

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 12  
«СВЕТЛЯЧОК» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ детский сад № 12

С.Н.Ткаченко

«24» февраля 2021 г.

приказ № 40 от 24.02 2021 г.



**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД  
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

**для возрастных категорий от 1 года до 3-х лет и от 3-х до 7 лет**

Прием	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
						Белки		Жиры		Углеводы			
Неделя 1		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
День 1													
завтрак:	<b>Макаронные изделия с маслом и сыром</b>			95	120	7,13	9,95	8,14	12,72	25,31	40,16	219,86	247,48
	макаронные изделия	30	40										
	масло сливочное	3	5										
	сыр	14	18										
	<b>Икра кабачковая</b>	50	60	50	60	0,95	1,14	4,45	5,34	3,90	4,60	60,00	71,00
	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00
	хлеб пшеничный	20	25										
	масло сливочное	5	5										
	<b>Чай с сахаром</b>			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33
	чай заварка	0,45	0,55										
сахар	6	7											
вода	180	200											
второй завтрак:	<b>Сок фруктовый</b>	110	110	110	110	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	60,00	60,00
итого за завтрак:						10,18	13,99	17,29	22,76	61,21	83,09	474,86	542,81
обед:	<b>Рассольник со сметаной</b>			150	200	1,80	2,60	4,70	6,00	13,80	17,00	128,10	154,00
	картофель:												
	01.09 - 31.10	70	80										
	31.10 - 31.12	76	86										
	31.12 - 28.02	80	90										
	29.02 - 01.09	90	100										
	крупа перловая	6	8										
	морковь	10	12										
	лук	10	12										
	огурцы соленые	12	15										
	томат-паста	5	6										
	сметана	8	12										
	масло сливочное	2	2										
	масло растительное	1	1										
	мясо	15	16										
	вода	130	150										
	<b>Плов с мясом</b>			160	180	13,08	18,40	19,17	26,58	27,43	39,70	185,00	302,35
	мясо	75	85										
	рис	30	40										
	морковь	12	15										
лук	10	12											
масло сливочное	2	3											
масло растительное	2	2											
вода	50	75											
обед:	<b>Салат из квашеной капусты и зеленым горошком</b>			40	60	1,11	1,48	2,32	2,47	4,30	5,70	41,00	48,00
	капуста квашеная	30	50										
	лук	5	6										
	зеленый горошек	15	20										
	масло растительное	2	2										
	<b>Компот из сухофруктов</b>			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50
	сухофрукты	11	13										
	сахар	5	6										
	вода	150	180										
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	
итого за обед:					19,28	26,89	26,66	35,66	86,83	113,40	530,90	728,85	
полдник:	<b>Булочка "Витяба"</b>			60	70	6,00	7,00	5,20	7,82	29,12	32,60	174,00	202,00
	мука пшеничная	32	40										
	молоко	15	20										
	яйцо	5	6										
	сахар	4	5										
	дрожжи	0,7	0,9										
	масло сливочное	2	2										
	масло растительное	1	1										
<b>Молоко кипяченое</b>	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	
итого за полдник:					9,77	11,35	8,45	11,57	35,32	39,80	244,00	283,00	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75								
Итого за день:					39,23	52,23	52,40	69,99	183,36	236,29	1249,76	1554,66	

Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
День 2	<b>Каша геркулесовая молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	4,60	9,30	4,35	7,50	19,40	36,20	155,20	205,40	96 алгоритм
	молоко	100	150											
	крупа геркулесовая	15	17											
	сахар	4	5											
	вода	50	50											
	масло сливочное	3	4											
завтрак:	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			<b>20/5</b>	<b>25/5</b>	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Кофейный напиток на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
	молоко	130	150											
	сахар	5	6											
	вода	50	50											
второй завтрак:	<b>Фрукты свежие</b>	102	105	<b>102</b>	<b>105</b>	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за завтрак:						11,13	16,95	13,27	16,70	56,34	80,51	412,60	499,84	
	<b>Суп с мясными фрикадельками</b>			<b>150/15</b>	<b>180/20</b>	4,06	7,32	6,49	8,41	8,60	8,80	127,00	162,00	209 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	60	70											
	31.10 - 31.12	66	76											
	31.12 - 28.02	70	80											
	29.02 - 01.09	80	90											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	мясо	25	30											
	яйцо	2	3											
	рис	6	7											
	вода	130	150											
	масло растительное	3	4											
обед:	<b>Суфле из субпродуктов</b>			<b>60</b>	<b>80</b>	12,06	16,08	4,14	5,52	1,68	2,24	91,80	122,40	52 рецептура
	субпродукты	75	93											
	морковь	13	17											
	лук	13	17											
	молоко	10	15											
	яйцо	20	30											
	масло растительное	4	5											
	<b>Картофельное пюре</b>			<b>120</b>	<b>150</b>	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	140	180											
	31.10 - 31.12	145	185											
	31.12 - 28.02	160	200											
	29.02 - 01.09	170	210											
	молоко	20	30											
	масло сливочное	3	4											
	<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. лит.
обед:	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						23,50	31,92	15,49	19,20	68,67	81,68	530,37	642,40	
	<b>Вареники ленивые с маслом, со сметанным соусом</b>			<b>110/20</b>	<b>130/20</b>	16,00	20,90	13,02	16,00	21,10	26,40	184,00	215,60	59 карт. блюдо
	творог	80	100											
	мука пшеничная	18	20											
	яйцо	6	7											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	3											
	сметана	20	20											
	<b>Молочный продукт</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:						19,77	25,25	16,27	19,75	27,30	33,60	254,00	296,60	
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
Итого за день:						54,40	74,12	45,03	55,65	152,31	195,79	1196,97	1438,84	

Прим пищи еделя I День 3	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
автрак:	<b>Омлет натуральный</b>			<b>100</b>	<b>110</b>	8,90	11,29	10,07	12,11	3,15	3,68	160,00	182,13	438 сб. рец.
	яйцо	58	67											
	молоко	39	43											
	масло сливочное	2	2											
	<b>Икра кабачковая</b>	40	50	<b>40</b>	<b>50</b>	0,72	0,95	3,56	4,45	3,12	3,90	48,00	60,00	119 сб. рец.
	<b>Хлеб пшеничный с маслом и сыром</b>			<b>20/5/6</b>	<b>25/5/10</b>	2,95	4,26	5,56	6,78	9,90	12,40	102,00	128,00	3 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	сыр	6	10											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.
чай заварка	0,45	0,55												
сахар	6	7												
вода	180	200												
второй завтрак:	<b>Фрукты свежие</b>	102	105	<b>102</b>	<b>105</b>	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за завтрак:						12,98	16,92	19,60	23,76	38,17	43,61	406,00	472,46	
обед:	<b>Суп рыбный с крупой</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	12,85	13,56	2,37	6,44	17,50	20,20	131,00	140,00	270 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	2	2											
	крупка	6	7											
	рыба свежемороженая	20	30											
	вода	130	180											
	<b>Оладьи из мяса птицы</b>			<b>60</b>	<b>70</b>	11,40	13,23	11,61	13,41	1,50	1,85	191,00	216,21	72 орг. дет. пит.
	мясо птицы	80	100											
	сметана	8	12											
	лук	10	12											
	яйцо	5	6											
	крахмал	7	10											
	масло растительное	3	5											
	<b>Рагу из овощей</b>			<b>120</b>	<b>150</b>	2,83	3,64	6,45	8,50	15,49	24,09	115,97	152,82	103 орг. дет. пит.
картофель:														
01.09 - 31.10	80	100												
31.10 - 31.12	85	105												
31.12 - 28.02	100	120												
29.02 - 01.09	110	130												
капуста свежая	50	60												
морковь	10	12												
лук	10	12												
томат-паста	10	12												
масло сливочное	2	2												
масло растительное	3	4												
<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм	
фрукты свежие	35	45												
сахар	5	6												
вода	150	180												
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:						30,33	34,62	21,06	29,14	69,99	91,14	600,97	714,03	
полдник:	<b>Каша гречневая молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	5,30	6,40	2,80	2,90	26,70	35,20	152,10	203,42	679 сб. рец.
	крупка гречневая	15	17											
	молоко	100	150											
	вода	50	50											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	15	20	<b>15</b>	<b>20</b>	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм
	<b>Какао на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм
какао порошок	1,2	1,5												
молоко	130	150												
вода	50	50												
сахар	5	6												
итого за полдник:						9,80	11,33	5,76	6,07	48,93	61,00	286,95	351,53	
Итого за день:	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
						53,11	62,87	46,42	58,97	157,09	195,75	1293,92	1538,02	

