

и.о. заместителя

 Тучковская

24.11.2022г. - 08.12.2022г.

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 24.11.2022г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	2a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырковой массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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 и помидор	50	1,6	2,66	5,66	53,37	40,835	23a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1a
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	180	2,88	8,68	12,98	141,98	0,108	2a
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 вишнёвый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18a
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2a
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный Ясли/Сад	150	6,08	2	13,72	97,37	12,3	6a
УПЛОТНЕНИЕ	Блины со сгущенным молоком	60	6,38	7,38	28,13	205,75	0,33	15a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1434	36,58	41,38	199,49	1306,25	88,025	
День 2 25.11.2022г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	150	5,4	5,34	22,22	157,14	0,6	11
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	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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 Ясли/Сад	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11a
ОБЕД	Домашнее жаркое 180/230	180	4,25	6,01	32,89	203,63	39,906	28
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,98	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
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная Ясли/Сад	100	4,37	2,77	22,58	137,29	0	13a
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	229,93	0,335	8a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИЕ	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1509	42,25	39,57	249	1515,08	104,566	
День 3 28.11.2022г.								
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	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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 зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16a
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	83,88	35,37	7a
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	2,538	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	85,98	0	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Капуста тушеная Ясли/Сад	100	2,82	4,2	8,2	83,81	62	15a
УПЛОТНЕНИЕ	Булка дорожная	50	6,86	7,14	40,4	256,56	0,465	19a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1389	33,87	34,44	210,98	1291,09	147,333	
День 4 29.11.2022г.								
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 маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3a
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	150	2,88	1,74	14,03	84,36	32,31	19a
ОБЕД	Рожки отварные	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0,43	
ОБЕД	Мясная заправка Ясли/Сад	60	1,02	3,85	5,16	60,01	2,37	14a
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 вишнёвый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18a
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39	44
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы	200	3	1	42	192	20	3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1519	37,23	31,27	246,43	1411,75	90,373	

День 5		30.11.2022г.						
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	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыровой массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	11,61	14,585	5a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	90,89	14,22	5a
ОБЕД	Котлета мясная Ясли/Сад	60	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072	64
ОБЕД	Картофельное пюре Ясли/Сад	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4a
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	Морковь с сахаром	80	1,25	4,09	13,01	95,1	4,8	42
УПЛОТНЕНИ	Пирог сладкий	50	6,86	7,14	40,4	256,54	0,465	21a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1319	36,43	37,77	224,24	1370,82	68,781	
День 6		01.12.2022г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	2a
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	14
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3a
ОБЕД	Суп вермишелевый Ясли/Сад	150	2,89	1,64	20,03	106,59	12,3	18a
ОБЕД	Рулет мясной	160	6,42	13,89	29,04	264,75	25,92	38
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	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 свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
УПЛОТНЕНИ	Пирожки с рисом и печенью	50	18,46	8,78	51,67	363,33	19,715	4a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1369	45,97	38,06	240,42	1482,24	147,956	
День 7		02.12.2022г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6	6a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4a
ОБЕД	Мясо, тушеное с помидорами 80/100	80	1,01	4,02	6,17	65,08	9,952	20a
ОБЕД	Гречка отварная 100/120	100	4	2,66	20,7	127,03	0	13a
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИ	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8a
УПЛОТНЕНИ	Картофельная котлета	100	5,86	11,05	29,44	240,99	28,54	69
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1539	36,04	41,68	197,44	1305,59	60,774	
День 8		05.11.2022г.						
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 шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2a
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
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 зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16a
ОБЕД	Суп сборный Ясли/Сад	150	2,75	1,79	13,77	82,8	26,76	20a
ОБЕД	Гуляш мясной Ясли/Сад	70	0,83	1,51	4,16	34,03	1,344	62
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43
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 морской капусты с рыбой консервированной	80	1,11	9,7	2,73	106,06	4,4	26a
УПЛОТНЕНИ	Картофель отварной 100/120	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5a
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	Печень Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	1a
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1464	36,6	38,41	213,72	1336,8	79,084	

