

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
Аникиенко Е.Ю.

САД

ПОНЕДЕЛЬНИК 1-й день

ЗАВТРАК

Наименование товара	выход	ккал	цена
• Каша молочная гречневая-	200 г	228,96	11,39
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
• Чай с лимоном -	180 г	23,49	2,43
• Масло сливочное -	5 г	33,05	2,40
• Сыр порционный-	9г	28,89	3,36

2-ОЙ ЗАВТРАК

• Яблоки свежие -	100 г	47	10,20
-------------------	-------	----	-------

ОБЕД:

• Суп картофельный с клецками	200г	146,242	7,03
• Тефтели мясные -	70 г	114,7	25,75
• Свекла тушеная -	130	114,58	8,93
• Хлеб пшеничный и ржаной -	30/32 г	65/63	1,20/1,44
• Напиток из плодов шиповника -	180 г	108,58	4,08

ПОЛДНИК:

• Пирожки с капустой -	80 г	202,58	7,02
• Какао с молоком	200 г	144,7	2,43

Итого: 90,54

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Аникиенко Е.Ю.

Понедельник 1-й день
ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

Наименование товара	выход	ккал	цена
• Каша молочная гречневая -	150 г	171,72	10,17
• Масло сливочное -	4 г	26,44	2,08
• Сыр порционный-	6г	19,26	2,88
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	1,14
• Чай с лимоном -	150 г	31,55	1,85

2-ой завтрак

• Фрукты свежие -	95 г	44,65	7,60
-------------------	------	-------	------

ОБЕД:

• Суп картофельный с клецками -	150г.	109,81	6,17
• Тефтели мясные -	60г.	98,32	19,58
• Свекла тушеная -	110 г	96,95	9,23
• Хлеб пшеничный и ржаной -	22/25 г	48/51	1,14/1,48
• Напиток из плодов шиповника-	150 г	90,48	5,28

ПОЛДНИК:

• Пирожки с капустой -	60 г	151,93	5,90
• Какао с молоком –	150г	108,52	9,63

Итого: 84,13

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____Аникиенко Е.Ю

ВТОРНИК 2 ДЕНЬ
САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Каша молочная рисовая	200 г	228,96	13,35
• Масло сливочное -	5 г	33,05	7,50
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
• Чай с лимоном -	180 г	37,85	0,54
2-ой завтрак			
• Сок фруктовый -	180 г	86,4	5,07

ОБЕД:

• Борщ с капустой и картофелем и со сметаной -	200 г	130,64	7,98
• Плов из птицы -	180 г	413,3	25,80
• Овощи по сезону -	50г	7	5,04
• Компот из свежих плодов -	180 г	57,06	3,69
• Хлеб пшеничный и ржаной —	30/32	65/63	1,20/1,44

ПОЛДНИК:

• Снежок -	200 г	105,0	8,80
• Печенье -	36 г	121,75	3,96

Итого: 85,57

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с 1
Аникиенко Е.Ю.

ВТОРНИК 2-й день
ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход ккалцена		
• Каша молочная рисовая-	150 г	171,72	10,17
• Чай с лимоном -	150 г	31,55	1,85
• Масло сливочное -	4 г	26,44	2,08
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	1,14

2-ой завтрак

• Сок фруктовый -	150 г	72	10,50
-------------------	-------	----	-------

ОБЕД:

• Борщ с капустой и картофелем со сметаной -	150г	84,09	9,31
• Плов из птицы -	150 г	344,42	25,13
• Овощи по сезону -	40 г	5,6	3,20
• Компот из свежих плодов-	150 г	47,55	3,88
• Хлеб пшеничный и ржаной —	22/26 г	48/51	1,14/1,48

ПОЛДНИК:

• Кефир -	180 г	94,5	8,46
• Пряник—	20 г	67,64	2,36

Итого: 80,70

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
Аникиенко Е.Ю.

