

20.02.2024г. - 13.03.2024г.

Категория: Дети 3-7 лет

М.О. [подпись]
 [подпись]
 [подпись]



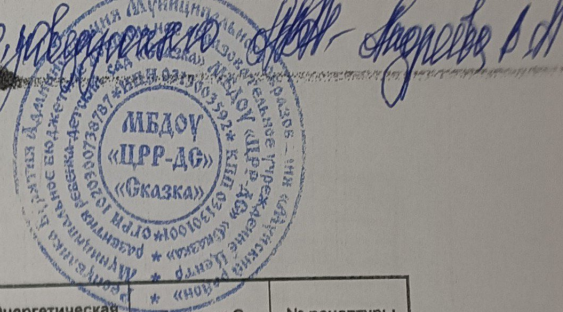
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
		200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8	13
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	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	4,03	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	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
ОБЕД	Компот вишневый	60	1,39	3,16	3,41	51,67	5,502	17а
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	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	1,12	1,77	11,24	62,57	0	201
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	1786	39,75	39,38	256,54	1527,8	121,599	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 2								
		200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8	18
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2а
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	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	2,02	3,14	5,95	61,1	41,502	24а
ОБЕД	Салат из свежей капусты и огурцов	220	4,69	2,24	21,98	127,27	18,04	3а
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,096	6а
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	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	150	3,87	6,29	11,36	120,12	84	15а
УПЛОТНЕНИЕ	Капуста тушеная 120/150	60	8,98	7,58	69,95	381,65	1,278	10а
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	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	1781	53,57	48,41	310,49	1876,09	160,463	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 3								
		200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,8	16
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	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	1,17	2,09	6,12	48,97	4,2	13а
ОБЕД	Морковь с чесноком	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5а
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	80	3,42	9,22	12,38	146,87	0,288	11а
ОБЕД	Рыба в кляре	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2	4а
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	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,	0,	19,54	78,38	0	15а
ОБЕД	Кисель	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты	150	9,2	8,55	34,89	253,91	0,105	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	200	0,94	0,06	10,32	44,42	4,12	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	1786	49,85	53,79	274,91	1765,73	112,399	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 4								
		200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	12
ЗАВТРАК	Каша манная	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	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	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4а
ОБЕД	Огурчик соленный	220	4,25	2,4	29,37	156,33	18,04	18а
ОБЕД	Суп вермишелевый Ясли/Сад	80	1,36	5,14	6,88	80,01	3,16	14а
ОБЕД	Мясная за жарка 60/80	130	3,8	6,14	26,86	177,93	0	70
ОБЕД	Перловый гарнир 100/130	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	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198	35а
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	60	15,85	18,01	48,51	425,12	0,768	6а
УПЛОТНЕНИЕ	Хачапури	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	200	0,34	0,06	10,32	44,42	4,12	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	1751	57,7	60,16	275,69	1862,88	43,038	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								

День 5							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8 21
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	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876 7a
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,096 8a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,89	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	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 t/n 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 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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1871	67,43	56,72	298,95	1916,31	74,983
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4 15
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4 8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0 3a
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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 "Крестьянский" Ясли/Сад	220	2,79	2,22	20,13	112	18,04 31
ОБЕД	Домашнее жаркое 180/230	230	5,43	7,68	42,02	260,2	50,991 73
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	Бабушкин суп Ясли/Сад	220	6,6	2,95	42,9	227,63	22 9a
УПЛОТНЕНИ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0 201
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:		1826	38,38	31,05	282,7	1551,41	142,861
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8 19
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	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776 1a
ОБЕД	Ежики мясные	200	3,58	9,78	17,54	172,9	0,12 60a
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231 2a
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5 18a
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 из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15 16a
УПЛОТНЕНИ	Картофельная котлета	120	7,03	13,26	35,33	289,19	34,248 69
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231 2a
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	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0 205
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1851	49,06	54,53	292,74	1841,04	111,657
День 8							
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 джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241 14
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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 с чесноком	60	1,42	2,09	8,22	57,27	9,102 11a
ОБЕД	Суп сборный Ясли/Сад	220	4,03	2,62	20,2	121,44	39,248 20a
ОБЕД	Бифстроганов из печени 80/100	100	15,65	9,35	10,32	189,57	30,2 41
ОБЕД	Рис рассыпчатый 100/120	120	3,41	3,02	28,08	153,32	0 71
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	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88 8a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с картофелем	120	9,18	6,7	52,74	310,8	24,468 44
УПЛОТНЕНИ	Конфеты	30	1,2	11,85	15,57	169,83	0 3a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1801	60,49	55,35	301,4	1928,04	117,659