День 9		06.12.2022г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	6,66	5,31	22,8			
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	161	0,6	4a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	100,16	0,043	16
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	79,15	0	1a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	0,82	0	2a
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	11,61	14,585	5a
ОБЕД	Оладьи из печени	80	19,33	10,01	25,85	88,78	27,12	1a
ОБЕД	Рис рассыпчатый 100/120	100	2,84	2,52	23,4	273,13	26,728	17a
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	127,77	0	30
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	33,27	1,646	1a
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	42,72	0	341
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	58,78	0	15a
УПЛОТНЕНИЕ	Овощи тушеные 120/150	120	7,12	9,44	26,24	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	221,03	44,844	42a
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	84,91	0	3a
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1524	56,47	47,91	239,32	1604,85	128,326	8 3a
День 10		07.12.2022г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	150	5,4	5,34	22,22			
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	157,14	0,6	11
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	36	3,57	4,53	12,48	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	100,16	0,043	17
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	79,15	0	1a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	0,82	0	2a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	150	4,26	3,16	16,71	8,16	5,835	3a
ОБЕД	Манты Ясли/Сад	170	4,74	4,62	26,78	112,53	19,215	10a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	170,54	0,306	24a
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	42,72	0	341
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	85,38	0	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная 100/120	100	4	2,66	20,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	127,03	0	13a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	229,93	0,335	8a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1509	40,6	37,45	225,05	1391,04	39,094	8 7a
День 11		08.12.2022г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6	6a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	100,16	0,043	16
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	79,15	0	1a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	0,82	0	2a
ОБЕД	Салат из свежих огурцов и помидор	50	0,64	2,63	3,13	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	150	3,2	1,53	14,98	38,31	14,585	21a
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	180	4,09	7,51	11,75	86,77	12,3	3a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	133,63	90,594	34a
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	42,72	0	341
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Бабушкин суп Ясли/Сад	150	4,5	2,01	29,25	56,58	3,375	18a
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	155,21	15	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	84,91	0	3a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1434	32,64	34,84	197,51	1225,86	148,317	8 3a
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16009	434,68	422,78	2443,6	15241,37	1102,629	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1455,36364	39,516	38,435	222,145	1385,579091	100,239	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,85	2,77	16,03	15241,37	7,23	

и.о. заведующего Д. Буковская И.И.



24.11.2022г. - 08.12.2022г.

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 24.11.2022г.								
		200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	2а
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	17
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Лук	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Чеснок	60	1,91	3,19	6,8	64,04	49,002	23а
ОБЕД	Салат из свежей капусты и помидор	220	4	2,62	22,55	130,22	39,776	1а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2а
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	230	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
ОБЕД	Компот вишневый	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
ОБЕД	Соус молочный со специями	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,04	6а
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный Ясли/Сад	80	8,5	9,84	37,51	274,34	0,44	15а
УПЛОТНЕНИЕ	Блины со сгущенным молоком	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	1946	52,88	54,61	277,78	1796,95	117,274	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 2 25.11.2022г.								
		200	7,2	7,12	29,62	209,52	0,8	11
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	200	5	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Лук	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Чеснок	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19а
ОБЕД	Луковый маринад	220	6,75	3,39	39,8	219,6	18,26	11а
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	230	5,43	7,68	42,02	260,2	50,991	28
ОБЕД	Домашнее жаркое 180/230	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко тл 100	110	4,81	3,05	24,84	151,02	0	13а
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная Ясли/Сад	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12	11а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4а
УПЛОТНЕНИЕ	Апельсин Ясли/Сад	1941	56,94	50,81	334,13	2006,98	122,303	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 3 28.11.2022г.								
		200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	1а
ЗАВТРАК	Каша манная	200	3	2,92	9	75,84	0,4	2а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Лук	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Чеснок	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
ОБЕД	Салат из зеленого горошка	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7а
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	1а
ОБЕД	Плов 180/230	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	120	3,38	5,04	9,84	100,57	74,4	15а
УПЛОТНЕНИЕ	Капуста тушеная Ясли/Сад	60	8,23	8,57	48,47	307,87	0,558	19а
УПЛОТНЕНИЕ	Булка дорожная	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	80	0,84	0,16	6	30,4	30,4	2а
УПЛОТНЕНИЕ	Мандарины Ясли/Сад	1811	45,73	45,13	279,21	1704,73	180,957	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 4 29.11.2022г.								
		200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	5а
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Лук	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Чеснок	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3а
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	220	4,22	2,55	20,57	123,73	47,388	19а
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
ОБЕД	Рожки отварные	80	1,36	5,14	6,88	80,01	3,16	14а
ОБЕД	Мясная заправка Ясли/Сад	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
ОБЕД	Компот вишневый	120	9,18	6,7	52,74	310,8	24,468	44
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	200	3	1	42	192	20	3а
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы	1951	50,57	41,5	317,55	1835,02	114,457	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								