Среда третий день

САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Пудинг из творога-	180 г	230,49	32,95
• Соус сметанный сладкий -	15 г	19,18	0,97
• Чай с сахаром -	180 г	28,84	2,43
• Хлеб пшеничный-	30 г	64,71	1,20

2-ой завтрак

- Яблоки свежие - 100 г 47,0 10,20

ОБЕД:

- Суп гороховый- 200 г. 149,58 5,21
- Гренки из пшеничного хлеба - 25 г 53,92 1,00
- Мясо говяжье тушеное в соусе- 100 г 141,08 29,55
- Пюре картофельное - 130 г 137,19 13,53
- Овощи по сезону – 50 г. 7 5,04
- Кисель из сока натурального - 180 г 103,82 5,22
- Хлеб ржаной – 32 г 63,33 1,44

ПОЛДНИК:

- Булочка «Веснушка» - 100 г 242,96 9,55
- Кофейный напиток с молоком - 200 г 157,72 2,43

Итого:

119,55

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
Аникиенко Е.Ю.

ЯСЛИ

СРЕДА 3 день

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Пудинг из творога -	120 г	153,66	31,85
• Соус сметанный сладкий -	15 г	19,18	1,68
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	1,14
• Чай с сахаром -	150 г	24,03	0,56

2-ой завтрак

• Плоды свежие -	95 г	44,65	7,60
------------------	------	-------	------

ОБЕД:

• Суп гороховый-	150 г.	112,19	3,90
• Гренки из пшеничного хлеба -	20 г	43,14	1,04
• Мясо говяжье тушеные в соусе -	60 г	105,81	27,64
• Пюре картофельное -	110 г	116,08	11,51
• Овощи по сезону -	40 г	5,6	3,20
• Хлеб ржаной -	26 г	51,45	1,48
• Кисель из сока натурального -	150 г	86,52	6,30

ПОЛДНИК:

• Булочка «Веснушка» -	80 г	194,37	6,46
• Кофейный напиток с молоком -	150 г	118,29	9,85

Итого: 114,21

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
Аникиенко Е.Ю.

Четверг 4- день
САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
•Омлет натуральный -	150 г	161,58	13,35
•Икра кабачковая промышленная – 50		30,98	5,50
•Масло сливочное порционное - 5 г		33,05	2,40
•Сыр порционный - 9 г		28,89	3,36
•Хлеб пшеничный - 30 г		54,71	1,20
•Какао с молоком - 200 г		144,7	0,54

2-ой завтрак

•Яблоки свежие -	100 г	47	5,07
------------------	-------	----	------

ОБЕД:

•Суп харчо –	200 г.	140,22	8,97
•Котлеты биточки шницели рубленные –	80г.	166,8	38,50
•Капуста тушеная -	130 г	85,85	4,39
•Компот из сушеных фруктов -	180 г	115,78	4,08
•Хлеб пшеничный и ржаной -	30/32 г	65/63	1,20/1,44

ПОЛДНИК:

• Печенье -	36 г	121,75	20,64
Ряженка -	200	105	10,53

Итого: 117,71

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
Аникиенко Е.Ю

Четверг 4- день

ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

Наименование товара	выход	ккал	цена
• Омлет натуральный -	130 г	140,04	29,14
• Икра кабачковая промышленная -	40 г	24,78	4,48
• Масло сливочное -	4 г	26,44	2,08
• Сыр порционный -	6 г	19,26	2,88
• Какао с молоком -	150 г	108,52	9,63
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	1,14

2-ой завтрак

• Яблоки свежие -	95 г	44,65	7,60
-------------------	------	-------	------

ОБЕД:

• Суп харчо –	150г.	105,17	7,36
• Котлеты, биточки, шницели Рубленные –	60г.	125,1	22,17
• Капуста тушеная (гарнир) -	110 г.	72,64	8,99
• Компот из сушеных фруктов -	150 г	96,48	2,94
• Хлеб пшеничный и ржаной -	22/26 г	48/51	1,14/1,48

ПОЛДНИК:

• Пряник -	20 г	67,64	2,36
• Ряженка –	180 г	94,54	8,46

Итого: 111,85

Утверждаю
Заведующий МДОБУ д/с №1
Аникиенко Е.Ю.