День 9								
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	8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3a
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
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 "Питерский" Ясли/Сад	220	4,14	5,08	26,22	165	25,08	21
ОБЕД	Каша гречневая с мясом 180/230	230	5,45	11,09	28,04	239,55	3,243	48a
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
УПЛОТНЕН	Суп рыбный Ясли/Сад	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,04	6a
УПЛОТНЕН	Блины со сгущенным молоком	80	8,5	9,84	37,51	274,34	0,44	15a
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1891	52,42	47,71	275,05	1725,82	99,033	
День 10								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8	13
ЗАВТРАК	Цикорий 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	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
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	Икра морковная	60	1,24	5,09	6,53	77,99	4,2	22a
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	220	3,74	2,55	20,09	119,5	46,508	19a
ОБЕД	Пельмени 180/230	230	6,49	6,26	36,5	232,09	0,506	45a
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18a
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
УПЛОТНЕН	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕН	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	90	2,3	1,68	18,77	103,65	38,997	20a
УПЛОТНЕН	Манные биточки со сгущенным молоком	120	11,72	18,82	50,56	416,99	0,624	3a
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1901	54,81	56,28	291,32	1884,15	112,595	
День 11								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,8	16
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8a
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	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88	8a
ОБЕД	Лепешки домашняя Ясли/Сад	220	6,75	3,39	39,8	219,6	18,26	11a
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,096	64
ОБЕД	Гороховое пюре 100/120	120	14,45	5,71	34,76	248,22	0	69
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
УПЛОТНЕН	Капуста тушеная Ясли/Сад	120	3,38	5,04	9,84	100,57	74,4	15a
УПЛОТНЕН	Ватрушка с джемом	60	8,33	7,58	57,8	334,13	1,038	23a
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9a
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1771	61,24	50,06	329,3	1996,56	234,663	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		20016	575,7	553,44	3189,09	19875,83	1330,95	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1819,63636	52,336	50,313	289,917	1806,893636	120,9954545	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,9	2,78	16,05	19875,83	6,7	

20.02.2024г. - 13.03.2024г.

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						149,38	0,6	13
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	5,35	5,45	20,11	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	76,22	0	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	0,82	0	2a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	8,16	5,835	3a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	83,88	35,37	7a
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	223,74	2,538	1a
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	52,2	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	56,58	3,375	18a
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	43,06	4,585	17a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	140,8	28,33	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	100	3,01	3,67	23,86	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	62,57	0	201
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	1114,81	94,093	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	27,85	29,78	185,2			
День 2						162,21	0,6	18
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	0,82	0	2a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	50,92	34,585	24a
ОБЕД	Салат из свежей капусты и огурцов	50	1,68	2,62	4,95	86,77	12,3	3a
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	150	3,2	1,53	14,98	66,67	0,072	64
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	60	1,23	5,03	4,48	156,65	0	43
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	85,38	0	5a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	52,2	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	96,1	67,2	15a
УПЛОТНЕНИЕ	Капуста тушеная 120/150	120	3,1	5,03	9,08	318,05	1,065	10a
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	50	6,99	6,32	58,29	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	1398,37	129,325	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1339	38,87	36,63	230,27			
День 3						154,89	0,6	16
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	67,49	0	3a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	0,82	0	2a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	40,81	3,5	13a
ОБЕД	Морковь с чесноком	50	0,98	1,74	5,1	90,89	14,22	5a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	110,15	0,216	11a
ОБЕД	Рыба в кляре	60	2,57	6,92	9,29	142,78	28,5	4a
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	100	3,67	3,15	24,77	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	52,2	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	58,78	0	15a
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	47,56	30,625	14a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	203,12	0,084	8a
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	120	7,36	6,84	27,91	84,91	0	203
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	33,75	3,09	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	1308,27	91,595	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	35,87	41,85	199,35			
День 4						148,04	0,6	12
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	67,49	0	3a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	47	10	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	0,82	0	2a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	6,5	2,5	4a
ОБЕД	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85	106,59	12,3	18a
ОБЕД	Суп вермишелевый Ясли/Сад	150	2,89	1,64	20,03	60,01	2,37	14a
ОБЕД	Мясная заправка 60/80	60	1,02	3,85	5,16	136,87	0	70
ОБЕД	Перловый гарнир 100/130	100	2,92	4,72	20,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	52,2	0	343
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	85,38	0	5a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	40,94	1,96	1a
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	99,11	0,165	35a
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	354,27	0,64	6a
УПЛОТНЕНИЕ	Хачапури	50	13,2	15,01	40,42	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	33,75	3,09	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	1376,06	34,025	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1309	42,57	46,66	197,49			