День 5 30.11.2022г.							
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,812
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,8810a
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,06717
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	01a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27a
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	60	0,42	0,14	2,94	13,93	17,5025a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,8565a
ОБЕД	Котлета мясная Ясли/Сад	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,09664
ОБЕД	Картофельное пюре Ясли/Сад	110	4,26	3,47	27,25	157,06	31,354a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	05a
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,4691a
УПЛОТНЕНИ	Морковь с сахаром	100	1,56	5,11	16,26	118,87	642
УПЛОТНЕНИ	Пирог сладкий	60	8,23	8,57	48,47	307,84	0,55821a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,129a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1751	50,49	50,22	300,47	1835,82	84,898
День 6 01.12.2022г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,42a
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,24114
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	01a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,0023a
ОБЕД	Суп вермишелевый Ясли/Сад	220	4,25	2,4	29,37	156,33	18,0418a
ОБЕД	Рулет мясной	200	8,02	17,36	36,3	330,94	32,438
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,4691a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	05a
УПЛОТНЕНИ	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,7514a
УПЛОТНЕНИ	Пирожки с рисом и печенью	60	22,15	10,54	62,	436	23,6584a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,089a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
УПЛОТНЕНИ	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	484a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1801	61,43	49,48	323,9	1972,85	173,64
День 7 02.12.2022г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,86a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,48a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,06716
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	01a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27a
ОБЕД	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	34a
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27	0,664a
ОБЕД	Мясо, тушеное с помидорами 80/100	100	1,26	5,02	7,71	81,35	12,4420a
ОБЕД	Гречка отварная 100/120	120	4,8	3,19	24,84	152,44	013a
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,518a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0343
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,316
УПЛОТНЕНИ	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,888a
УПЛОТНЕНИ	Картофельная котлета	120	7,03	13,26	35,33	289,19	34,24869
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,2312a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,089a
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	87a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1991	50,05	54,07	268,76	1749,31	72,806
День 8 05.11.2022г.							
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,81a
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	5,08	5,06	12,88	115,5	0,9210a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	02a
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	01a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27a
ОБЕД	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	1516a
ОБЕД	Суп сборный Ясли/Сад	220	4,03	2,62	20,2	121,44	39,24820a
ОБЕД	Гуляш мясной Ясли/Сад	90	1,06	1,94	5,35	43,75	1,72862
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	043
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	05a
УПЛОТНЕНИ	Салат из морской капусты с рыбой консервированной	100	1,39	12,13	3,41	132,58	5,526a
УПЛОТНЕНИ	Картофель отварной 100/120	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,9965a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,089a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
УПЛОТНЕНИ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	01a
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,316
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1906	49,77	49,36	287,25	1774,8	102,772

День 9 06.12.2022г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	8,88	7,08	30,4	214,66	0,8 4a
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4 2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067 16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0 1a
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	Помидоры свежие кусочком	60	0,42	0,14	2,94	13,93	17,502 5a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776 1a
ОБЕД	Оладьи из печени	100	24,16	12,51	32,31	341,41	33,41 17a
ОБЕД	Рис рассыпчатый 100/120	120	3,41	3,02	28,08	153,32	0 30
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469 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	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0 15a
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16
УПЛОТНЕНИ	Овощи тушеные 120/150	150	8,89	11,8	32,81	276,29	56,055 42a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08 9a
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0 3a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8 3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1966	75,	60,63	315,51	2090,92	164,059
День 10 07.12.2022г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	200	7,2	7,12	29,62	209,52	0,8 11
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	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	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0 1a
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002 3a
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182 10a
ОБЕД	Манты Ясли/Сад	210	5,86	5,71	33,08	210,67	0,378 24a
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16
УПЛОТНЕНИ	Гречка отварная 100/120	120	4,8	3,19	24,84	152,44	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	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8 7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1941	55,03	48,34	300,15	1839,21	50,811
День 11 08.12.2022г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,8 6a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88 10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067 16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0 1a
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 гороховый с гренками Ясли/Сад	220	4,69	2,24	21,98	127,27	18,04 3a
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	230	5,22	9,59	15,02	170,75	115,759 34a
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 вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5 18a
УПЛОТНЕНИ	Бабушкин суп Ясли/Сад	220	6,6	2,95	42,9	227,63	22 9a
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0 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 Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8 3a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1916	48,98	45,45	271,36	1667,71	191,828
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		20921	594,87	549,6	3276,07	20274,3	1375,805
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1901,90909	54,079	49,964	297,825	1843,118182	125,0731818
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,93	2,71	16,16	20274,3	6,79

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024