

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ,г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|---------------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша молочная овсяная | 150 | 180 | 5,81 | 6,94 | 7,33 | 8,74 | 19,85 | 24,02 | 168,75 | 202,71 |
| Яйцо варёное | 50 | 50 | 5,95 | 5,95 | 5,05 | 5,05 | 0,30 | 0,30 | 70,70 | 70,70 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Чай с молоком и сахаром | 180 | 200 | 3,12 | 3,43 | 3,12 | 3,41 | 11,07 | 12,21 | 85,00 | 93,42 |
| <i>Итого:</i> | 416 | 477 | 19,02 | 23,7 | 15,5 | 19,47 | 63,25 | 84,28 | 471,99 | 611,15 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты свежие | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок | 30 | 50 | 0,32 | 0,53 | 2,7 | 4,5 | 2,35 | 3,92 | 34,9 | 58,18 |
| Суп из овощей со сметаной | 180/7 | 200/8 | 2,98 | 3,22 | 3,9 | 4,06 | 13,43 | 14,5 | 100,31 | 106,95 |
| Плов с мясом | 170 | 200 | 28,09 | 33,04 | 26,21 | 30,80 | 29,05 | 34,20 | 461,58 | 542,74 |
| Компот из изюма | 150 | 200 | 0,34 | 0,45 | 0,06 | 0,08 | 14,45 | 19,15 | 59,72 | 79,11 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 573 | 703 | 34,11 | 40,21 | 33,30 | 39,98 | 71,30 | 86,80 | 718,00 | 863,84 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога | 130 | 150 | 23,30 | 26,77 | 14,62 | 16,81 | 21,19 | 24,42 | 309,93 | 356,57 |
| Молоко сгущённое | 20 | 20 | 1,42 | 1,42 | 1,00 | 1,00 | 11,04 | 11,04 | 58,84 | 58,84 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 2,25 | 2,25 | 2,94 | 2,94 | 22,32 | 22,32 | 125,10 | 125,10 |
| Ряженка | 180 | 200 | 5,22 | 5,8 | 5,76 | 6,4 | 7,38 | 8,2 | 102,24 | 113,6 |
| <i>Итого:</i> | 315 | 355 | 32,19 | 36,24 | 24,32 | 27,15 | 61,93 | 65,98 | 596,11 | 654,11 |
| Всего за 1 день | 1384 | 1620 | 85,64 | 100,49 | 73,44 | 86,94 | 204,32 | 245,39 | 1821,62 | 2166,84 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ,г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша молочная манная | 150 | 180 | 5,01 | 5,94 | 6,28 | 7,46 | 20,54 | 24,77 | 158,92 | 190,20 |
| Сыр полутвёрдых сортов | 8 | 13 | 1,93 | 3,13 | 2,45 | 3,98 | | | 29,74 | 48,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,45 | 12,62 | 95,25 | 104,62 |
| <i>Итого:</i> | 368 | 433 | 13,24 | 16,51 | 12,66 | 15,79 | 46,75 | 57,07 | 354,23 | 436,95 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 30 | 50 | 0,57 | 0,95 | 2,67 | 4,45 | 2,31 | 3,85 | 35,70 | 59,50 |
| Суп картофельный с рисовой крупой на мясном бульоне | 180 | 200 | 0,06 | 3,32 | 4,59 | 4,79 | 15,48 | 16,71 | 111,06 | 118,47 |
| Капуста тушеная с мясом | 170 | 200 | 20,55 | 24,77 | 17,39 | 21,02 | 14,36 | 18,00 | 286,86 | 349,09 |
| Сок | 180 | 180 | 0,9 | 0,9 | 0,18 | 0,18 | 18,18 | 18,18 | 82,8 | 82,8 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 596 | 675 | 24,46 | 32,91 | 25,26 | 30,98 | 62,35 | 71,77 | 577,91 | 686,72 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Рыба запечённая в омлете | 150 | 150 | 27,34 | 27,34 | 9,67 | 9,67 | 6,04 | 6,04 | 221,00 | 221,00 |
