

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДС № 2 «Крепыш» г. Кузнецка
Н.М.Жаркова

Приказ № 197/1-ОД от 29.11.2021



**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
МБДОУ ДС № 2 «Крепыш» г. Кузнецка
для детей раннего возраста 1,5-3 лет и дошкольного возраста 3-7 лет,
12 часовой режим функционирования**



	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
			Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад		
ДЕНЬ 1							
Завтрак 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)	150/180	4,32/5,76	4,97/6,63	13,71/16,28	113/139	43
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/200	0,06/0,062	0,02/0,03	9,66/9,71	40,0/40,29	392
Итого за завтрак:	365/427	6,65/8,842	9,16/11,94	38,19/46,39	262,12/322,29		
Завтрак 2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/200	1,0/1,0	0/0	18,20/18,20	76,0/76,0	442
Обед	САЛАТ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40/60	0,89/0,92	1,69/2,44	3,33/4,68	41,15/55,7	51
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150/180	3,88/5,10	8,04/8,55	7,99/15,55	119,51/125,78	
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60/70	12,53/14,32	11,70/13,68	10,64/12,16	196,48/229,18	178
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/	110	2,34	5,67	12,17	100,60	434
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	13,27	3,4	27,4	208,08	423
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,43	0,07/0,09	16,46/11,17	52,16/67,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,70	16,88/21,10	88,80/111,0	148
Итого за обед:	550/690	23,23/38,09	28,53/29,86	67,47/92,06	598,7/797,25		
Полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100/120	16,77/20,14	10,99/12,84	15,07/18,74	228,08/273,49	10/5
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30/30	1,3/1,3	3,54/3,54	7,87/7,87	60,6/60,6	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20/28	1,58/2,25	0,61/0,87	10,69/15,27	55,45/79,2	118
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	508
Итого за полдник:	330/378	23,95/28,86	19,63/22,63	50,43/61,3	465,12/558,48		
Итого за 1-ый день:		1455/1695	54,83/76,792	57,32/64,43	174,29/217,95	1401,94/1754,02	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
			Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад
ДЕНЬ 2							
Завтрак 1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150/180	5,98/7,71	9,02/10,02	30,62/41,76	205,91/250,75	34
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	СЫР	5/7,5	1,2/1,78	1,4/2,18	0,02/0,02	18,15/26,86	42
	КАКАО НА МОЛОКЕ	160/180	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	508
Итого за завтрак		350/414,5	13,75/17,68	19,08/22,86	62,74/81,60	454,17/565,80	
Завтрак 2	КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК	100/120	2,8/3,36	3,2/3,84	4,1/4,92	56,0/67,17	119
Обед	САЛАТ « ПОЛЕВОЙ»	40/60	0,85/1,23	2,43/3,51	6,03/8,71	49,5/71,5	62
	СВЕКОЛЬНИК	150/180	15,03/17,19	2,5/3,01	9,06/12,0	125,52/178,68	99
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/180	14,02/14,94	9,99/10,42	10,05/11,83	202,01/207,30	150
	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/30	0,37/0,37	0,9/0,9	2,93/2,93	21,36/21,36	119
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,43	0,07/0,09	16,46/11,17	52,16/67,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,7	16,88/21,1	88,8/111,0	148
	БАТОН «НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
Итого за обед		580/740	36,11/41,21	18,12/20,79	76,68/ 88,1	618,55/762,95	
Полдник	БУЛОЧКА « ДОМАШНЯЯ» МОЛОЧНАЯ	55/65	6,24/8,01	5,2/6,97	42,0/51,6	250,83/302,21	43