ПЯТНИЦА 5-й день
САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	ВЫХОД	ккал	цена
• Суп молочный с макаронами -	200 г	186,52	10,40
• Масло сливочное –	5 г	33,05	2,40
• Сыр -	9г.	28,89	3,36
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
• Чай с сахаром -	180г.	28,84	0,54

2-ой ЗАВТРАК

• Яблоки свежие -	100 г	47	5,07
-------------------	-------	----	------

ОБЕД:

• Рассольник ленинградский со сметаной -	200 г	112,12	7,98
• Жаркое по- домашнему -	160 г	231,1	32,38
• Овощи по сезону -	50 г	7	5,04
• Хлеб пшеничный/ржаной -	30/ 32 г	65/63	1,20/1,44
• Сок фруктовый -	180 г	86,4	4,08

ПОЛДНИК:

• Слойка с повидлом -	80 г	261,2	9,56
• Кефир -	200 г	105,0	8,80

Итого: 112,08

Утверждаю
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ АНИКИЕНКО Е.Ю.

ПОНЕДЕЛЬНИК 6 -й день

САД

ЗАВТРАК

Наименование товара	выход	ккал	цена
• Шарлотка с яблоками -	150 г	311,25	36,07
• Масло сливочное -	5 г	10,1	2,40
• Чай с сахаром -	180 г	23,49	2,43
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20

2-ой завтрак

• Сок фруктовый	180 г	86,4	10,20
-----------------	-------	------	-------

ОБЕД

• Суп картофельный с макаронами -	200 г	118,98	6,86
• Капуста тушеная с мясом -	160 г	180,27	11,04
• Напиток из плодов шиповника -	180 г	57,06	4,08
• Хлеб пшеничный и ржаной -	30/32 г	65/63	1,20/1,44

ПОЛДНИК

• Вареники ленивые со сметаной -	110 г	311,24	24,39
• Кофейный напиток с молоком -	200 г	157,72	10,33

Итого: 140,02

Утверждаю
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____Аникиенко Е.Ю.

ПОНЕДЕЛЬНИК -6-й день

ЯСЛИ

ЗАВТРАК

Наименование блюда	выход	ккал	цена
•Шарлотка с яблоками -	130 г	269,75	25,67
•Масло сливочное -	4 г	26,44	0,97
•Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	0,88
•Чай с сахаром -	150 г	24,03	2,16

2-ой завтрак

•Сок фруктовый -	150 г	72,0	16,50
------------------	-------	------	-------

ОБЕД

•Суп картофельный с макаронами -	150 г	89,24	5,45
•Капуста тушеная тушеная мясом -	150 г	169	9,79
•Напиток из плодов шиповника -	150 г	90,48	3,17
•Хлеб пшеничный и ржаной -	22/26 г	48,51	0,88/1,13

ПОЛДНИК

•Вареники ленивые (отварные) со сметаной-	100 г	194,35	16,18
•Кофейный напиток с молоком -	150 г	118,29	9,29

Итого: 117,67

Утверждаю
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____Аникиенко Е.Ю.

ВТОРНИК 7-й день САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Каша молочная овсяная -	200 г	228,96	13,35
• Сыр –	9 г	28,89	3,36
• Масло сливочное -	5 г	33,05	2,40
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
• Чай с сахаром -	180 г	28,84	0,54

2-ой завтрак

• Яблоки свежие -	100 г	47	5,07
-------------------	-------	----	------

ОБЕД:

• Борщ с капустой и картофелем и со сметаной -	200 г	130,64	7,98
• Азу с мясом курицы -	200 г	315,38	32,78
• Овощи по сезону -	50 г	7	5,04
• Компот из свежих плодов -	180 г	57,06	369
• Хлеб пшеничный и ржаной –	30/32 г	65/63	1,20/1,44

ПОЛДНИК:

• Пирожок с тушеным яблоком-	80г	192.24	3,96
• Чай с молоком -	180г	83,25	8,80

ИТОГО : 88,41

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

ВТОРНИК 7-й день

ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

Наименование товара	выход	ккал	цена
• Каша молочная овсяная -	150 г	171,72	10,27
• Масло сливочное -	4 г	26,44	2,40
• Сыр порционный -	6 г	19,26	
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	0,88
• Чай с сахаром -	150 г	24,03	0,48

2-ой завтрак

• Яблоки свежие -	95 г	44,65	5,46
-------------------	------	-------	------

ОБЕД:

• Борщ с капустой и картофелем и со сметаной –	150 г	97,98	0,97
• Азу с мясом курицы -	150 г	236,54	27,84
• Овощи по - сезону -	40г	5,6	4,24
• Компот из свежих плодов -	150 г	47,55	3,09
• Хлеб пшеничный и ржаной –	22/26 г	48/51	0,88/1,13

ПОЛДНИК:

• Пирожки с тушеным яблоком -	60 г	144,18	2,20
• Чай с молоком -	150 г	69,38	7,04

ИТОГО: 70р

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
Е.Ю.Аникиенко

СРЕДА 8-й день
САД

ЗАВТРАК

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Омлет натуральный -	150 г	161,58	10,40
• Икра кабачковая натуральная -	50 г	30,98	
• Сыр -	9 г	28,89	3,36
• Масло сливочное -	5 г	33,05	2,40
• Чай с сахаром -	180 г	28,84	21,65
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20

2-ой завтрак

• Яблоки свежие -	100 г	30,55	5,07
-------------------	-------	-------	------

ОБЕД:

• Суп рыбный с яйцом -	200 г	134,78	13,28
• Голубцы ленивые –	80 г.	135,2	47,90
• Икра свекольная или из свежих кабачков –	130 г	99,93	
3.сок фруктовый	180 г	86,4	4,08
4.Хлеб ржаной и пшеничный	32/30	65/63	1,20/1,44

•
ПОЛДНИК:

• Рогалики с повидлом -	80 г	257,86	8,07
• Кефир -	200 г	105	10,33

Итого: 119,41

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

СРЕДА 8-й день
ЯСЛИ

ЗАВТРАК

Наименование блюда	выход	ккал	цена
Омлет натуральный -	130 г	140,04	7,80
Икра кабачковая промышленная -	40г	24,78	
Сыр порционный-	6 г	19,26	3,36
Масло сливочное -	4 г	26,44	1,92
Чай с сахаром -	150 г	24,03	0,48
Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	0,88

2-ой завтрак

Яблоки свежие -	95 г	44,65	5,46
-----------------	------	-------	------

ОБЕД:

Суп рыбный с яйцом -	150 г	101,08	10,07
Голубцы ленивые –	60 г.	101,4	40,27
Икра свекольная или из свежих кабачков -	110 г	84,56	4,24
Сок фруктовый -	150 г	72	3,17
Хлеб пшеничный и ржаной —	22/26	48/51	0,88/1,13

ПОЛДНИК:

Рогалики с повидлом -	60 г	193,39	6,48
Кисломолочный напиток -	180 г	94,5	9,29
		Итого:	93,51

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

ЧЕТВЕРГ 9-й день
САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Каша молочная овсяная -	200 г	228,96	3,85
• Масло сливочное -	5 г	33,05	2,40
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
• Чай с сахаром -	180 г	28,84	2,43

2-ой завтрак

• Сок фруктовый -	180	86,4	10,20
-------------------	-----	------	-------

ОБЕД:

• Суп картофельный вегетарианский-	200 г	125,14	13,96
• Гуляш из отварного мяса -	70 г	110,81	25,94
• Рагу из овощей -	130 г	82,8	13,53
• Хлеб пшеничный и ржаной -	30/32 г	65/63	1,20/1,44
• Кисель из свежих фруктов -	180 г	60,05	5,22

ПОЛДНИК:

• Сырники из творога с повидлом -	150 г	307,44	24,71
• Снежок –	200 г	105	10,53

Итого: 149,77

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

ЧЕТВЕРГ 9-й день ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

<u>Наименование продукции</u>	<u>выход</u>	<u>ккал</u>	<u>цена</u>
• Каша молочная с крупой -	150 г	171,72	3,05
• Масло сливочное -	4 г	26,44	7,50
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	0,88
• Чай с сахаром -	150 г	24,03	2,16

2-ой завтрак

• Сок фруктовый-	150 г	72,0	16,50
------------------	-------	------	-------

ОБЕД:

• Суп картофельный вегетарианский-	150 г	93,85	10,49
• Гуляш з отварного мяса -	50 г	79,15	22,18
• Рагу из овощей -	110 г	70,06	12,77
• Хлеб пшеничный и ржаной -	22/26 г	48,50	0,88/1,13
• Кисель из свежих фруктов-	150 г	50,04	4,37

