

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «ДС №21 «Спутник»



О.А. Солодкова

Приказ от 28 марта 2025 г. № 01-14/138

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
на зимне-весенний период
возрастная категория: 1-3 лет

муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №21 «Спутник»
города Евпатории Республики Крым»

Евпатория, 2025

МЕНЮ

Ясли 10 часов, День 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВЫЙ).		150	4,81	4,85	16,98	131,57
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	131,3	131,3	3,70	3,18	6,11	68,77
КРУПА ЯЧНЕВАЯ.	11,4	11,3	1,10	0,15	7,17	34,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,3	56,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.		35	1,95	7,78	13,18	130,69
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	8,8	8,8	0,04	7,04	0,07	63,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	26,3	26,3	1,91	0,74	13,11	66,84
КАКАО С МОЛОКОМ.		150	3,06	2,52	12,22	84,76
КАКАО-ПОРОШОК.	2	2	0,47	0,29	0,19	5,61
САХАР ПЕСОК.	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,82	15,15	42,38	347,02
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
			0,73	0,15	14,70	62,57
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ПЕРЛОВОЙ).		150	2,22	1,68	11,76	71,40
КАРТОФЕЛЬ.	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ.	6	6	0,54	0,07	3,89	18,33
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА.		60	9,29	8,50	6,41	139,22
ФИЛЕ КУРИНОЕ.	48,35	44	7,77	7,86	0,00	101,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	11	11	0,81	0,07	5,35	25,27
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	14	14	0,40	0,34	0,65	7,33
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,05 шт.	2	0,24	0,22	0,01	3,05
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ.		90	2,17	2,57	13,90	87,59
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ.	20,3	20,3	2,16	0,25	13,88	66,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,8	34,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.		150	0,00	0,00	11,62	46,44
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ).	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,25	13,11	66,66	454,01
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ).		90	10,72	7,64	12,74	164,48
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	17,3	17,3	0,49	0,42	0,81	9,06
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	1,9	1,9	0,20	0,02	1,29	6,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,3	17,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ.	51,9	51,9	9,06	4,53	1,51	85,08
КРУПА МАННАЯ.	5,5	5,5	0,55	0,06	3,76	17,56
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,08 шт.	3,3	0,41	0,37	0,02	5,02
САХАР ПЕСОК.	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
ВАНИЛЬНЫЙ САХАР.	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.		20	1,40	1,65	10,77	63,63
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ.	20	20	1,40	1,65	10,77	63,63
РЯЖЕНКА		150	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА.	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,12	9,29	23,51	228,11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,92	37,70	147,25	1 091,71

МЕНЮ
Если 10 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (ОВСЯНАЯ).		150	5,39	5,71	18,31	147,00
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
КРУПА ОВСЯНАЯ.	12,18	12	1,44	0,71	6,93	39,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ. *	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.		40	3,59	8,73	12,03	141,48
СЫР РОССИЙСКИЙ.	8,8	8	1,80	2,29	0,00	28,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	24	24	1,75	0,68	11,97	60,99
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3	0,07	0,00	6,97	28,73
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОН.	5,83	3,5	0,03	0,00	0,11	1,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,05	14,44	37,31	317,21
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		95	1,39	0,47	19,35	88,46
БАНАН.	135,7	95	1,39	0,47	19,35	88,46
			1,39	0,47	19,35	88,46
Обед						
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ		150	1,76	3,51	8,79	74,13
СВЕКЛА.	40	30	0,44	0,03	2,56	12,22
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	37,5	30	0,52	0,03	1,37	8,15
МОРКОВЬ.	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	2,3	2	0,03	0,00	0,16	0,80
КАРТОФЕЛЬ.	31,33	18,8	0,37	0,08	2,97	14,05
ТОМАТНАЯ ПАСТА.	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	3	3	0,08	0,44	0,11	4,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ		60	8,05	9,22	7,60	145,48
ГОВЯДИНА.	50,67	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	8	8	0,59	0,05	3,89	18,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	14,29	12	0,16	0,02	0,95	4,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		60	1,89	2,12	12,47	76,68
КРУПА ЯЧНЕВАЯ.	19,4	19,4	1,88	0,24	12,31	58,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,2	46,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ.	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,3	2,3	0,01	1,84	0,02	16,68
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.		30	0,36	0,03	3,39	15,59
МОРКОВЬ.	38,4	28,8	0,36	0,03	1,93	9,78
САХАР ПЕСОК.	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
НАПИТОК ИЗ ПЛ. ШИПОВНИК.		150	0,49	0,20	15,06	73,45
ШИПОВНИК СУХОЙ.	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,12	15,44	70,28	494,69
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.		65	6,16	11,93	1,12	136,32
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	1,14 шт.	45,89	5,66	5,12	0,31	69,89
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.		16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.	40	0	0,53	2,41	3,28	37,10
КАРТОФЕЛЬ.	16,67	10	0,19	0,04	1,58	7,47
СВЕКЛА.	10,67	8	0,12	0,01	0,68	3,26
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ.		8	0,06	0,01	0,14	1,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.		2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЧАЙ С САХАРОМ		150/15	0	0,08	12,38	49,53
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,9	111,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12,4	12,4	0,00	0,00	12,01	48,00
			8,14	14,59	25,01	262,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,81	43,86	147,53	1 087,24