	ЧАЙ С САХАРОМ	150/180	0,05/0,06	0,01/0,02	9,33/9,66	37,31/40,0	392/1
Итого за полдник		205/245	6,29/8,07	5,21/6,99	51,33/60,72	288,14/342,21	
Итого за 2-ой день:			1235/1519,5	58,95/70,32	45,61/54,48	194,85/235,34	1416,86/1738,13

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
			Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад		
ДЕНЬ 3							
Завтрак 1	КАША МОЛОЧНАЯ «ТИГРЕНОК»	150/180	3,82/4,6	4,43/5,7	18,53/23,7	129,0/170,0	30
	БАТОН «НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	СЫР	5/7,5	1,2/1,78	1,48/2,18	0,02/0,02	18,15/26,86	42
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/200	1,34/1,98	1,10/1,56	13,31/14,33	71,9/74,6	506
Итого за завтрак		370/454,5	11,25/14,15	14,11/18,09	50,65/64,28	274,65/481,92	
Завтрак 2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/200	1,0/1,0	0/0	18,20/18,20	76,0/76,0	442
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40/60	0,64/0,87	1,67/2,54	4,3/5,23	40,07/55,8	2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/180	1,96/2,69	6,17/9,23	13,59/18,35	117,5/143,61	152
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160/200	14,02/19,02	14,23/17,23	17,05/20,05	298,6/322,6	51
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,39	0,07/1,02	16,46/17,17	52,16/60,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,7	16,88/21,1	88,8/111,0	148
Итого за обед		540/690	17,21/27,02	23,5/31,72	68,28/81,9	597,13/693,52	
Полдник	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100/120	16,27/27,12	4,67/7,78	3,87/6,5	123,9/206,5	104
	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/30	0,37/0,37	0,9/0,9	2,93/2,93	21,36/21,36	119
	ЧАЙ С САХАРОМ	150/180	0,05/0,06	0,01/0,02	9,33/9,66	37,31/40,0	392
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	25/30	1,99/2,05	0,78/0,82	15,20/15,27	73,09/76,4	118
Итого за полдник		423,8/476,2	19,40/30,38	6,55/9,72	38,32/41,94	287,65/416,82	
Итого за 3-ий день:		1533,8/1820,7	48,86/72,55	44,16/59,53	175,45/206,32	1235,43/1668,26	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
			Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	
ДЕНЬ 4							
Завтрак 1	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150/180	4,15/5,05	6,46/8,23	24,3/31,05	172,05/215,2	274
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	СЫР	5/7,5	1,2/1,78	1,48/2,18	0,02/0,02	18,15/26,86	42
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	513
Итого за завтра		370/434,5	11,92/15,02	16,60/21,07	56,6/70,89	420,31/530,25	
Завтрак 2	КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК	100/120	2,8/3,36	3,2/3,84	4,1/4,92	56,0/67,2	119
Обед	САЛАТ «ЛУКОВКА»	40/60	0,98/1,03	2,15/3,76	3,88/4,95	31,20/61,61	53
	СУП-УХА	150/180	4,32/5,0	5,7/5,59	22,22/24,37	117/152,23	50
	МАКАРОННИК С МЯСОМ	180/200	19,8/23,01	21,4/22,5	32,5/39,1	414,8/516,12	292
	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/30	0,33/0,37	0,2/0,9	2,10/2,93	20,06/21,36	119
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,70	16,88/21,10	88,80/111,0	148
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,43	0,07/0,09	16,46/11,17	52,16/67,51	122
Итого за обед		580/720	25,78/33,89	30,88/34,54	94,04/103,62	724,02/929,83	
Полдник	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100/120	10,92/13,1	5,09/6,11	2,75/3,3	100,0/120,0	247
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/200	0,06/0,07	0,02/0,03	9,66/10,02	40,0/80,86	392/1
Итого за полдник		477,2/536	14,03/17,6	6,63/7,97	45,08/54,71	300,8/329,94	
Итого за 4-ый день:							
