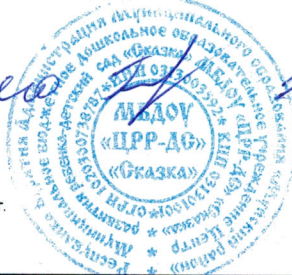


и.о. заведующего

Лурицкая АА



05.09.2022г. - 26.09.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 1									
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1а	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3а	
ЗАВТРАК	Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84	0	1а	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2а	
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7а	
ОБЕД	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19а	
ОБЕД	Суп "Крестьянский"	150	1,9	1,51	13,72	76,36	12,3	31	
ОБЕД	Бефстроганов из печени	80	16,5	8,92	12,6	198,02	29,592	41	
ОБЕД	Картофельное пюре	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341	
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343	
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	58,78	0	15а	
УПЛОТНЕН	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165	35а	
УПЛОТНЕН	Творог "Кухня"	50	6,00	6,32	58,29	316,06	1,065	10а	
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а	
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342	
УПЛОТНЕН	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1369	58,77	47,87	264,51	1706,66	219,667	
День 2									
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5а	
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2а	
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7а	
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	11,61	14,585	5а	
ОБЕД	Суп "Харчо"	150	2,79	2,26	16,58	98,1	14,04	8а	
ОБЕД	Рыба в кларе	60	2,57	6,92	9,29	110,15	0,216	11а	
ОБЕД	Рожки отварные	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43	
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	58,78	0	15а	
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341	
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343	
УПЛОТНЕН	Салат из свежей капусты и огурцов	50	1,68	2,62	4,95	50,92	34,585	24а	
УПЛОТНЕН	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39	44	
УПЛОТНЕН	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11а	
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342	
УПЛОТНЕН	Бананы	200	3	1	42	192	20	3а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1669	39,99	34,44	278,57	1576,59	234,949	
День 3									
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	2а	
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3а	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2а	
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7а	
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3а	
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1а	
ОБЕД	Каша гречневая с мясом	180	5,53	9,02	28,4	222,8	2,538	48а	
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341	
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343	
УПЛОТНЕН	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14а	
УПЛОТНЕН	Картофельная котлета	100	5,86	11,05	29,44	240,99	28,54	69	
УПЛОТНЕН	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2а	
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а	
УПЛОТНЕН	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1409	30,38	35,64	197,26	1235,41	258,972	
День 4									
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	5,35	5,45	20,11	149,38	0,6	12	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2а	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2а	
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7а	
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	11,61	14,585	5а	
ОБЕД	Суп "Питерский"	150	2,82	3,46	17,88	112,5	17,1	21	
ОБЕД	Гуляш мясной	80	1,74	2,54	6,04	54,24	1,664	62	
ОБЕД	Картофель отварной	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341	
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343	
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а	
УПЛОТНЕН	Бабушкин суп 150/250	150	4,5	2,01	29,25	155,21	15,9	9а	
УПЛОТНЕН	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а	
УПЛОТНЕН	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11а	
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342	
УПЛОТНЕН	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1544	32,33	30,92	222,91	1295,24	328,129	

День 5								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6	8a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	14
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8a
ОБЕД	Бульон с гренками и яйцом	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4a
ОБЕД	Позы	180	5,22	5,04	28,58	183,53	0,396	12a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
УПЛОТНЕНИ	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром	120	9,22	9,2	27,91	232,25	0,144	8a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1439	36,14	33,8	205,45	1262,09	173,26	
День 6								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1a
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19a
ОБЕД	Лапша домашняя 150/250	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11a
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	180	4,09	7,51	11,75	133,63	90,594	34a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИ	Морковная котлета	100	5,	8,94	23,24	194,88	6,44	65
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный сладкий	20	1,19	2,92	8,99	66,92	0,154	4
УПЛОТНЕНИ	Ватрушка с джемом	50	6,95	6,32	48,17	278,45	0,865	23a
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1429	38,8	40,96	248,6	1516,67	250,718	
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6	6a
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый 100	100	0,41	0,08	13,1	55	0	6
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Салат из свежих огурцов и помидор	50	0,64	2,63	3,13	38,31	14,585	21a
ОБЕД	Суп вермишелевый	150	3,04	1,67	20,97	111,25	12,3	18a
ОБЕД	Домашнее жаркое Ясли/Сад	170	4,15	5,69	32,27	198,02	39,168	28
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	80	2,05	1,5	16,68	92,14	34,664	20a
УПЛОТНЕНИ	Манные биточки со сгущенным молоком	100	9,77	15,68	42,13	347,49	0,52	3a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Бананы	200	3,	1,	42,	192	20	3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1559	39,95	41,49	269,17	1604,78	125,34	
День 8								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
ОБЕД	Рассольник	150	2,91	2,19	16,72	98,55	14,28	5a
ОБЕД	Тефтели мясные Ясли/Сад	150	2,4	7,23	10,82	118,32	0,09	2a
ОБЕД	Кисель	150	0,	0,	14,66	58,78	0	15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2a
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный	150	6,11	2,	13,72	97,48	12,3	6a
УПЛОТНЕНИ	Пирог "Куца"	50	6,99	6,32	58,29	318,05	1,065	10a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1594	38,26	41,76	226,16	1417,65	192,617	