МЕНЮ
Ясли 10 часов
День 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ		70	6,35	5,18	12,74	124,23
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ.	29,1	29,1	5,08	2,54	0,84	47,70
КРУПА МАННАЯ.	3,2	3,2	0,32	0,03	2,19	10,21
САХАР ПЕСОК.	7,5	7,5	0,00	0,00	7,27	29,03
МОРКОВЬ.	12,93	9,7	0,13	0,01	0,65	3,30
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,05 шт.	2,2	0,27	0,24	0,02	3,35
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	9,7	9,7	0,27	0,23	0,46	5,08
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ.	2,2	2,2	0,28	0,00	1,31	6,37
ДЖЕМ (ПОРЦ.).		10	0,06	0,01	7,07	27,55
ДЖЕМ.	10	10	0,06	0,01	7,07	27,55
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.		40	3,59	8,73	12,03	141,48
СЫР РОССИЙСКИЙ.	8,8	8	1,80	2,29	0,00	28,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	24	24	1,75	0,68	11,97	60,99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,26	1,82	13,62	80,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК..	2,5	2,5	0,15	0,00	2,10	8,97
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,26	15,74	45,46	373,65
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ.		95	0,37	0,37	9,03	43,31
ЯБЛОКИ.	108	95	0,37	0,37	9,03	43,31
			0,37	0,37	9,03	43,31
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ.		150	1,67	1,73	12,10	70,80
КАРТОФЕЛЬ.	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ.	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.		80	9,42	8,82	9,28	154,15
ГОВЯДИНА.	60,9	45,6	8,23	7,08	0,00	96,43
КАРТОФЕЛЬ.	91	54,6	1,06	0,21	8,63	40,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	5,6	4,7	0,07	0,01	0,38	1,87
МОРКОВЬ.	5,07	3,8	0,05	0,00	0,25	1,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛ		30	0,43	1,50	4,88	34,96
СВЕКЛА.	32,8	24,6	0,36	0,02	2,10	10,02
ЧЕРНОСЛИВ.	2,9	2,9	0,07	0,02	1,62	7,20
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
САХАР ПЕСОК.	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОМПОТ ИЗ СУШ. ФРУКТОВ		150	0,00	0,00	11,62	46,44
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ).	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,09	12,41	60,85	415,71
Полдник						
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ.		60	9,30	2,76	5,22	83,02
ФИЛЕ МИНТАЯ.	57,56	51	7,87	0,45	0,00	35,62
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	5	5	0,15	0,13	0,23	2,62
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,05 шт.	2,01	0,25	0,22	0,01	3,07
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ.	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
РИС ОТВАРНОЙ.		80	1,96	3,16	20,56	118,50
КРУПА РИСОВАЯ.	28,8	28,6	1,94	0,28	20,53	92,38
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3,6	3,6	0,02	2,88	0,03	26,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ПРЯНИКИ.		20	1,14	0,91	14,55	71,00
ПРЯНИКИ.	20	20	1,14	0,91	14,55	71,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150/15	0,17	0,08	12,38	49,53
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,8	0,8	0,16	0,00	0,33	1,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,5	44,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12,4	12,4	0,00	0,00	12,01	48,00
			13,85	7,08	60,94	361,62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,57	35,60	176,28	1 194,29