| Сдоба обыкновенная | 60 | 60 | 5,02 | 5,02 | 3,08 | 3,08 | 33,63 | 33,63 | 182,41 | 182,41 |
| Чай с лимоном и сахаром | 180 | 200 | 0,24 | 0,27 | 0,05 | 0,06 | 6,63 | 7,35 | 27,95 | 30,99 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| <i>Итого:</i> | 420 | 450 | 34,88 | 35,67 | 13,04 | 13,13 | 61,06 | 66,7 | 501,68 | 528,16 |
| всего за 2 день | 1464 | 1643 | 72,9 | 85,43 | 51,28 | 60,24 | 178,00 | 203,87 | 1469,34 | 1689,57 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ,г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша молочная гречневая | 150 | 180 | 6,2 | 7,34 | 6,26 | 7,4 | 20,42 | 24,44 | 163,08 | 194,06 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Какао с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,55 | 12,72 | 95,65 | 105,02 |
| <i>Итого:</i> | 366 | 427 | 12,54 | 14,82 | 15,14 | 17,53 | 46,78 | 56,9 | 373,94 | 445,21 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из отварной свеклы | 30 | 50 | 0,50 | 0,83 | 1,35 | 2,26 | 2,85 | 4,76 | 25,57 | 42,69 |
| Суп с рыбными консервами (горбуша) | 180 | 200 | 10,96 | 11,82 | 4,77 | 5,13 | 16,62 | 17,91 | 152,97 | 164,76 |
| Запеканка с печенью со сметанным соусом | 180 | 210 | 16,58 | 21,75 | 14,32 | 18,35 | 23,51 | 28,89 | 288,63 | 366,97 |
| Напиток из шиповника | 180 | 200 | 0,16 | 0,18 | 0,07 | 0,08 | 10,16 | 11,30 | 41,91 | 46,60 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 606 | 705 | 30,58 | 37,55 | 20,94 | 26,36 | 65,16 | 77,89 | 570,57 | 697,88 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Макароньы отварные с сыром | 110 | 130 | 6,82 | 8,03 | 6,40 | 7,56 | 21,08 | 24,80 | 169,29 | 199,45 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Молоко кипяченое | 180 | 200 | 4,86 | 5,40 | 5,04 | 5,60 | 7,74 | 8,60 | 96,12 | 106,80 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 2,25 | 2,25 | 2,94 | 2,94 | 22,32 | 22,32 | 125,10 | 125,10 |
| <i>Итого:</i> | 420 | 470 | 16,21 | 18,72 | 14,62 | 16,42 | 65,9 | 75,4 | 460,83 | 525,11 |
| всего за 3 день | 1462 | 1702 | 59,65 | 71,43 | 51,02 | 60,65 | 185,68 | 218,52 | 1440,86 | 1705,94 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ,г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша молочная кукурузная | 150 | 180 | 6,17 | 7,31 | 6,93 | 8,22 | 26,75 | 32,04 | 194,20 | 231,58 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Коф.напиток с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,4 | 3,69 | 4,03 | 11,45 | 12,62 | 95,25 | 104,62 |
| <i>Итого:</i> | 366 | 427 | 12,51 | 14,79 | 15,81 | 18,35 | 53,01 | 64,40 | 404,66 | 482,33 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Огурец солёный | 30 | 50 | 0,26 | 0,42 | 0,03 | 0,05 | 0,50 | 0,80 | 3,30 | 5,30 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 187 | 208 | 11,32 | 11,62 | 10,76 | 11,18 | 21,64 | 23,22 | 224,33 | 235,65 |