День 9								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	150	5,54	5,37	21,95	156,78	0,6	9a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5	2,5	4a
ОБЕД	Щи	150	3,16	2,14	14,9	92,31	35,49	7a
ОБЕД	Плов Ясли/Сад	170	3,25	8,14	25,09	187,32	2,397	1a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
УПЛОТНЕНИ	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром	120	9,22	9,2	27,91	232,25	0,144	8a
УПЛОТНЕНИ	Бананы	200	3	1	42	192	20	3a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1539	37,9	35,94	238,19	1423,05	197,351	
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	2a
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	14
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
ОБЕД	Суп "Харчо"	150	2,79	2,26	16,58	98,1	14,04	8a
ОБЕД	Рыба в кларе	60	2,57	6,92	9,29	110,15	0,216	11a
ОБЕД	Картофель отварной	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1a
УПЛОТНЕНИ	Гречка отварная	100	5,33	3,04	27,59	164,65	0	13a
УПЛОТНЕНИ	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	229,93	0,335	8a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4a
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1519	41,04	43,59	248,58	1547,22	258,407	
День 11								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1a
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	3,81	3,79	9,66	86,62	0,69	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19a
ОБЕД	Суп с клецками	150	3,4	2,21	19,05	110,75	12,525	14a
ОБЕД	Мясная заправка	60	1,79	4,65	6,42	75,04	2,496	14a
ОБЕД	Перловый гарнир	100	3,28	4,76	23,24	148,99	0	7a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
УПЛОТНЕНИ	Салат "Витаминка"	80	1,13	2,7	12,97	83,02	25	31a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с яблоками	80	4,94	4,95	33,74	202,62	4,2	61
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1334	33,36	39,42	227,81	1392,64	179,796	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16204	426,92	425,82	2626,21	15978,2	2419,206	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1473,09091	38,811	38,711	238,746	1452,563636	219,9278182	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности								
			2,67	2,67	16,44	15978,2	15,14	

г.о. г.ведущий



Луновская АА

05.09.2022г. - 26.09.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	1а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
ЗАВТРАК	Печенье	40	3,	4,72	29,96	166,84	0	1а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19а
ОБЕД	Суп "Крестьянский"	250	3,17	2,52	22,87	127,27	20,5	31
ОБЕД	Бефстроганов из печени	100	20,63	11,15	15,75	247,52	36,99	41
ОБЕД	Картофельное пюре	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2	4а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0	15а
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198	35а
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	60	8,38	7,58	69,95	381,65	1,278	10а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1831	77,22	60,68	346,7	2215,94	245,476	
День 2								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	5а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	60	0,42	0,14	2,94	13,93	17,502	5а
ОБЕД	Суп "Харчо"	250	4,65	3,77	27,63	163,5	23,4	8а
ОБЕД	Рыба в кларе	80	3,42	9,22	12,38	146,87	0,288	11а
ОБЕД	Рожки отварные	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0	15а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты и огурцов	60	2,02	3,14	5,95	61,1	41,502	24а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	120	9,18	6,7	52,74	310,8	24,468	44
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12	11а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы	200	3,	1,	42,	192	20	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2181	64,7	46,28	365,48	2075,64	258,747	
День 3								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	2а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,	2,92	9,	75,84	0,4	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776	1а
ОБЕД	Каша гречневая с мясом	230	7,06	11,52	36,29	284,69	3,243	48а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
УПЛОТНЕНИЕ	Картофельная котлета	120	7,03	13,26	35,33	289,19	34,248	69
УПЛОТНЕНИЕ	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6,	30,4	30,4	2а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1841	41,83	46,97	264,21	1648,62	286,73	
День 4								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8	12
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	60	0,42	0,14	2,94	13,93	17,502	5а
ОБЕД	Суп "Питерский"	250	4,7	5,77	29,8	187,5	28,5	21
ОБЕД	Гуляш мясной	100	2,17	3,18	7,55	67,8	2,08	62
ОБЕД	Картофель отварной	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Бабушкин суп 150/250	250	7,5	3,35	48,75	258,68	25	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12	11а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2076	47,66	41,7	314,7	1811,94	359,078	