ПОЛДНИК:

• Сырники из творого с повидлом –	100 г	204,96	24,70
• Снежок -	180 г	94,5	9,01

Итого: 119,86

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

ЧЕТВЕРГ 9-й день САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Каша молочная овсяная -	200 г	228,96	3,85
• Масло сливочное -	5 г	33,05	2,40
• Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
• Чай с сахаром -	180 г	28,84	2,43

2-ой завтрак

• Сок фруктовый -	180	86,4	10,20
-------------------	-----	------	-------

ОБЕД:

• Суп картофельный вегетарианский-	200 г	125,14	13,96
• Гуляш из отварного мяса -	70 г	110,81	25,94
• Рагу из овощей -	130 г	82,8	13,53
• Хлеб пшеничный и ржаной -	30/32 г	65/63	1,20/1,44
• Кисель из свежих фруктов -	180 г	60,05	5,22

ПОЛДНИК:

• Сырники из творога с повидлом -	150 г	307,44	24,71
• Снежок –	200 г	105	10,53
Итого:		149,77	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

ЧЕТВЕРГ 9-й день ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

<u>Наименование продукции</u>	<u>выход</u>	<u>ккал</u>	<u>цена</u>
• Каша молочная с крупой -	150 г	171,72	3,05
• Масло сливочное -	4 г	26,44	7,50
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	0,88
• Чай с сахаром -	150 г	24,03	2,16

2-ой завтрак

• Сок фруктовый-	150 г	72,0	16,50
------------------	-------	------	-------

ОБЕД:

• Суп картофельный вегетарианский-	150 г	93,85	10,49
• Гуляш из отварного мяса -	50 г	79,15	22,18
• Рагу из овощей -	110 г	70,06	12,77
• Хлеб пшеничный и ржаной -	22/26 г	48,50	0,88/1,13
• Кисель из свежих фруктов-	150 г	50,04	4,37

ПОЛДНИК:

• Сырники из творога с повидлом –	100 г	204,96	24,70
• Снежок -	180 г	94,5	9,01

Итого: 119,86

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

Пятница 10 й день
САД

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
•Каша молочная гречневая -	200 г	228,96	13,35
•Сыр -	9 г	28,89	3,36
•Хлеб пшеничный -	30 г	64,71	1,20
•Чай с сахаром -	180 г	28,84	0,54

2-ой завтрак

•Яблоки вежие -	100 г	47	10,20
-----------------	-------	----	-------

ОБЕД:

•Борщ с капустой и картофелем со сметаной-	200 г	130,64	7,98
•Шницель рыбный натуральный -	80 г	107,97	28,71
•Пюре картофельное -	130 г	137,19	3,85
•Овощи по сезону -	50г.	7	5,04
•Хлеб пшеничный и ржаной -	30/32г	65/63	1,20/1,44
•Компот из сухофруктов -	180 г	115,78	3,69

ПОЛДНИК:

•Вафли-	36 г	105	3,96
•Кефир -	200	105,0	8,80

Итого: 100,55

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №1
_____ Е.Ю.Аникиенко

ПЯТНИЦА 10-й день ЯСЛИ

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	выход	ккал	цена
• Каша молочная с крупой-	150 г	171,72	10,27
• Сыр -	6 г	19,26	3,36
• Хлеб пшеничный -	22 г	47,45	0,88
• Чай с сахаром -	150 г	24,03	0,48

2-ой завтрак

- Фрукты свежие - 95 г 44,65 16,50

ОБЕД:

• Борщ с капустой и картофелем и со сметана -	150г	97,98	0,97
• Шницель рыбный натуральный -	60 г	80,98	25,31
• Пюре картофельное -	110 г	116,08	3,05
• Овощи по – сезону -	40 г	5,6	4,24
• Хлеб пшеничный и ржаной	22/26г	48/51	0,88/1,13
• Компот из сухофруктов-	150 г	96,48	3,09

ПОЛДНИК:

• Вафли -	20 г	67,64	2,20
• Кефир -	180 г	94,5	7,04

Итого: 87,97