| Котлеты из говядины | 60 | 70 | 11,48 | 13,62 | 11,71 | 13,85 | 10,25 | 11,93 | 187,08 | 220,66 |
| Рис отварной | 110 | 130 | 2,65 | 3,12 | 3,99 | 4,70 | 26,75 | 31,54 | 153,46 | 180,94 |
| Соус томатный с овощами | 20 | 30 | 0,49 | 0,73 | 1,50 | 2,25 | 2,86 | 4,32 | 26,84 | 40,39 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,38 | 0,51 | 0,00 | 0,00 | 16,08 | 21,32 | 65,83 | 87,28 |
| Хлеб ржаной | 30 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 593 | 733 | 28,96 | 32,99 | 28,42 | 32,57 | 90,10 | 108,16 | 722,33 | 847,08 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Омлет с зелёным горошком | 130 | 160 | 10,21 | 12,77 | 11,10 | 13,89 | 5,11 | 6,39 | 161,52 | 202,06 |
| Йогурт питьевой | 180 | 200 | 5,22 | 5,80 | 5,76 | 6,40 | 7,38 | 8,20 | 102,24 | 113,60 |
| Кондитерское изделие | 30 | 50 | 2,25 | 3,75 | 2,94 | 4,90 | 22,32 | 37,20 | 125,10 | 208,50 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| <i>Итого:</i> | 370 | 450 | 19,96 | 25,36 | 20,04 | 25,51 | 49,57 | 71,47 | 459,18 | 617,92 |
| Всего за 4 день | 1409 | 1695 | 61,75 | 73,48 | 64,59 | 76,77 | 200,52 | 252,36 | 1621,69 | 1985,07 |

МЕНЮ на « ___ » _____ 2023

«Утверждаю»
Директор _____ А.Н. Егоров

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша «Дружба» | 150 | 180 | 4,89 | 5,76 | 6,60 | 7,81 | 19,91 | 23,78 | 158,84 | 188,76 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Какао с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,55 | 12,72 | 95,65 | 105,02 |
| <i>Итого:</i> | 366 | 427 | 11,23 | 13,24 | 15,48 | 17,94 | 46,27 | 56,24 | 369,70 | 439,91 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из белокачанной капусты с морковью | 30 | 50 | 0,58 | 0,97 | 2,67 | 4,45 | 3,09 | 5,15 | 38,69 | 64,47 |
| Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной | 187 | 208 | 2,79 | 3,02 | 4,64 | 5,08 | 18,97 | 20,47 | 128,40 | 139,17 |
| Птица в соусе с томатом | 60 | 80 | 12,20 | 16,26 | 12,29 | 16,33 | 4,31 | 5,70 | 175,34 | 233,01 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 130 | 6,02 | 7,10 | 5,10 | 6,02 | 26,45 | 31,19 | 175,88 | 207,42 |
| Сок | 180 | 180 | 0,9 | 0,9 | 0,18 | 0,18 | 18,18 | 18,18 | 82,8 | 82,8 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 603 | 693 | 24,87 | 31,22 | 25,31 | 32,6 | 83,02 | 95,72 | 662,6 | 803,73 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Жаркое из сердца | 170 | 200 | 15,60 | 17,85 | 3,16 | 3,62 | 23,27 | 28,41 | 183,46 | 216,95 |
| Булочка ванильная | 70 | 70 | 5,54 | 5,54 | 5,30 | 5,30 | 36,17 | 36,17 | 214,66 | 214,66 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 0,17 | 0,18 | 0,09 | 0,10 | 11,07 | 12,26 | 45,66 | 50,58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| <i>Итого:</i> | 450 | 510 | 23,59 | 26,61 | 8,79 | 9,34 | 85,27 | 96,52 | 514,1 | 575,95 |
