



Зуровенка ИА

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 26.12.2022г.								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	12
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4		0 3а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15		0 1а
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	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182	10а
ОБЕД	Каша пшеничная с мясом Ясли/Сад	210	7,52	9,47	41,24	271,3	2,961	49а
ОБЕД	Кисель	200	0	0	19,54	78,38		0 15а
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60		1,3 16
УПЛОТНЕНИЕ	Морковь с сахаром	100	1,56	5,11	16,26	118,87		6 42
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с яблоками	120	7,4	7,43	50,6	303,92	6,3	61
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	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91		0 203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1906	50,89	54,07	309,46	1904,86	86,973	
День 2 27.12.2022г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	200	8,68	8,02	40,34	266,42	0,8	22
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
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 1а
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	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	39,776	1а
ОБЕД	Бефстроганов из печени 80/100	100	15,65	9,35	10,32	189,57	30,2	41
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98		0 43
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	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198	35а
УПЛОТНЕНИЕ	Шарлотка с бананами и яблоками	60	6,42	6,68	47,83	279,73	8,472	7а
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	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1851	74,05	58,39	316,86	2072,9	132,425	
День 3 28.12.2022г.								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8	13
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	17
ЗАВТРАК 2	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2а
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8		3 4а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4	3,87	10,74	92,27	0,66	4а
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	230	11,09	11,09	16,58	181,42	0,138	2а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
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 апельсиновый	200	0,6	0,14	45,32	188,26		40 3
УПЛОТНЕНИЕ	Овощи тушеные 120/150	150	8,89	11,8	32,81	276,29	56,055	42а
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог сладкий	60	8,38	8,57	69,95	390,64	1,278	21а
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
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44		0 342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1901	54,13	56,64	313,62	1971,79	169,947	
День 4 12.01.2023г.								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	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	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15		0 1а
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8		3 4а
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5а
ОБЕД	Мясная заправка 60/80	80	1,36	5,14	6,88	80,01		3,16 14а
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98		0 43
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60		1,3 16
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная 100/120	120	4,8	3,19	24,84	152,44		0 67
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44		0 342
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91		0 203
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8		8 3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1936	55,55	54,49	327,32	2001,84	42,678	

День 5		13.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	21
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8a
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3a
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4	3,87	10,74	92,27	0,66	4a
ОБЕД	Пельмени 180/230	230	6,49	6,26	36,5	232,09	0,506	45a
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 вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18a
УПЛОТНЕНИ	Капуста тушеная 120/150	150	3,87	6,29	11,36	120,12	84	15a
УПЛОТНЕНИ	Шарлотка с бананами и яблоками	60	6,42	6,68	47,83	279,73	8,472	7a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	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	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1826	47,92	48,36	271,9	1700,5	110,727	
День 6		16.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8	18
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	Свеклольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182	10a
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	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 морской капусты	60	1,39	3,16	3,41	51,67	5,502	17a
УПЛОТНЕНИ	Картофель отварной 100/120	120	3,81	4,4	28,63	168,96	33,996	5a
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
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,82	0,32	7,84	37,6	8	7a
УПЛОТНЕНИ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	201
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1876	45,61	44,97	288,96	1726,88	101,972	
День 7		17.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,86	4,7	30,28	182,26	0,4	15
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	114,92	0,88	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	14
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	Свекла отварная кусочком	60	1,2	0,08	7,04	33,6	7,998	12a
ОБЕД	Суп "Пикантный" Ясли/Сад	220	3,01	3,23	20,28	122,83	28,38	13a
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	230	5,22	9,59	15,02	170,75	115,759	34a
ОБЕД	Кисель	200	0	0	19,54	78,38	0	15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	60	0,98	3,88	2,83	49,12	2,352	1a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром 120/150	150	9,2	8,55	34,89	253,91	0,105	8a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕНИ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2001	47,69	44,43	279,84	1692,63	169,695	
День 8		18.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8	17
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8a
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	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19a
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7a
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	230	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2a
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	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5a
УПЛОТНЕНИ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74	40a
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	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16	

День 9 19.01.2023г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,8 16
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	Салат из консервированной кукурузы	60	1,89	3,25	7,13	63,82	2,88 8a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776 1a
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	80	2,7	8,48	11,2	132,79	0,168 11a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0 43
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	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	Пирожное "Картошка"	60	13,19	21,7	55,36	461,36	0,798 11a
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	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48 4a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1961	61,81	63,55	344,4	2178,34	122,178
День 10 20.01.2023г.							
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8 13
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88 10a
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	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27	0,66 4a
ОБЕД	Позы 180/230	230	6,6	6,44	36,22	233,01	0,391 12a
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	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1911	57,96	58,23	297,55	1930,94	214,749
День 11 23.01.2023г.							
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8 12
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	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	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27	0,66 4a
ОБЕД	Оладьи из печени	100	24,16	12,51	32,31	341,41	33,41 17a
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2 4a
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469 1a
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	Суп рыбный Ясли/Сад	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,04 6a
УПЛОТНЕНИ	Булка дорожная	60	8,23	8,57	48,47	307,87	0,558 19a
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	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6,	30,4	30,4 2a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1981	79,2	53,09	320,68	2065,79	254,324
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		21041	623,84	584,02	3336,66	20927,7	1566,828
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1912,81818	56,713	53,093	303,333	1902,518182	142,4389091
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,98	2,79	15,94	20927,7	7,49

по. раведду...