Прием пищи Дата День	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
автрак:	<b>Каша манная молочная</b>			150	200	3,50	6,64	6,20	8,15	25,30	29,80	166,00	221,00	97 алгоритм
	крупка манная	15	17											
	молоко	100	150											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	вода	50	50											
	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 аз. пит.
чай заварка	0,45	0,55												
сахар	6	7												
вода	180	200												
второй завтрак:	<b>Сок фруктовый</b>	120	120	120	120	0,55	0,55	0,11	0,11	11,02	11,02	65,46	65,46	437 кар. блюдо
	итого за завтрак:					5,65	9,59	10,91	12,86	58,22	69,05	366,46	450,79	
обед:	<b>Суп гороховый с гречками</b>			150/7	180/15	6,81	8,85	9,57	14,74	16,70	19,00	98,00	136,00	206 орг.дет.пит.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	мясо	15	16											
	горох	8	10											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	3	3											
	хлеб пшеничный	12	18											
	вода	130	160											
	<b>Котлета рыбная, запеченная в томатном соусе</b>			50/10	60/20	8,39	11,81	9,05	12,73	6,20	7,40	135,00	149,00	510,759 сб. рец.
	рыба свежемороженая	120	130											
	лук	6	7											
	яйцо	2	3											
	хлеб пшеничный	5	9											
	масло растительное	1	1											
	<b>для соуса:</b>													
морковь	10	15												
лук	6	8												
томат-паста	4	5												
мука пшеничная	2	2												
масло растительное	1	1												
<b>Рис отварной с овощами</b>			110	130	2,32	2,78	6,68	8,60	28,10	34,21	125,00	150,00	684 сб. рец.	
рис	33	40												
морковь	12	15												
лук	12	15												
масло сливочное	2	3												
масло растительное	1	1												
вода	50	70												
<b>Салат из квашеной капусты со свеклой</b>			40	60	1,04	1,24	2,06	3,08	2,90	3,50	36,00	48,00	115 азб. пит.	
капуста квашеная	30	45												
свекла	20	24												
лук	5	6												
масло растительное	2	3												
<b>Кисель из сухофруктов</b>			150	180	0,31	0,35	0,01	0,02	18,20	21,40	75,00	88,00	885 сб. рец.	
сухофрукты	11	13												
сахар	5	6												
крахмал	8	12												
вода	150	180												
<b>Хлеб пшеничный</b>	15	20	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:					14,77	19,66	18,23	24,98	76,55	93,61	569,25	699,00		
полдник:	<b>Булочка молочная</b>			60	70	7,20	7,50	3,52	3,78	31,33	36,55	168,40	185,80	84 рецептура
	мука пшеничная	32	37											
	молоко	14	17											
	яйцо	5	6											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	2											
	<b>Кофейный напиток на молоке</b>			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
молоко	130	150												
сахар	5	6												
вода	50	50												
итого за полдник:					11,72	12,33	7,43	7,96	48,37	55,66	290,80	320,24		
Итого за день:			2,25	3,75	2,25	3,75	32,14	41,58	36,57	45,80	183,14	218,32	1226,51	1470,03