		1527,2/1810,5	54,53/69,87	57,31/67,42	992,82/234,14	1501,13/1790,02	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
			Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	
ДЕНЬ 5							
Завтрак 1	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	150/200	5,16/8,58	5,73/9,15	22,71/36,50	162,78/268,76	270
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	5,17/6,35	5,38/7,97	19,42/21,42	145,19/169,02	508
Итого за завтрак		365/447	12,6/17,95	15,28/22,4	57,43/78,32	417,09/580,78	
Завтрак 2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/200	1,0/1,0	0/0	18,2/18,2	76,0/76,0	442
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40/60	0,64/0,87	1,67/2,54	4,3/5,23	40,07/55,8	2
	СУП РИСОВЫЙ	150/180	1,68/2,24	3,53/4,7	7,34/9,8	68,18/90,9	98
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/130	3/4,5	4,27/6,4	14,6/21,9	175,33/263	186
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/70	10,17/11,62	5,7/6,52	2,24/2,56	101,07/115,51	373
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,70	16,88/21,10	88,80/111,0	148
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,05/0,09	0/0	11,85/15,2	47,8/64,7	122
Итого за обед		540/690	18,78/23,37	16,53/21,86	57,21/75,79	521,25/700,91	
Полдник	ОМЛЕТ	60/80	4,71/6,28	5,44/7,25	1,92/2,56	75/100	56
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40/60	0,6/0,91	3,39/5,09	6,16/9,24	56,64/84,95	10/1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/200	1,34/2,04	1,10/1,99	13,31/13,89	71,9/93,01	506
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
Итого за полдник		335/410	11,8/15,43	10,8/15,49	36,66/46,05	282,74/383,56	
Итого за 5-ый день:		1445/1754,5	44,54/57,75	42,69/59,75	169,5/218,36	1297,08/1741,25	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
		Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	
ДЕНЬ 6							
Завтрак 1	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	160/180	5,37/9,16	7,05/11,4	21,06/30,97	171,3/234,45	272
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/200	0,06/0,07	0,02/0,03	9,66/10,02	40,0/80,86	392/1
Итого за завтрак		375/427	7,7/12,25	11,24/16,71	46,02/61,39	320,42/458,31	
Завтрак 2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/200	1,0/1,0	0/0	18,2/18,2	76,0/76,0	442
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40/60	0,89/0,92	1,69/2,44	3,33/4,68	41,15/55,7	51
	БОРЩ С КУРАМИ	150/180	3,41/5,2	7,04/8,32	5,99/20,55	33/55	6
	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50/70	5,43/7,50	10,40/12,98	1,27/2,64	120,47/138,73	179
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/130	2,53/4,29	1,53/2,79	16,6/32,4	112,33/164	43/3
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,43	0,07/0,09	16,46/11,17	52,16/67,51	122
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,70	16,88/21,10	88,80/111,0	148
Итого за обед		570/730	18,1/25,39	22,96/29,48	59,34/112,9	527,11/697,54	
Полдник	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100/110	18,4/23,6	10,95/17,3	58,3/64,48	173,30/239,30	289,314
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	508
Итого за полдник		280/310	22,7/28,77	15,44/22,68	75,1/83,9	294,29/384,49	
Итого за 6-ой день:		1425/1667	49,5/67,41	49,64/68,87	198,66/276,39	1217,82/1616,34	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
		Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	
ДЕНЬ 7							
Завтрак 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВЫЙ)	150/180	4,32/5,76	4,97/6,63	13,71/16,28	113/139	43
	БАТОН «НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	СЫР	5/7,5	1,2/1,78	1,4/2,18	0,02/0,02	18,15/26,86	42