МЕНЮ
Ясли 10 часов
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ)		150	5,09	5,06	16,07	131,02
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	131,3	131,3	3,70	3,18	6,11	68,77
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ.	11,4	11,3	1,38	0,36	6,26	33,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,3	56,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.		40	3,59	8,73	12,03	141,48
СЫР РОССИЙСКИЙ.	8,8	8	1,80	2,29	0,00	28,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	24	24	1,75	0,68	11,97	60,99
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВ.		150	2,57	2,18	11,05	74,72
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,2	0,2	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	90	90	2,53	2,18	4,19	47,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,25	15,97	39,15	347,22
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		95	0,83	0,18	7,47	39,62
АПЕЛЬСИН.	141,79	95	0,83	0,18	7,47	39,62
			0,83	0,18	7,47	39,62
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		150	1,41	3,58	9,97	77,96
КАРТОФЕЛЬ.	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ.	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ.	9	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	3	3	0,08	0,44	0,11	4,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		60	7,78	7,36	19,29	180,92
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ.	32,3	30	5,21	1,08	0,00	36,96
КРУПА РИСОВАЯ.	25,8	25,5	1,74	0,25	18,30	82,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	13,4	11,3	0,16	0,02	0,90	4,49
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,13 шт.	5,1	0,63	0,57	0,04	7,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	5,3	5,3	0,03	4,24	0,04	38,45
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ.		100	1,96	3,38	12,90	90,28
КАРТОФЕЛЬ.	115	69	1,34	0,27	10,91	51,54
МОРКОВЬ.	27,73	20,8	0,26	0,02	1,40	7,06
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ		40	1,12	2,40	3,13	38,45
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	53,14	37,2	1,12	0,07	2,35	14,43
САХАР ПЕСОК.	0,8	0,8	0,00	0,00	0,78	3,09
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.		150	0,49	0,20	15,06	73,45
ШИПОВНИК СУХОЙ.	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,33	17,28	83,32	570,42
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТЫКВЫ С ТВОРОГОМ.		80	6,20	8,90	14,63	164,41
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	17,4	17,4	0,49	0,43	0,81	9,12
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ.	13,3	13,3	2,32	1,16	0,39	21,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЫКВА СВЕЖАЯ.	62,6	43,8	0,43	0,04	1,87	9,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	4,9	4,9	0,02	3,92	0,04	35,55
КРУПА ПШЕННАЯ.	14,1	13,9	1,55	0,37	9,50	47,46
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	34,8	34,8	0,98	0,84	1,62	18,23
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,07 шт.	2,8	0,35	0,31	0,02	4,27
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	2,1	2,1	0,05	0,31	0,07	3,26
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.		20	1,40	1,65	10,77	63,63
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ.	20	20	1,40	1,65	10,77	63,63
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.		150/10/7	0,11	0,01	8,53	35,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,2	28,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЛИМОН.	9,9	5,9	0,05	0,01	0,17	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,2	127,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,71	10,56	33,93	263,61
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,12	43,99	163,87	1 220,87