День 5							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6 21
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	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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	Щи Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	83,88	35,37 7a
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	80	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072 6a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0 43
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646 1a
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16
УПЛОТНЕНИ	Гречка отварная 100/120	100	4	2,66	20,7	127,03	0 67
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1429	42,43	43,76	219,18	1429,55	55,543
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3 15
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3 8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0 3a
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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 "Крестынский" Ясли/Сад	150	1,9	1,51	13,72	76,36	12,3 31
ОБЕД	Домашнее жаркое 180/230	180	4,25	6,01	32,89	203,63	39,906 73
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	Бабушкин суп Ясли/Сад	150	4,5	2,01	29,25	155,21	15 9a
УПЛОТНЕНИ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0 201
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	26,97	22,91	199,99	1105,31	111,591
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	150	5,54	5,37	21,95	156,78	0,6 19
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66 10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155 14
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12 1a
ОБЕД	Ёжики мясные	160	2,86	7,82	14,03	138,32	0,096 60a
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154 2a
ОБЕД	Компот вишнёвый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375 18a
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 из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5 16a
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	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 342
УПЛОТНЕНИ	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0 205
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1399	35,18	41,49	218,35	1379,07	87,639
День 8							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6 18
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	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585 11a
ОБЕД	Суп сборный Ясли/Сад	150	2,75	1,79	13,77	82,8	26,76 20a
ОБЕД	Бефстроганов из печени 80/100	80	12,52	7,48	8,26	151,66	24,16 41
ОБЕД	Рис рассыпчатый 100/120	100	2,84	2,52	23,4	127,77	0 71
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 15a
УПЛОТНЕНИ	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4 8a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39 44
УПЛОТНЕНИ	Конфеты	30	1,2	11,85	15,57	169,83	0 3a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1369	45,18	45,35	225,48	1480,81	92,64

День 9							
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6 12
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3 8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0 3a
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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 "Питерский" Ясли/Сад	150	2,82	3,46	17,88	112,5	17,1 21
ОБЕД	Каша гречневая с мясом 180/230	180	4,27	8,68	21,94	187,47	2,538 48a
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	Суп рыбный Ясли/Сад	150	6,08	2,	13,72	97,37	12,3 6a
УПЛОТНЕНИ	Блины со сгущенным молоком	60	6,38	7,38	28,13	205,75	0,33 15a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1389	36,24	34,89	192,12	1221,98	76,953
День 10							
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	5,35	5,45	20,11	149,38	0,6 13
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	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
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	Икра морковная	50	1,03	4,24	5,44	64,99	3,5 22a
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	150	2,55	1,74	13,7	81,48	31,71 19a
ОБЕД	Пельмени 180/230	180	5,08	4,9	28,57	181,64	0,396 45a
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375 18a
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	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1459	40,58	44,23	214,09	1416,37	89,885
День 11							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6 16
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3 8a
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	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4 8a
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45 11a
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	60	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072 6a
ОБЕД	Гороховое пюре 100/120	100	12,04	4,76	28,97	206,85	0 69
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646 1a
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	Капуста тушеная Ясли/Сад	100	2,82	4,2	8,2	83,81	62 15a
УПЛОТНЕНИ	Ватрушка с джемом	50	6,95	6,32	48,17	278,45	0,865 23a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09 9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1329	45,1	37,86	243,03	1485,24	213,523
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		15054	416,84	425,41	2324,55	14715,84	1076,712
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1368,54545	37,895	38,674	211,323	1337,803636	97,88290909
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,83	2,89	15,8	14715,84	7,32

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430469

Владелец Аглеева Наталья Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025