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/200	0,06/0,07	0,02/0,03	9,66/10,02	40,0/80,86	392/1
Итого за завтрак		370/434,5	7,85/10,63	5,59/14,12	38,69/46,72	280,27/389,72	
Завтрак 2	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100/120	2,8/3,36	3,2/3,84	4,1/4,92	56,0/67,2	119
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	40/60	0,8/1,04	5,0/6,5	1,79/2,33	55,3/71,89	
	СУП С МУЧНЫМИ КЛЁЦКАМИ	150/180	4,08/6,8	5,83/8,7	14,99/22,75	258,8/278,1	37
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/70	9,59/12	8,78/11,9	10/11,2	185,4/199,6	55
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ШОРЕ	110/130	2,34/3,15	5,67/6,6	14,17/16,35	119,60/138	434
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,39	0,07/1,02	16,46/17,17	52,16/60,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,70	16,88/21,10	88,80/111,0	148
	Итого за обед		540/690	20,4/27,43	26,71/31,47	73,23/90,9	760,06/859,1
Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110/130	17,2/19,2	18,9/20,16	17,26/19,12	280/340	319
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30/30	1,3/1,3	3,54/3,54	7,87/7,87	60,4/60,4	
	МОЛОКО КИПЯЧОНОЕ	150/200	4,35/5,8	3,75/5,0	7,2/9,6	81/108	233
	БАТОН «НАРЕЗНОЙ»	20/28	1,58/2,25	0,61/0,87	10,69/15,25	55,445/79,2	118
Итого за полдник		310/388	24,43/28,55	26,8/29,57	43,02/51,84	476,845/587,6	
Итого за 7-ой день:		1320/1632,5	55,48/69,97	62,3/79	159,04/194,38	2417,33/1903,62	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
		Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	
ДЕНЬ 8							
Завтрак 1	КАША МОЛОЧНАЯ « РЯБЧИК»	150/180	3,47/4,53	3,7/4,3	19,9/25,32	127,02/161,0	56
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	СЫР	5/7,5	1,2/1,78	1,4/2,18	0,02/0,02	18,15/26,86	42
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	508
Итого за завтрак		370/434,5	11,24/14,5	13,76/17,14	52,02/65,16	375,28/476,05	
Завтрак 2	МОЛОКО КИПЯЧОНОЕ	150/200	4,35/5,8	3,75/5	7,2/9,6	1,95/2,6	255
Обед	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	40/60	1,02/1,4	2,03/2,57	5,34/7,32	43,03/57,37	54
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150/180	3,07/3,66	3,46/3,94	10,22/14,75	119,23/150,96	204
	КАПУСТА, ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160/200	7/10	7/8,2	7,26/10,8	245/280	200
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/180	0,35/0,39	0,07/1,02	16,46/17,17	52,16/60,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,70	16,88/21,10	88,80/111,0	148
Итого за обед		540/670	14,68/19,5	13,92/17,43	56,16/71,14	548,22/659,84	
Полдник	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ, ПНИЦЕЛИ РЫБНЫЕ	70/80	6,83/7,8	3,81/4,35	24,8/28,3	99,75/114,44	134
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/120	3,0/4,5	4,27/6,4	14,6/21,9	175,33/263	186
	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/30	0,33/0,37	0,2/0,9	2.10/2,93	20,06/21,36	119/1
	БАТОН « НАРЕЗНОЙ»	25/30	1,62/2,25	0,66/0,87	10,75/15,27	53,0/79,2	119
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/200	0,06/0,07	0,02/0,03	9.66/11,02	40,00/80,86	392/1
Итого за полдник		395/460	11,84/14,99	8,89/12,55	61,91/79,42	388,14/558,86	
Итого за 8-ой день			1455/1764,5	42,11/54,79	40,32/52,12	177,29/225,32	1313,59/1697,35

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
			Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад		
ДЕНЬ 9							
Завтрак 1	КАША МОЛОЧНАЯ «ДРУЖБА»	150/180	3,95/5,20	8,74/11,56	18,79/24,06	169,65/221,20	266
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	СЫР	5/7,5	1,2/1,78	1,48/2,18	0,02/0,02	18,15/26,86	42