МЕНЮ
Ясли 10 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ.	150		4,07	3,78	11,99	98,68
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ.	9	9	0,90	0,09	6,16	28,72
САХАР ПЕСОК.	0,6	0,6	0,00	0,00	0,58	2,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	35		1,95	7,78	13,18	130,69
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	8,8	8,8	0,04	7,04	0,07	63,85
БАЛОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	26,3	26,3	1,91	0,74	13,11	66,84
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	150/10/7		0,11	0,01	8,53	35,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,2	28,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЛИМОН.	9,9	5,9	0,05	0,01	0,17	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,2	127,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,13	11,57	33,70	264,94
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ.	95		0,37	0,37	9,03	43,31
ЯБЛОКИ.	108	95	0,37	0,37	9,03	43,31
			0,37	0,37	9,03	43,31
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ.	150		3,68	1,92	10,89	75,76
КАРТОФЕЛЬ.	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА.	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ МИНТАЯ.	15,9	14,1	2,17	0,13	0,00	9,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,02 шт.	0,6	0,08	0,07	0,00	0,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КОРПИКА.	60		9,36	8,57	6,45	140,31
ФИЛЕ КУРИНОЕ.	48,6	44,3	7,82	7,91	0,00	102,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	4,5	3,8	0,05	0,01	0,30	1,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	11,3	11,3	0,83	0,07	5,50	25,96
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	13,5	13,5	0,38	0,33	0,63	7,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,06 шт.	2,3	0,28	0,25	0,02	3,50
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80		1,92	2,45	20,11	109,87
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ.	36,8	36,8	4,50	1,17	20,38	109,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,3	61,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
КАПУСТА ТУШЕНАЯ.	40		0,93	1,61	4,07	34,94
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	55	44	0,77	0,04	2,01	11,95
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1,6	1,6	0,00	1,55	0,00	13,95
МОРКОВЬ.	2,67	2	0,03	0,00	0,14	0,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	3,3	2,8	0,04	0,01	0,22	1,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,59
САХАР ПЕСОК.	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30		2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20		1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.	2		0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	150		0,00	0,00	11,62	46,44
СМОРОДЫ (СМЕСЬ).	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,46	14,91	76,11	516,68
Полдник						
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60		13,17	5,90	4,67	138,25
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ.	68,4	63,6	11,04	2,28	0,00	78,35
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1,2	1,2	0,00	1,16	0,00	10,47
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	31,2	31,2	0,87	0,76	1,46	16,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	10,7	9	0,13	0,02	0,72	3,58
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,15 шт.	6	0,74	0,67	0,04	9,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	80		1,68	2,79	11,40	77,69
КАРТОФЕЛЬ.	114	68,4	1,33	0,26	10,82	51,09
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20		1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ПЕЧЕНЬ.	20		1,44	1,82	14,18	78,96
ПЕЧЕНЬ САХАРНОЕ.	20	20	1,44	1,82	14,18	78,96
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ.	180		0,87	0,17	17,63	75,08
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	180	180	0,87	0,17	17,63	75,08
			18,44	10,85	56,11	409,55
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,40	37,70	174,95	1 234,48

МЕНЮ
Ясли 10 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)		150	3,58	3,84	12,52	99,60
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	105	105	2,96	2,55	4,89	55,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ.	9,1	9	0,61	0,09	6,46	29,07
САХАР ПЕСОК.	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.		35	1,95	7,78	13,18	130,69
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	8,8	8,8	0,04	7,04	0,07	63,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	26,3	26,3	1,91	0,74	13,11	66,84
КАКАО С МОЛОКОМ.		150	2,98	2,47	12,46	84,92
КАКАО-ПОРОШОК.	1,7	1,7	0,40	0,25	0,16	4,76
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	91,7	91,7	2,58	2,22	4,27	48,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,51	14,09	38,16	315,21
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И		150	0,73	0,15	14,70	62,57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	150	150	0,73	0,15	14,70	62,57
			0,73	0,15	14,70	62,57
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		150	1,78	1,83	11,34	69,03
КАРТОФЕЛЬ.	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ.	6,1	6	0,74	0,19	3,33	17,93
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ		60	9,56	10,00	8,72	162,75
ГОВЯДИНА.	59	44,3	7,99	6,88	0,00	93,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	10,5	10,5	0,78	0,07	5,11	24,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ.	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С		100	2,44	2,84	15,48	97,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ.	22,6	22,6	2,42	0,28	15,45	74,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	1,9	1,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА,		150	0,49	0,20	15,06	73,45
ШИПОВНИК СУХОЙ.	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,84	15,23	73,57	511,91
Полдник						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ).		80	4,42	4,32	9,66	96,12
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ.	22,4	22,4	3,91	1,96	0,65	36,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	3,5	3,1	0,32	0,04	2,10	10,04
САХАР ПЕСОК.	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,19
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,06 шт.	1,5	0,18	0,16	0,01	2,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,8	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
САХАР ПЕСОК.	5,6	5,5	0,00	0,00	5,33	21,29
РЯЖЕНКА		150	0,00	0,00	0,00	0,00
РЯЖЕНКА.	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,10	4,32	69,21	397,29
			31,50	33,79	136,09	985,81