| всего за 5 день | 1499 | 1715 | 60,01 | 71,41 | 49,9 | 60,22 | 222,4 | 256,81 | 1581,92 | 1857,33 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша молочная пшённая | 150 | 180 | 5,68 | 6,72 | 6,77 | 8,04 | 22,53 | 26,98 | 174,02 | 207,49 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Сыр | 8 | 13 | 1,93 | 3,13 | 2,45 | 3,98 | 0,00 | 0,00 | 29,74 | 48,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Чай с молоком и сахаром | 180 | 200 | 3,12 | 3,43 | 3,12 | 3,41 | 11,07 | 12,21 | 85 | 93,42 |
| Итого: | 374 | 440 | 13,05 | 16,36 | 17,53 | 21,53 | 48,41 | 58,93 | 403,97 | 495,41 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| Итого: | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Огурец солёный | 30 | 50 | 0,26 | 0,42 | 0,03 | 0,05 | 0,50 | 0,80 | 3,30 | 5,30 |
| Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной | 187 | 208 | 3,38 | 3,65 | 3,93 | 4,18 | 18,06 | 19,48 | 120,60 | 129,63 |
| Бефстроганов из отварной говядины | 60 | 80 | 9,94 | 13,60 | 9,60 | 13,10 | 3,61 | 4,88 | 135,78 | 185,21 |
| Макароны отварные | 110 | 130 | 3,89 | 4,60 | 4,04 | 4,77 | 24,11 | 28,48 | 148,54 | 175,43 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| Компот из изюма | 150 | 200 | 0,34 | 0,45 | 0,06 | 0,08 | 14,45 | 19,15 | 59,72 | 79,11 |
| Итого: | 573 | 713 | 20,19 | 25,69 | 18,09 | 22,72 | 72,75 | 87,82 | 529,43 | 651,54 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога с морковью | 130 | 150 | 15,01 | 17,24 | 10,80 | 12,37 | 23,51 | 27,03 | 251,55 | 288,74 |
| Молоко сгущённое | 20 | 20 | 1,42 | 1,42 | 1,00 | 1,00 | 11,04 | 11,04 | 58,84 | 58,84 |
| Йогурт питьевой | 180 | 200 | 5,22 | 5,80 | 5,76 | 6,40 | 7,38 | 8,20 | 102,24 | 113,60 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 2,25 | 2,25 | 2,94 | 2,94 | 22,32 | 22,32 | 125,10 | 125,10 |
| Итого: | 360 | 400 | 23,9 | 26,71 | 20,5 | 22,71 | 64,25 | 68,59 | 537,73 | 586,28 |
| всего за 6 день | 1387 | 1638 | 57,46 | 69,1 | 56,44 | 67,3 | 193,25 | 223,67 | 1506,65 | 1770,97 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша молочная манная | 150 | 180 | 5,01 | 5,04 | 6,28 | 7,46 | 20,54 | 24,77 | 158,92 | 190,20 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Какао с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,55 | 12,72 | 95,65 | 105,02 |
| <i>Итого:</i> | 366 | 427 | 11,35 | 12,52 | 15,16 | 17,59 | 46,9 | 57,23 | 369,78 | 441,35 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Зелёный горошек | 30 | 50 | 1,43 | 2,39 | 0,09 | 0,15 | 2,99 | 5,01 | 18,4 | 30,8 |
| Свекольник на мясном бульоне со сметаной | 187 | 208 | 3,85 | 4,15 | 3,11 | 3,37 | 24,27 | 26,15 | 140,01 | 151,04 |
| Мясной рулет из говядины с яйцом и луком | 80 | 97 | 12,3 | 14,91 | 7,0 | 8,49 | 8,1 | 9,82 | 146,00 | 177,03 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,38 | 0,51 | 0,00 | 0,00 | 16,08 | 21,32 | 65,83 | 87,28 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 483 | 600 | 20,34 | 24,93 | 10,63 | 12,55 | 63,46 | 77,33 | 431,73 | 523,01 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Тефтели рыбные, тушеные в соусе томатном с овощами | 60 | 80 | 10,76 | 14,34 | 2,55 | 3,36 | 9,28 | 12,28 | 103,17 | 136,71 |