Примечание	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			ясли
день 1 день 5	<b>Каша молочная "Дружба"</b>			150	200	5,21	6,16	6,48	7,07	20,80	27,60	155,00	237,23	99 алгоритм
	рис	7	8											
	пшено	8	9											
	молоко	100	150											
	масло сливочное	4	5											
	вода	50	50											
	сахар	4	5											
завтрак:	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 аз. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
	вода	180	200											
второй завтрак:	<b>Фрукты свежие</b>	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
завтрак:	<b>Борщ на мясном бульоне со сметаной</b>			150/8	180/12	4,24	6,99	5,61	7,82	14,80	18,30	123,00	167,00	181 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	60	70											
	31.10 - 31.12	66	76											
	31.12 - 28.02	70	80											
	29.02 - 01.09	80	90											
	мясо	15	16											
	свекла	20	30											
	капуста свежая	30	40											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	томат-паста	5	6											
	сметана	8	12											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	3	3											
	вода на бульон	130	150											
	<b>Жаркое по-домашнему</b>			140	160	13,53	16,36	14,34	16,66	20,30	24,90	200,00	301,00	590 сб. рец.
	мясо	65	71											
	картофель:													
	01.09 - 31.10	180	200											
	31.10 - 31.12	185	205											
	31.12 - 28.02	190	220											
	29.02 - 01.09	210	230											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	3	4											
	масло растительное	3	3											
	<b>Салат из соленых огурцов или соленых помидоров</b>			40	60	0,40	0,60	2,00	2,10	1,00	1,60	25,00	28,00	116 алгоритм
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	лук	7	10											
	масло растительное	2	3											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						21,42	28,14	22,58	27,37	71,60	89,80	511,00	701,00	
	<b>Запеканка творожная со сгущенным молоком</b>			120/10	130/20	13,69	17,84	11,45	14,31	17,20	24,30	207,00	258,00	42 азб. пит.
	творог	70	90											
	крупа манная	5	10											
	яйцо	12	15											
	сахар	4	5											
	молоко	10	20											
	масло сливочное	1	2											
	сгущенное молоко	10	20											
	<b>Какао на молоке</b>			180	200	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм
	какао порошок	1,2	1,5											
	сахар	5	6											
	молоко	130	150											
	вода	50	50											
итого за полдник:						17,05	21,25	14,29	17,32	32,08	40,30	306,60	359,11	
	<b>Соль йодированная</b>	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						45,69	58,37	48,36	56,78	156,38	196,23	1155,60	1510,67	



Примечание к плану 2 Лист 7	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
завтрак:	<b>Каша пшеничная молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	3,40	6,90	5,80	6,90	28,60	35,20	175,00	237,50	384 сб. рец.
	крупка пшеничная	15	17											
	молоко	100	150											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
вода	50	50												
завтрак:	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			<b>20/5</b>	<b>25/5</b>	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
завтрак:	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 аз. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
	вода	180	200											
второй завтрак:	<b>Фрукты свежие</b>	102	105	<b>102</b>	<b>105</b>	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
						5,41	9,72	10,81	11,92	60,50	73,73	358,00	450,83	
завтрак:	<b>Суп с клецками</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	3,20	4,58	5,01	8,49	18,00	23,50	99,00	136,00	213 сб. рец.
	мясо	15	16											
обед:	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	лук	12	15											
	морковь	12	15											
	масло сливочное	1	1											
	масло растительное	2	3											
	вода	130	180											
	<b>клецки:</b>													
	мука пшеничная	10	12											
	яйцо	2	3											
	вода	10	15											
	<b>Голубцы ленивые со сметанным соусом</b>			<b>150/30</b>	<b>180/30</b>	10,41	15,30	14,30	18,60	13,90	22,30	265,00	296,00	14 азб. пит.
	мясо	65	70											
	рис	6	8											
капуста свежая	180	200												
лук	8	12												
морковь	8	12												
томат-паста	10	12												
масло растительное	2	2												
обед:	<b>для соуса:</b>													
	сметана	13	13											
	мука пшеничная	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	вода	20	20											
<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. пит.	
огурцы соленые или помидоры соленые	40	60												
<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм	
фрукты свежие	35	45												
сахар	5	6												
вода	150	180												
завтрак:	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
второй завтрак:	<b>Сырники из творога со сгущенным молоком</b>			<b>110/20</b>	<b>120/30</b>	18,66	23,65	10,93	13,48	18,30	23,20	182,10	239,20	463 сб. рец.
	творог	100	110											
	мука пшеничная	13	15											
	яйцо	4	5											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	2	2											
	сгущенное молоко	20	30											
<b>Молоко кипяченое</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
завтрак:						22,43	28,00	14,18	17,23	24,50	30,40	252,10	320,20	
	<b>Соль йодированная</b>	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
завтрак:					44,97	62,17	44,96	57,08	152,97	195,77	1141,67	1414,03		