МЕНЮ
Ясли 10 часов
День 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ ПРОТЕРТЫЙ.	150		5,18	5,00	15,42	128,15
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	120	120	3,38	2,91	5,59	62,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ОВСЯНАЯ.	15,2	15	1,79	0,89	8,66	49,76
САХАР ПЕСОК.	1,2	1,2	0,00	0,00	1,16	4,65
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.	40		3,59	8,73	12,03	141,48
СЫР РОССИЙСКИЙ.	8,8	8	1,80	2,29	0,00	28,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	24	24	1,75	0,68	11,97	60,99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,23	1,82	11,95	73,56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	2	2	0,12	0,00	1,68	7,18
САХАР ПЕСОК.	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,00	15,55	39,40	343,19
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	95		0,83	0,18	7,47	39,62
АПЕЛЬСИН.	141,79	95	0,83	0,18	7,47	39,62
			0,83	0,18	7,47	39,62
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ.	150		1,77	1,84	11,33	69,06
КАРТОФЕЛЬ.	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ.	6,1	6	0,74	0,19	3,33	17,93
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80		5,44	7,62	4,46	108,07
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2,7	2,7	0,00	2,62	0,00	23,54
КАРТОФЕЛЬ.	38,17	22,9	0,45	0,09	3,62	17,10
МОРКОВЬ.	9,2	6,9	0,09	0,01	0,47	2,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	5,5	4,6	0,06	0,01	0,37	1,83
ФИЛЕ КУРИНОЕ.	30,1	27,4	4,84	4,89	0,00	63,25
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ.	40		0,65	1,98	3,90	36,36
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	39,45	31,56	0,55	0,03	1,44	8,57
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	4,76	4	0,06	0,01	0,32	1,59
МОРКОВЬ.	4	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,88	3,88	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30		2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20		1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.	2		0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	150		0,00	0,00	11,62	46,44
СПЕОФРУКТЫ (СМЕСЬ).	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,43	11,80	54,28	369,29
Полдник						
ОЛАДЫ С ТВОРОГОМ.	60		4,34	5,99	16,77	138,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	23,1	23,1	2,42	0,29	15,67	74,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,03 шт.	1,1	0,14	0,13	0,01	1,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,1	23,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ.	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
САХАР ПЕСОК.	0,8	0,8	0,00	0,00	0,78	3,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ.	9,6	9,6	1,68	0,83	0,28	15,73
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2,9	2,9	0,00	2,81	0,00	25,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,4	2,4	0,01	1,92	0,02	17,41
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20		1,40	1,65	10,77	63,63
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ.	20	20	1,40	1,65	10,77	63,63
НИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО.	150		0,23	0,05	27,52	111,22
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	45	45	0,22	0,05	4,41	18,77
САХАР ПЕСОК.	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ.	7,5	7,5	0,01	0,00	5,69	22,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,97	7,69	55,06	313,41
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			29,23	35,22	156,21	1 065,51

МЕНЮ
Ясли 10 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.		65	6,16	11,93	1,12	136,32
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	1,14 шт.	45,89	5,66	5,12	0,31	69,89
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.		16	0,45	0,39	0,75	8,38
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.	40	0	3,59	8,73	12,03	141,48
СЫР РОССИЙСКИЙ.		8,8	1,80	2,29	0,00	28,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	24	24	1,75	0,68	11,97	60,99
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	150/10/7	0	0,11	0,01	8,53	35,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,7	28,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЛИМОН.	9,9	5,9	0,05	0,01	0,17	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,2	127,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,88	20,67	21,68	213,37
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.		150	1,48	4,01	10,06	82,61
КАРТОФЕЛЬ.	75	45	0,87	0,17	7,12	33,61
КРУПА ПЕРЛОВАЯ.	3	3	0,27	0,03	1,95	9,17
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	3,6	3	0,04	0,01	0,24	1,19
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ.	9	9	0,07	0,01	0,15	1,13
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	6	6	0,15	0,87	0,20	9,31
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		60	9,00	8,22	1,11	114,17
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	4,7	4,7	0,12	0,69	0,16	7,29
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,1	14,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА.	64,5	48,4	8,73	7,51	0,00	102,34
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		80	1,92	2,45	20,11	109,87
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ.	36,8	36,8	4,50	1,17	20,38	109,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,3	61,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		30	0,22	0,91	0,98	12,91
КАРТОФЕЛЬ.	4,17	2,5	0,05	0,01	0,40	1,87
МОРКОВЬ.	6,67	5	0,07	0,01	0,34	1,70
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	6,3	5	0,09	0,01	0,23	1,36
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,1	1,1	0,01	0,88	0,01	7,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.		150	0,49	0,20	15,06	73,45
ШИПОВНИК СУХОЙ.	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,68	16,15	70,29	502,37
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ.		80	10,34	8,12	8,99	150,75
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	27,3	27,3	0,77	0,66	1,27	14,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	4,7	4,7	0,02	3,76	0,04	34,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	4,7	4,7	0,49	0,06	3,19	15,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,5	5,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ МИНТАЯ.	55	48,7	7,51	0,43	0,00	34,01
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	8	8	0,59	0,05	3,89	18,38
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	11,6	11,6	0,33	0,28	0,54	6,07
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,12 шт.	5	0,62	0,56	0,04	7,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,9	2,9	0,01	2,32	0,02	21,04
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.		100	2,11	3,50	14,25	97,11
КАРТОФЕЛЬ.	142,5	85,5	1,66	0,33	13,52	63,86
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3,5	3,5	0,02	2,80	0,03	25,39
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	150/10/7	0	0,11	0,01	8,53	35,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,2	28,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЛИМОН.	9,9	5,9	0,05	0,01	0,17	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,2	127,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ.		20	1,44	1,82	14,18	78,96
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	20	20	1,44	1,82	14,18	78,96
			15,28	13,62	54,18	401,96
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,86	42,66	129,06	1 046,72