| Картофельное пюре | 110 | 130 | 2,77 | 3,34 | 4,59 | 5,37 | 18,56 | 22,31 | 126,15 | 150,35 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Сок | 180 | 180 | 0,9 | 0,9 | 0,18 | 0,18 | 18,18 | 18,18 | 82,8 | 82,8 |
| <i>Итого:</i> | 380 | 430 | 16,71 | 21,62 | 7,56 | 9,23 | 60,78 | 72,45 | 382,44 | 463,62 |
| Всего за 7 день | 1309 | 1542 | 48,72 | 59,41 | 33,67 | 39,71 | 178,98 | 215,34 | 1219,47 | 1465,72 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная овсяная | 150 | 180 | 5,81 | 6,94 | 7,33 | 8,74 | 19,85 | 24,02 | 168,75 | 202,71 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,45 | 12,62 | 95,25 | 104,62 |
| <i>Итого:</i> | 366 | 427 | 12,15 | 14,42 | 16,21 | 18,87 | 46,11 | 56,38 | 379,21 | 453,46 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 30 | 50 | 0,57 | 0,95 | 2,67 | 4,45 | 2,31 | 3,85 | 35,70 | 59,50 |
| Суп картофельный с пшеном и курами | 180 | 200 | 7,80 | 8,07 | 5,90 | 6,04 | 24,21 | 26,10 | 180,03 | 189,86 |
| Голубцы ленивые в сметанно-томатном соусе | 170 | 200 | 17,04 | 17,82 | 16,23 | 17,16 | 13,20 | 16,07 | 259,31 | 282,24 |
| Сок | 150 | 200 | 0,07 | 0,09 | 0,07 | 0,09 | 10,50 | 11,94 | 42,76 | 48,77 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 566 | 695 | 27,86 | 29,90 | 25,30 | 28,28 | 62,24 | 72,99 | 579,29 | 657,29 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Винегрет с растительным маслом | 110 | 110 | 1,67 | 1,67 | 9,92 | 9,92 | 9,49 | 9,49 | 133,64 | 133,64 |
| Яйцо варёное | 50 | 50 | 5,95 | 5,95 | 5,05 | 5,05 | 0,30 | 0,30 | 70,70 | 70,70 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 5,54 | 5,54 | 5,30 | 5,30 | 36,17 | 36,17 | 214,66 | 214,66 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Кисель из апельсинов | 180 | 200 | 0,64 | 0,71 | 0,16 | 0,18 | 18,04 | 20,11 | 76,04 | 84,76 |
| <i>Итого:</i> | 400 | 430 | 16,08 | 16,91 | 20,67 | 20,77 | 78,76 | 85,75 | 565,36 | 597,52 |
| всего за 8 день | 1412 | 1637 | 56,41 | 61,57 | 62,5 | 68,26 | 194,95 | 223,45 | 1559,38 | 1746,01 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная рисовая | 150 | 180 | 4,74 | 5,58 | 5,74 | 6,78 | 22,55 | 27,01 | 161,02 | 191,61 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Какао с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,55 | 12,72 | 95,65 | 105,02 |
| <i>Итого:</i> | 374 | 440 | 13,01 | 16,19 | 17,07 | 20,89 | 48,91 | 59,47 | 401,62 | 491,13 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 30 | 50 | 0,50 | 0,83 | 1,35 | 2,26 | 2,85 | 4,76 | 25,57 | 42,69 |
| Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне | 180 | 200 | 4,43 | 4,76 | 2,48 | 2,54 | 30,79 | 33,12 | 162,65 | 173,75 |
| Суфле из курицы | 60 | 80 | 15,42 | 21,89 | 17,33 | 24,24 | 1,83 | 2,71 | 223,52 | 314,75 |
| Рагу из овощей | 110 | 130 | 3,72 | 4,44 | 5,26 | 6,19 | 20,74 | 24,75 | 144,58 | 171,76 |
