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2018 | АКТ | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ Вафли | 50 | 2,7 | 4,6 | 24 | 149 | 0 | 6,00 Р |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00 Р |
| Итого | | | 200 | 8,3 | 9,5 | 33,3 | 253,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 а/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 415 | 13,6 | 15,2 | 73,2 | 484,2 | 5,4 | |
| Всего | | | | 52,1 | 61,3 | 266,3 | 1836,2 | 113,2 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

16 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины 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) | 180 | 4,8 | 6,5 | 29 | 194 | 0,6 | 19,00 Р |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшан 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 |
| Итого | | | 390 | 8,9 | 12,8 | 57,4 | 381 | 0,8 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | акт | ПОМИДОР ПОРЦИОННЫЙ помидор свежий | 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 выс. сорт, лук репчатый, сахар 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 | 6,4 | 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 |
| Итого | | | 640 | 17,9 | 22,1 | 105,6 | 697 | 10,2 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 8,1 | 10,7 | 30 | 250 | 0 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2013 | 159 | ЗРАЗЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (филе куриное, хлеб пшеничный выс. сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар 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 выс.) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 415 | 13,4 | 16 | 63 | 422,4 | 9,1 | |
| Всего | | | | 54,8 | 64 | 272,9 | 1877,4 | 22,4 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

17 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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 390 | 8,6 | 11 | 43,3 | 305 | 0,8 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 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 высшего сорта, 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 |
| Итого | | | 640 | 18,9 | 21,1 | 92,4 | 636,7 | 30,7 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2013 | 467 | КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК йогурт | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 15,00 Р |
| 2018 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ пирожки | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 3,72 Р |
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | АКТ | ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухари 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 |
| Итого | | | 415 | 13,6 | 14,7 | 64,3 | 445,6 | 0,5 | |
| Всего | | | | 53,8 | 60 | 271,3 | 1844,1 | 36,9 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

18 день

| 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) | 180 | 4,4 | 4,7 | 15 | 119 | 0,6 | 12,00 Р |
| 2013 | 67 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшени 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 |
| Итого | | | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2012 | акт | БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ (батон, сыр, масло сливочное) | 40 | 0,4 | | 1,2 | 7 | 5 | 11,00 Р |
| 2008 | 64 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, сметана 15% жирности, суловый набор из кури) | 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 (перловая, 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 |
| Итого | | | 640 | 20,9 | 21 | 91,3 | 651 | 96,3 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 10,3 | 11,7 | 32,3 | 277 | 1,6 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 385 | 14,1 | 15,5 | 60,1 | 436,1 | 0,2 | |
| Всего | | | | 56,7 | 69,9 | 240,4 | 1743,1 | 101 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

19 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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 180 | 6,5 | 6,3 | 32,1 | 211 | 0,5 | 12,32 Р |
| 2012 | 514 | ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>чай, сахар, молоко</small> | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00 Р |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ <small>(белок жареной пшеничной муки 1 сорт, сыр голландский (круглый))</small> | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00 Р |
| Итого | | | 390 | 13,7 | 12,3 | 60,8 | 410 | 1,1 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ <small>(Фрукты свежие)</small> | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 Р |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" <small>(свекла, яблоко, масло растительное)</small> | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 13,00 Р |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ <small>(картофель, капуста белокачанная, горошек зеленый консерв., морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, суповой набор из курицы)</small> | 180 | 3,5 | 6,2 | 14,2 | 126,6 | 6,2 | 20,00 Р |
| 2012 | 289 | КОЛБАСКИ "МАЛЮТКА" С СОУСОМ <small>(филе куриное, рис, лук репчатый, мука, масло подсолнечное рафинированное)</small> | 50/20 | 8,2 | 4,8 | 9,7 | 114,8 | 0,3 | 23,15 Р |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронные изделия высшего сорта, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 130 | 4,9 | 8,4 | 31,3 | 220 | 0 | 11,00 Р |
| 2013 | 498 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ <small>(шиповник сушеный, сахар песок)</small> | 180 | 0,6 | 0,3 | 17,1 | 84 | 78,2 | 7,00 Р |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small> | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72 Р |
| Итого | | | 640 | 19,1 | 19,7 | 83 | 597,8 | 90 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 2008 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК <small>(снежок)</small> | 150 | 4 | 3 | 6 | 96 | 1,4 | 16,00 Р |
| 2012 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ <small>печенье</small> | 26 | 6,5 | 4,8 | 28,9 | 183 | 0 | 5,73 Р |
| Итого | | | 176 | 10,5 | 7,8 | 34,9 | 279 | 1,4 | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| 2012 | 321 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 200 | 9,7 | 14,2 | 26,6 | 273 | 8,6 | 27,78 Р |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ <small>(вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)</small> | 180 | 0,2 | | 10,2 | 43 | 0,8 | 4,00 Р |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный в/с)</small> | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 Р |
| | | СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ <small>(соль пищевая йодированная)</small> | 5 | | | | | 0 | 0,13 Р |
| Итого | | | 405 | 13,5 | 17,2 | 62,7 | 461 | 9,7 | |
| Всего | | | | 56,1 | 60,3 | 262,7 | 1835,8 | 24,5 | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.



МЕНЮ

Сад 12 часов

20 день

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг | Цена |
|-------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|----------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 390 | 11,2 | 16,7 | 63,6 | 442 | 1,4 | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 Р |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "АРОМАТЫ ОСЕНИ" (огурец, помидор, капуста, масло растительное) | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 10,00 Р |
| 2008 | 99 | СУП С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущильный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, суповой набор из курицы, хлеб пшеничный, 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 |
| Итого | | | 640 | 20,1 | 23,3 | 90,2 | 662,4 | | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 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 начинкой) | 20 | 1,4 | 1,6 | 37,5 | 172 | 0 | 5,73 Р |
| Итого | | | 200 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| | | 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 |
| Итого | | | 415 | 13,6 | 16 | 65,2 | 460 | | |
| Всего | | | | 55,3 | 62,6 | 267,8 | 1871 | | 180,83 Р |

Заведующий д/с

Повар

Медицинский работник

Бухгалтер

Тришканова Г.А.