МЕНЮ
Если 10 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Суп молочный манный.		150	4,07	3,78	11,99	98,68
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	112,5	112,5	3,16	2,73	5,24	58,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ.	9	9	0,90	0,09	6,16	28,72
САХАР ПЕСОК.	0,6	0,6	0,00	0,00	0,58	2,32
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,2	1,2	0,01	0,96	0,01	8,71
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.		40	2,23	8,84	15,04	148,80
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	30	30	2,18	0,84	14,96	76,24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.		150/10/7	0,11	0,01	8,53	35,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,2	28,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЛИМОН.	9,9	5,9	0,05	0,01	0,17	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,2	127,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,41	12,63	35,56	283,05
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ.		95	0,37	0,37	9,03	43,31
ЯБЛОКИ.	108	95	0,37	0,37	9,03	43,31
			0,37	0,37	9,03	43,31
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		150	1,36	4,11	8,01	75,00
СВЕКЛА.	32	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ.	20	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ.	10	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ.	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА.	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК.	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	7,5	7,5	0,18	1,10	0,25	11,64
СУФЛЕ КУРИНОЕ.		50	8,25	12,74	4,19	164,33
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	25	25	0,71	0,61	1,16	13,10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	4,3	4,3	0,02	3,44	0,03	31,20
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	4,3	4,3	0,45	0,06	2,92	13,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ КУРИНОЕ.	37,4	34	6,00	6,07	0,00	78,49
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ).	0,21 шт.	8,6	1,06	0,96	0,06	13,10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.		80	1,68	2,79	11,40	77,69
КАРТОФЕЛЬ.	114	68,4	1,33	0,26	10,82	51,09
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНС		20	0,57	1,01	1,20	16,09
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ.	29,2	19	0,57	0,04	1,20	7,37
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.		150	0,00	0,00	11,62	46,44
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ).	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,43	21,01	59,39	488,91
Полдник						
БЛИНЧИКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ		60	8,68	5,12	7,78	112,36
ЗАПЕЧЕННЫЕ						
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	12,5	12,5	0,30	1,82	0,43	19,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	3,75	3,75	0,40	0,05	2,54	12,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ.	5,33	4	0,05	0,00	0,27	1,36
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	5	4	0,07	0,00	0,18	1,09
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	4	4	0,12	0,10	0,18	2,10
ОМАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ.	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СЫР РОССИЙСКИЙ.	3,09	3	0,68	0,86	0,00	10,59
ФИЛЕ МИНТАЯ.	45,15	40	6,17	0,35	0,00	27,94
РИС ОТВАРНОЙ.		60	1,47	2,36	15,38	88,71
КРУПА РИСОВАЯ.	21,6	21,4	1,46	0,20	15,36	69,12
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59
ХЛЕБ РЖАНОЙ.		20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ПРОСТОКВАША.		150	4,22	3,64	6,11	78,57
ПРОСТОКВАША.	150	150	4,22	3,64	6,11	78,57
ПЕЧЕНЬЕ.		20	1,44	1,82	14,18	78,96
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	20	20	1,44	1,82	14,18	78,96
			17,09	13,11	51,68	398,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,30	47,12	155,66	1 213,44