День 5							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8 8a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4 8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241 14
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88 8a
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом	250	4,55	4,4	12,2	104,85	0,75 4a
ОБЕД	Позы	230	6,67	6,44	36,52	234,51	0,506 12a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
УПЛОТНЕНИ	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75 14a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром	150	11,52	11,51	34,89	290,31	0,18 8a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12 11a
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8 7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1921	50,64	45,07	280,74	1713,55	180,827
День 6							
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8 1a
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,	2,92	9,	75,84	0,4 2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0 3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35 19a
ОБЕД	Лапша домашняя 150/250	250	7,67	3,85	45,23	249,55	20,75 11a
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	230	5,22	9,59	15,02	170,75	115,759 34a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
УПЛОТНЕНИ	Морковная котлета	120	6,	10,73	27,89	233,86	7,728 65
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный сладкий	30	1,79	4,38	13,48	100,38	0,231 4
УПЛОТНЕНИ	Ватрушка с джемом	60	8,33	7,58	57,8	334,13	1,038 23a
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12 11a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8 7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1911	54,78	54,46	341,68	2067,95	286,376
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,8 6a
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,	2,92	9,	75,84	0,4 2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067 16
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый 100	100	0,41	0,08	13,1	55	0 6
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Салат из свежих огурцов и помидор	60	0,77	3,16	3,76	45,97	17,502 21a
ОБЕД	Суп вермишелевый	250	5,07	2,78	34,95	185,42	20,5 18a
ОБЕД	Домашнее жаркое Ясли/Сад	210	5,12	7,03	39,86	244,61	48,384 28
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
УПЛОТНЕНИ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	90	2,3	1,68	18,77	103,65	38,997 20a
УПЛОТНЕНИ	Манные биточки со сгущенным молоком	120	11,72	18,82	50,56	416,99	0,624 3a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08 9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Бананы	200	3,	1,	42,	192	20 3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2021	54,41	53,63	352,6	2098,19	151,554
День 8							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8 5a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4 8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067 17
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75 14a
ОБЕД	Рассольник	250	4,85	3,65	27,87	164,25	23,8 5a
ОБЕД	Тфтели мясные Ясли/Сад	180	2,88	8,68	12,98	141,98	0,108 2a
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0 15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231 2a
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный	250	10,18	3,33	22,87	162,47	20,5 6a
УПЛОТНЕНИ	Пирог "Куша"	60	8,38	7,58	69,95	381,65	1,278 10a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08 9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0 3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1936	55,93	54,65	309,83	1935,92	218,214

День 9							
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8 9a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88 10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0 2a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3 4a
ОБЕД	Щи	250	5,27	3,57	24,83	153,85	59,15 7a
ОБЕД	Плов Ясли/Сад	210	4,01	10,06	31,	231,4	2,961 1a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
УПЛОТНЕНИ	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88 8a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром	150	11,52	11,51	34,89	290,31	0,18 8a
УПЛОТНЕНИ	Бананы	200	3,	1,	42,	192	20 3a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08 9a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2011	52,79	47,87	316,65	1896,02	224,131
День 10							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4 2a
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,	2,92	9,	75,84	0,4 2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241 14
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75 14a
ОБЕД	Суп "Харчо"	250	4,65	3,77	27,63	163,5	23,4 8a
ОБЕД	Рыба в кляре	80	3,42	9,22	12,38	146,87	0,288 11a
ОБЕД	Картофель отварной	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996 5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469 1a
УПЛОТНЕНИ	Гречка отварная	120	6,4	3,65	33,11	197,58	0 13a
УПЛОТНЕНИ	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402 8a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08 9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48 4a
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1991	55,51	56,32	334,87	2057,35	281,926
День 11							
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8 1a
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	5,08	5,06	12,88	115,5	0,92 10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0 3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35 19a
ОБЕД	Суп с клецками	250	5,67	3,68	31,75	184,58	20,875 14a
ОБЕД	Мясная заправка	80	2,39	6,2	8,56	100,06	3,328 14a
ОБЕД	Перловый гарнир	130	4,26	6,19	30,21	193,69	0 7a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
УПЛОТНЕНИ	Салат "Витаминка"	100	1,41	3,38	16,21	103,77	31,25 31a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с яблоками	120	7,4	7,43	50,6	303,92	6,3 61
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08 9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0 3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1836	49,28	52,93	323,72	1955,09	199,103
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		21556	594,75	560,56	3549,18	21474,21	2692,162
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1959,63636	54,068	50,96	322,653	1952,200909	244,742
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности							
			2,77	2,61	16,53	21474,21	12,54

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024