Примечание линия	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры			
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад				
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад						
Дель 8	<b>Каша рисовая молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>											384 сб. рец.	
	рис	15	17			3,90	6,30	5,83	9,60	22,90	28,30	127,00	203,00				
	молоко	100	150														
	сахар	4	5														
	масло сливочное	3	4														
запеканка	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			<b>20/5</b>	<b>25/5</b>											1 сб. рец.	
	хлеб пшеничный	20	25			1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00				
	масло сливочное	5	5														
	<b>Кофейный напиток на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>												
	кофейный напиток	1,8	2,25			4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 аз. пит.			
итерный напиток	<b>Фрукты свежие</b>			<b>102</b>	<b>105</b>											847 сб. рец.	
		102	105			0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00				
						10,43	13,95	14,75	18,80	59,84	72,61	384,40	497,44				
	<b>Суп Харчо</b>			<b>150</b>	<b>200</b>												
	картофель:					4,28	6,85	10,60	13,80	3,00	3,75	180,06	200,83	19 карт. бл.			
обед:	01.09 - 31.10	50	60														
	31.10 - 31.12	56	66														
	31.12 - 28.02	60	70														
	29.02 - 01.09	70	80														
	мясо	15	16														
	морковь	12	15														
	лук	12	15														
	чеснок	1	2														
	томат-паста	5	7														
	масло сливочное	2	2														
	масло растительное	2	3														
	рис	6	8														
	вода	130	180														
	обед:	<b>Шницель из мяса птицы запеченный</b>			<b>60</b>	<b>70</b>											50 орг. дет. пит.
		мясо птицы	85	102			10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00			
лук		10	12														
хлеб пшеничный		5	7														
масло растительное		3	4														
обед:	<b>Каша гречневая</b>			<b>110</b>	<b>130</b>											113 рецептура	
	крупа гречневая	30	40			2,40	3,57	2,98	3,71	20,00	22,00	113,70	117,63				
	вода	60	70														
	масло сливочное	2	2														
	<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>												
огурцы соленые или помидоры соленые	40	60			0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. пит.				
обед:	<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>											92 алгоритм	
	сухофрукты	11	13			0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50				
	сахар	5	6														
	вода	150	180														
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм			
итог за обед:	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм			
						20,74	27,84	24,61	30,12	68,17	81,39	590,13	666,96				
	<b>Яйцо отварное</b>	40	40	<b>40</b>	<b>40</b>	2,08	2,08	2,60	2,60	0,21	0,21	43,00	43,00	77 рецептура			
	<b>Икра кабачковая</b>	40	50	<b>40</b>	<b>50</b>	0,72	0,95	3,56	4,45	3,12	3,90	48,00	60,00	119 сб. рец.			
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	30	<b>20</b>	<b>30</b>	1,12	1,68	0,22	0,33	9,90	10,90	46,00	56,00	121 алгоритм			
итог за завтрак:	<b>Сок фруктовый</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	0,75	0,90	0,15	0,90	20,12	23,95	100,25	115,50	437 кар. блюд			
	<b>Кондитерское изделие</b>	20	50	<b>20</b>	<b>50</b>	4,35	6,25	4,98	6,68	20,60	37,65	56,40	114,30	120 алгоритм			
						9,02	11,86	11,51	14,96	53,95	76,61	293,65	388,80				
	<b>Соль йодированная</b>	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>												
						40,19	53,65	50,87	63,88	181,96	230,61	1268,18	1553,20				

Примечание период Дата 2 Дата 3	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
	<b>Каша пшеничная молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	3,40	6,90	5,80	6,90	28,60	35,20	175,00	237,33	384 сб. рец.
	крупка пшеничная	15	17											
	молоко	100	150											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	вода	50	50											
	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			<b>20/5</b>	<b>25/5</b>	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
	вода	180	200											
	<b>Сок фруктовый</b>	110	110	<b>110</b>	<b>110</b>	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	60,00	60,00	437 карт. блюд
						5,50	9,80	10,50	11,60	60,60	73,53	370,00	461,66	
	<b>Суп с крупой на мясном бульоне</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	4,42	5,48	2,51	5,20	14,20	17,70	128,00	154,00	62 алгоритм
	мясо	15	16											
	крупка	6	8											
	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	2	3											
	томат-паста	6	10											
	вода	150	200											
	<b>Рыба по-Польски</b>			<b>60</b>	<b>80</b>	17,01	22,50	9,52	11,88	3,90	5,20	135,70	216,00	503 сб. рец.
	рыба свежемороженая	80	90											
	яйцо	20	30											
	молоко	10	20											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	2											
	лук	12	15											
	<b>Икра свекольная</b>			<b>110</b>	<b>130</b>	0,89	1,21	3,50	4,82	4,90	6,60	50,00	54,00	380 карт. блюд
	свекла	130	160											
	лук	10	12											
	томат-паста	6	10											
	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	1	2											
	<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
						25,61	33,40	16,00	22,51	64,30	80,50	490,50	648,50	
	<b>Пирожок с повидлом</b>			<b>60</b>	<b>70</b>	10,37	12,88	5,40	6,48	22,40	25,70	152,70	197,67	89 рецептура
	мука пшеничная	30	37											
	молоко	14	17											
	яйцо	5	7											
	сахар	2	3											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло растительное	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	повидло	20	30											
	<b>Кофейный напиток на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
	молоко	130	150											
	сахар	5	6											
	вода	50	50											
						14,89	17,71	9,31	10,66	39,44	44,81	275,10	332,11	
	<b>Соль йодированная</b>	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>	46,00	60,91	35,81	44,77	164,34	198,84	1135,60	1442,27	