| Напиток из шиповника | 180 | 200 | 0,16 | 0,18 | 0,07 | 0,08 | 10,16 | 11,30 | 41,91 | 46,60 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 596 | 705 | 26,61 | 35,07 | 26,92 | 35,85 | 78,39 | 91,67 | 659,72 | 826,41 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога | 130 | 150 | 23,30 | 26,77 | 14,62 | 16,81 | 21,19 | 24,42 | 309,93 | 356,57 |
| Соус молочный сладкий | 20 | 20 | 0,49 | 0,49 | 1,01 | 1,01 | 3,16 | 3,16 | 23,70 | 23,70 |
| Ватрушка с повидлом | 80 | 80 | 5,54 | 5,54 | 5,30 | 5,30 | 36,17 | 36,17 | 214,66 | 214,66 |
| Молоко кипяченое | 180 | 200 | 4,86 | 5,40 | 5,04 | 5,60 | 7,74 | 8,60 | 96,12 | 106,80 |
| <i>Итого:</i> | 410 | 450 | 34,19 | 38,2 | 25,97 | 28,72 | 68,26 | 72,35 | 644,41 | 701,73 |
| Всего за 9 день | 1460 | 1680 | 74,13 | 89,8 | 70,28 | 85,8 | 203,4 | 231,82 | 1741,27 | 2057,01 |

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ | |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная гречневая | 150 | 180 | 6,20 | 7,34 | 6,26 | 7,40 | 20,42 | 24,44 | 163,08 | 194,06 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 0,04 | 0,04 | 4,95 | 5,78 | 0,05 | 0,06 | 44,89 | 52,37 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,45 | 12,62 | 95,25 | 104,62 |
| <i>Итого:</i> | 366 | 427 | 12,54 | 14,82 | 15,14 | 17,53 | 46,68 | 56,8 | 373,54 | 444,81 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| <i>Итого:</i> | 80 | 85 | 0,32 | 0,34 | 0,32 | 0,34 | 7,84 | 8,33 | 35,52 | 37,74 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоком | 30 | 50 | 0,48 | 0,80 | 2,69 | 4,49 | 2,00 | 3,34 | 34,08 | 56,82 |
| Суп картофельный с горохом | 180 | 200 | 13,63 | 14,10 | 10,30 | 10,64 | 29,95 | 32,22 | 262,47 | 276,33 |
| Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 15 | 0,86 | 1,37 | 0,09 | 0,14 | 5,56 | 8,86 | 26,49 | 42,19 |
| Котлета рыбная | 60 | 80 | 11,29 | 15,05 | 2,86 | 3,81 | 5,45 | 7,28 | 92,72 | 123,63 |
| Картофельное пюре | 110 | 130 | 2,77 | 3,34 | 4,59 | 5,37 | 18,56 | 22,31 | 126,15 | 150,35 |
| Компот из сух. фруктов | 150 | 200 | 0,38 | 0,51 | 0,00 | 0,00 | 16,08 | 21,32 | 65,83 | 87,28 |
| Хлеб ржаной | 36 | 45 | 2,38 | 2,97 | 0,43 | 0,54 | 12,02 | 15,03 | 61,49 | 76,86 |
| <i>Итого:</i> | 576 | 720 | 31,79 | 38,14 | 20,96 | 24,99 | 89,62 | 110,36 | 669,23 | 813,46 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Салат картофельный с морковью и зелёным горошком | 30 | 50 | 1,02 | 1,70 | 1,94 | 3,24 | 3,85 | 6,43 | 36,88 | 61,48 |
| Оладьи из печени по-кунцевски | 60 | 80 | 10,90 | 14,53 | 7,53 | 9,99 | 10,17 | 13,56 | 152,00 | 202,16 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,24 | 0,32 | 14,76 | 19,68 | 70,32 | 93,76 |
| Сок | 180 | 180 | 0,9 | 0,9 | 0,18 | 0,18 | 18,18 | 18,18 | 82,8 | 82,8 |
| <i>Итого:</i> | 300 | 350 | 15,1 | 20,17 | 9,89 | 13,73 | 46,96 | 57,85 | 342,00 | 440,2 |
| Всего за 10 день | 1322 | 1582 | 59,75 | 73,47 | 46,31 | 56,59 | 191,1 | 233,34 | 1420,29 | 1736,21 |