МЕНЮ
Если 10 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (ПШЕНО).		150	5,29	5,32	19,58	148,16
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	140	140	3,94	3,40	6,52	73,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА ПШЕННАЯ.	12,2	12	1,34	0,32	8,20	40,97
САХАР ПЕСОК.	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.		35	1,95	7,78	13,18	130,69
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	8,8	8,8	0,04	7,04	0,07	63,85
БАТОН НАРЕЗНОЙ КРЫМСКИЙ.	26,3	26,3	1,91	0,74	13,11	66,84
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		150	2,17	1,82	11,65	72,14
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
МОЛОКО 2,5% ЖИРНОСТИ.	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,41	14,92	44,41	350,99
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ.		95	0,74	0,18	6,92	35,02
МАНДАРИН.	128,4	95	0,74	0,18	6,92	35,02
			0,74	0,18	6,92	35,02
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ.		150	1,62	3,85	9,19	78,22
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ.	28,1	22,5	0,40	0,02	1,03	6,11
МОРКОВЬ.	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛЮК РЕПЧАТЫЙ.	7,1	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА.	0,9	0,9	0,04	0,00	0,16	0,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ.	62,5	37,5	0,73	0,15	5,93	28,01
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ.	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
КУЛЮБИЗ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА.		60	9,12	9,17	2,11	127,32
ПОВИДИНА.	64,7	48,5	8,75	7,53	0,00	102,56
МОРКОВЬ.	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛЮК РЕПЧАТЫЙ.	5,9	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100	4,38	3,61	25,61	152,26
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК".	38,5	38,5	4,30	0,49	25,36	122,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	3,8	3,8	0,02	3,05	0,03	27,57
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ.		20	0,53	1,00	2,84	22,77
СВЕКЛА.	21,33	16	0,23	0,02	1,37	6,52
ЛЮК РЕПЧАТЫЙ.	3,9	3,3	0,05	0,01	0,26	1,31
ТОМАТНАЯ ПАСТА.	5,5	5,5	0,25	0,00	1,02	5,44
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
САХАР ПЕСОК.	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	20	20	1,28	0,17	8,23	39,57
ЗЕЛЕНЬ.		2	0,07	0,01	0,14	0,87
УКРОП (ЗЕЛЕНЬ).	1,35	1	0,03	0,01	0,06	0,39
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ).	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	15,06	73,45
ШИПОВНИК СУХОЙ.	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК.	8,3	8,3	0,00	0,00	8,03	32,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,71	18,19	77,78	563,38
Полдник						
ПИЦЦА "ДЕТСКАЯ".		50	12,47	8,40	48,37	319,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ.	63,6	63,6	6,66	0,81	43,13	206,05
САХАР ПЕСОК.	4,4	4,4	0,00	0,00	4,26	17,03
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	1,9	1,9	0,01	1,52	0,02	13,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ.	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ.	1,9	1,9	0,23	0,04	0,04	1,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ КУРИНОЕ.	24,18	22	3,88	3,93	0,00	50,79
ТОМАТНАЯ ПАСТА.	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
СЫР РОССИЙСКИЙ.	6,7	6,5	1,46	1,86	0,00	22,95
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ.	0,25	0,25	0,00	0,24	0,00	2,18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.		150/107	0,11	0,01	8,53	35,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ.	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,2	28,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК.	8,5	8,5	0,00	0,00	8,23	32,90
ЛИМОН.	9,9	5,9	0,05	0,01	0,17	1,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,2	127,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,58	8,41	56,90	354,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,44	41,70	186,01	1 304,12

11

Прошито, пронумеровано и
скреплено печатью
учреждения

Н. С. Сидорова листов
Заведующий

МБДОУ «ДС №21 «СПУТНИК»

О. А. Соловьева
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «ДС №21 «СПУТНИК»



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402874

Владелец Солодкова Ольга Анатольевна

Действителен с 22.01.2025 по 22.01.2026