Код наим. группы наим. 2 наим. 3	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры	
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад		
						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
итрас:	<b>Каша пшеничная молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>										
	пшено	15	17			5,51	6,00	5,84	7,44	19,90	26,80	175,00	214,00	120 рецептура	
	молоко	100	150												
	сахар	4	5												
	масло сливочное	3	4												
	вода	50	50												
	<b>Хлеб пшеничный с маслом и сыром</b>			<b>20/5/6</b>	<b>25/5/10</b>	2,95	4,26	5,56	6,78	9,90	12,40	102,00	128,00	3 сб. рец.	
	хлеб пшеничный	20	25												
	масло сливочное	5	5												
	сыр	6	10												
итрас:	<b>Кажо на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм	
	кажю порошок	1,2	1,5												
	молоко	130	150												
	сахар	5	6												
итрас:	<b>Сок фруктовый</b>	120	120	<b>120</b>	<b>120</b>	0,55	0,55	0,11	0,11	11,02	11,02	65,46	65,46	437 кар. блюд	
						12,37	14,22	14,35	17,34	55,70	66,22	442,06	508,57		
итрас:	<b>Суп рыбный</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	12,85	13,56	2,37	6,44	17,50	19,20	131,00	140,00	270 сб. рец.	
	рыба свежемороженая	20	30												
	картофель:	70													
	01.09 - 31.10	70	80												
	31.10 - 31.12	76	86												
	31.12 - 28.02	80	90												
	29.02 - 01.09	90	100												
	морковь	12	15												
	лук	12	15												
	крупа	6	7												
итрас:	масло сливочное	2	2												
	вода	130	180												
	<b>Биточки мясные запеченные в соусе томатном</b>			<b>50/10</b>	<b>60/20</b>	10,36	11,35	13,00	15,81	6,00	6,30	174,00	203,00	84 алгоритм	
	мясо	70	80												
	лук	8	10												
	хлеб пшеничный	5	10												
	масло растительное	3	3												
	для соуса:														
	морковь	5	5												
	лук	8	9												
итрас:	томат-паста	4	5												
	масло растительное	1	1												
	<b>Картофельное пюре</b>			<b>120</b>	<b>150</b>	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.	
	картофель:														
	01.09 - 31.10	140	180												
	31.10 - 31.12	145	185												
	31.12 - 28.02	160	200												
	29.02 - 01.09	170	210												
	молоко	20	30												
	масло сливочное	3	4												
итрас:	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,60	0,80	2,10	2,10	3,80	5,10	37,00	53,00	152 орг. дет. пит.	
	свекла	30	50												
	зеленый горошек	15	20												
	лук	7	10												
итрас:	масло растительное	2	3												
	<b>Камчат из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм	
	сухофрукты	11	13												
	сахар	5	6												
итрас:	вода	150	180												
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
					30,96	33,87	22,14	29,39	90,92	106,40	662,80	767,50			
итрас:	<b>Кондитерские изделия</b>	50	70	<b>50</b>	<b>70</b>	6,25	7,98	6,68	9,01	37,65	40,99	114,30	167,80	120 алгоритм	
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.	
	чай заварка	0,45	0,55												
	сахар	6	7												
итрас:	вода	180	200												
	<b>Фрукты свежие</b>	102	105	<b>102</b>	<b>105</b>	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.	
итрас:					6,66	8,40	7,09	9,43	59,65	64,62	210,30	270,13			
	<b>Соль йодированная</b>	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>										
итрас:					49,99	56,49	43,58	56,16	206,27	237,24	1315,16	1546,20			
					44,408	57,223	44,144	55,419	170,736	211,268	1214,552	1487,799			