Буровская АТ

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 26.12.2022г.								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	12
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182	10а
ОБЕД	Каша пшеничная с мясом Ясли/Сад	210	7,52	9,47	41,24	271,3	2,961	49а
ОБЕД	Кисель	200	0	0	19,54	78,38	0	15а
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИ	Морковь с сахаром	100	1,56	5,11	16,26	118,87	6	42
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	9а
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	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1906	50,89	54,07	309,46	1904,86	86,973	
День 2 27.12.2022г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	200	8,68	8,02	40,34	266,42	0,8	22
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
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	1а
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	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	39,776	1а
ОБЕД	Бефстроганов из печени 80/100	100	15,65	9,35	10,32	189,57	30,2	41
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
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
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	60	0,68	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИ	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198	35а
УПЛОТНЕНИ	Шарлотка с бананами и яблоками	60	6,42	6,68	47,83	279,73	8,472	7а
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1851	74,05	58,39	316,86	2072,9	132,425	
День 3 28.12.2022г.								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8	13
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырковой массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	17
ЗАВТРАК 2	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2а
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4	3,87	10,74	92,27	0,66	4а
ОБЕД	Тестели мясные 180/230	230	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
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 апельсиновый	200	0,6	0,14	45,32	188,26	40	3
УПЛОТНЕНИ	Овощи тушеные 120/150	150	8,89	11,8	32,81	276,29	56,055	42а
УПЛОТНЕНИ	Пирог сладкий	60	8,58	8,57	69,95	390,64	1,278	21а
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6	30,4	30,4	2а
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1901	54,13	56,64	313,62	1971,79	169,947	
День 4 12.01.2023г.								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	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	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4	3,87	10,74	92,27	0,66	4а
ОБЕД	Тестели мясные 180/230	230	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
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
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	0,67	
УПЛОТНЕНИ	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8а
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	9а
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
УПЛОТНЕНИ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1936	55,55	54,49	327,32	2001,84	42,678	

День 5		13.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	21
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8a
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3a
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27	0,66	4a
ОБЕД	Пельмени 180/230	230	6,49	6,26	36,5	232,09	0,506	45a
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	Капуста тушеная 120/150	150	3,87	6,29	11,36	120,12	84	15a
УПЛОТНЕНИ	Шарлотка с бананами и яблоками	60	6,42	6,68	47,83	279,73	8,472	7a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	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	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1826	47,92	48,36	271,9	1700,5	110,727	
День 6		16.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8	18
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	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182	10a
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	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 морской капусты	60	1,89	3,16	3,41	51,67	5,502	17a
УПЛОТНЕНИ	Картофель отварной 100/120	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5a
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
УПЛОТНЕНИ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
УПЛОТНЕНИ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	201
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1876	45,61	44,97	288,96	1726,88	101,972	
День 7		17.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	15
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	14
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	Свекла отварная кусочком	60	1,2	0,08	7,04	33,6	7,998	12a
ОБЕД	Суп "Пикантный" Ясли/Сад	220	3,01	3,23	20,28	122,83	28,38	13a
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	230	5,22	9,59	15,02	170,75	115,759	34a
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0	15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром 120/150	150	9,2	8,55	34,89	253,91	0,105	8a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕНИ	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2001	47,69	44,43	279,84	1692,63	169,695	
День 8		18.01.2023г.						
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8	17
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8a
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	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19a
ОБЕД	Ши Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7a
ОБЕД	Тестели мясные 180/230	230	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2a
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	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5a
УПЛОТНЕНИ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74	40a
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	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16	

День 9 19.01.2023г.							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,816
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42а
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	01а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	02а
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	0,27а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	2,888а
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	80	2,7	8,48	11,2	132,79	39,7761а
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,99	2,89	34,85	187,98	0,43
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,4691а
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 вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,518а
УПЛОТНЕНИ	Бабушкин суп Ясли/Сад	220	6,6	2,95	42,9	227,63	229а
УПЛОТНЕНИ	Пирожное "Картошка"	60	13,19	21,7	55,36	461,36	0,79811а
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,1211а
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	484а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1981	61,81	63,55	344,4	2178,34	122,178
День 10 20.01.2023г.							
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,813
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	114,92	0,8810а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,06717
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	13013а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27а
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,7514а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4	3,87	10,74	92,27	0,664а
ОБЕД	Позы 180/230	230	6,6	6,44	36,22	233,01	0,39112а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	05а
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
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,316
УПЛОТНЕНИ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	90	1,72	1,68	18,77	103,65	38,99720а
УПЛОТНЕНИ	Манные биточки со сгущенным молоком	120	11,72	18,82	50,56	416,99	0,6243а
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,089а
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1911	57,96	58,23	297,55	1930,94	214,749
День 11 23.01.2023г.							
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,812
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,06716
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	13013а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	02а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27а
ОБЕД	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	34а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4	3,87	10,74	92,27	0,664а
ОБЕД	Оладьи из печени	100	24,16	12,51	32,31	341,41	33,4117а
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,24а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,4691а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	05а
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
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный Ясли/Сад	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,046а
УПЛОТНЕНИ	Булка дорожная	60	8,23	8,57	48,47	307,87	0,55819а
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,1211а
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0342
УПЛОТНЕНИ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,84	0,16	6	30,4	30,42а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1981	79,2	53,09	320,68	2065,79	254,324
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		21041	623,84	584,02	3336,66	20927,7	1566,828
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1912,81818	56,713	53,093	303,333	1902,518182	142,4389091
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,98	2,79	15,94	20927,7	7,49

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024