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	508
Итого за завтрак		370/434,5	12,6/16,03	18,88/24,4	50,91/63,9	417,91/536,25	
Завтрак 2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/200	1,0/1,0	0/0	18,2/18,2	76,0/76,0	442
Обед	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	40/60	1,02/1,4	2,03/2,57	5,34/7,32	43,03/57,37	54
	СУП « КРЕСТЬЯНСКИЙ»	150/180	16,12/19,08	4,95/5,15	12,36/13,53	186,67/190,79	204
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/70	8,93/11,92	6,74/8,8	8,97/11,64	132/173	161
	РИС ОТВАРНОЙ	110/130	2,7/3,2	4,4/5,3	24,8/29,3	150/177,3	11
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,43	0,07/0,09	16,46/11,17	52,16/67,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,7	16,88/21,1	88,8/111,0	148
Итого за обед		540/690	32,36/40,08	19,55/23,61	84,81/94,06	652,66/599,67	
Полдник	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70/80	11,2/12,8	3,36/3,84	1,82/2,08	82,6/94,4	341
	САЛАТ «ПОЛЕВОЙ»	40/60	0,85/1,23	2,43/3,51	6,03/8,71	49,5/71,5	62
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20/28	1,5/1,99	0,58/0,76	10,18/14,07	52,8/72,7	119
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/200	0,06/0,07	0,02/0,03	9,66/10,02	40,0/80,86	392/1
Итого за полдник		310/368	13,61/16,09	6,39/8,14	27,69/34,88	224,9/319,46	
Итого за 9-ый день:		1420/1692,5	59,57/73,2	44,82/56,15	181,61/211,04	1371,47/1531,38	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
		Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	Ясли/Сад	
ДЕНЬ 10							
Завтрак 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/180	5,13/5,7	4,73/5,26	17,08/18,98	131/146,0	171
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30/40	2,25/3,00	0,87/1,16	15,27/20,36	79,2/105,6	117
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/7	0,02/0,02	3,3/4,12	0,03/0,04	29,92/37,40	41
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	4,3/5,17	4,49/5,38	16,8/19,42	120,99/145,19	508
Итого за завтрак	370/434,5	12,9/15,67	14,79/18,1	49,2/58,82	379,26/461,12		
Завтрак 2	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100/120	2,8/3,36	3,2/3,84	4,1/4,92	56,0/67,2	119
Обед	САЛАТ «ЛУКОВКА»	40/60	0,98/1,03	2,15/3,76	3,88/4,95	31,20/61,61	53
	ЩИ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150/180	7,2/9,0	4,1/5,12	13,0/16,25	119,0/148,75	19/3
	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ	160/200	2,93/4,02	3,1/3,24	34,66/55,67	299,25/326,78	77
	СОУС ТОМАТНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/30	0,33/0,37	0,2/0,9	2,10/2,93	20,06/21,36	119/1
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/200	0,35/0,39	0,07/1,02	15,68/17,17	52,16/60,51	122
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40/50	3,24/4,05	1,36/1,7	16,88/21,1	88,8/111,0	148
Итого за обед	550/720	15,03/18,86	10,98/15,74	86,2/118,07	610,47/730,01		
Полдник	КАША БОЯРСКАЯ	150/200	4,89/6,52	5,76/7,68	20,84/27,29	154/205,33	85
	ЧАЙ С САХАРОМ	150/180	0,05/0,06	0,01/0,02	9,33/9,66	37,31/40	392
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30/40	2,25/3,00	0,87/1,1	15,27/20,36	79,2/105,6	117
Итого за полдник	330/420	7,19/9,58	6,64/8,8	45,44/57,31	270,51/350,93		
Итого за 10-ый день:		1350/1694,5	37,92/47,47	35,61/46,48	184,94/239,12	1316,24/1609,26	

Итого за весь период	13724,8/ 17595,6	513,93/666,85	481,99/654,49	1974,4/ 2501,88	14185,96/ 19440,26	
Среднее значение за период	1472,48/ 1759,56	51,39/66,69	48,12/65,4	197,4/250,19	1418,59/ 1944,026	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		14,4%/14,4%	30,4%/31,7%	55,3%/55,4%		