


14.03.2024г. - 29.03.2024г.

Категория: Дети 3-7 лет

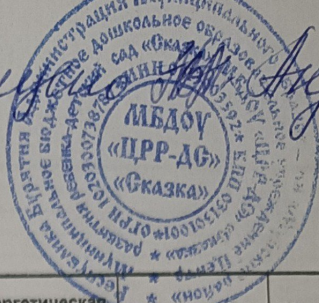
И.о. заведующей  Ауреева В.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,817	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42а	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42а	
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	0,27а	
ОБЕД	Салат из зеленого горошка	80	3,11	2,14	5,63	54,26	15,16а	
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	39,7781а	
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	80	2,7	8,48	11,2	132,79	0,16811а	
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0,43	
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	1,78	2,51	5,02	49,9	2,4691а	
ОБЕД	Соус томатный со специями	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	4,518а	
ОБЕД	Компот вишневый	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,3521а	
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,7440а	
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с капустой	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,089а	
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	0,203	
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	1786	50,4	52,93	285,56	1810,81	240,485	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 2								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,415	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42а	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,42а	
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	0,27а	
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,7514а	
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,8767а	
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	210	4,01	10,06	31	231,4	2,9611а	
ОБЕД	Плов Ясли/Сад	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	60	0,24	0,06	18,16	75,44	4,518а	
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная	120	6,4	3,65	33,11	197,58	0,15	
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,316	
УПЛОТНЕНИЕ	Рулет с изюмом	60	9,32	8,95	68,29	389,74	0,5589а	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,089а	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0,342	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 3								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,812	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	114,92	0,8810а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0,3а	
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	0,2а	
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,27а	
ОБЕД	Свекла с чесноком	60	1,42	2,09	8,22	57,27	9,10211а	
ОБЕД	Суп с клецками Ясли/Сад	220	4,99	3,23	27,94	162,43	18,3714а	
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	230	5,22	9,59	15,02	170,75	115,75934а	
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	4,518а	
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный Ясли/Сад	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,046а	
УПЛОТНЕНИЕ	Блины с джемом	80	6,56	7,47	56,14	316,64	1,162а	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,129а	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0,342	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	200	7,2	7,12	29,62	209,52	0,814	
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,48а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,24	4,44	21,49	134,84	0,2а	
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	0,2а	
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	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,18210а	
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	230	3,88	11,09	16,58	181,42	0,1382а	
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,2312а	
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	Салат из морской капусты	60	1,39	3,16	3,41	51,67	5,50217а	
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,9965а	
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0,201	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0,342	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,129а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								

День 5							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8 18
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88 10a
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002 3a
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	220	3,74	2,55	20,09	119,5	46,508 19a
ОБЕД	Мясная за жарка 60/80	80	1,36	5,14	6,88	80,01	3,16 14a
ОБЕД	Гречка отварная 100/120	120	4,8	3,19	24,84	152,44	0 67
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
УПЛОТНЕНИ	Морковь с чесноком	60	1,17	2,09	6,12	48,97	4,2 13a
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	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1771	47,15	40,26	250,75	1543,16	76,935
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 и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067 16
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 вермишелевый Ясли/Сад	220	4,25	2,4	29,37	156,33	18,04 18a
ОБЕД	Котлета из свежей рыбы	80	1,99	8,92	6,71	113,09	0,2 86
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2 4a
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
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469 1a
УПЛОТНЕНИ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15 16a
УПЛОТНЕНИ	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198 35a
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	Булка дорожная	60	8,23	8,57	48,47	307,87	0,558 19a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1781	57,06	55,53	296,62	1897,33	94,914
День 7							
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	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 и огурцов	60	2,02	3,14	5,95	61,1	41,502 24a
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 вишнёвый	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	Овощи тушеные 120/150	150	8,89	11,8	32,81	276,29	56,055 42a
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:		1801	52,97	54,4	269,2	1763,1	118,99
День 8							
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 10a
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	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	Бефстроганов 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	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	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 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:		1791	62,38	57,16	305,34	1966,49	114,634

День 9								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	8,88	7,08	30,4	214,66	0,8	20
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8a
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4a
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	220	4,69	2,24	21,98	127,27	18,04	3a
ОБЕД	Домашнее жаркое 180/230	230	5,43	7,68	42,02	280,2	50,991	73
ОБЕД	Компот вишнёвый	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	Бабушкин суп Ясли/Сад	220	6,6	2,95	42,9	227,83	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	43,9	30,66	272,95	1526,84	114,011	
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	21
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	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	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7a
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	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 томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1a
УПЛОТНЕНИ	Морковь с сахаром	100	1,56	5,11	16,26	118,87	6	42
УПЛОТНЕНИ	Манный пудинг с яблоками	150	9,92	10,55	53,73	351,78	6,6	66
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный сладкий	30	1,79	4,38	13,48	100,38	0,231	4
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:		1881	54,97	58,38	311,46	1980,5	91,993	
День 11								
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	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5a
ОБЕД	Пельмени 180/230	230	6,49	6,26	36,5	232,09	0,506	45a
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 из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14a
УПЛОТНЕНИ	Торт песочный	60	10,91	14,22	47,78	363,27	0,582	22a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1821	56,7	51,63	294,74	1856,65	83,063	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		20016	572,96	536,72	3157,93	19603,25	1466,8	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1819,63636	52,087	48,793	287,085	1782,113636	133,3454545	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,92	2,74	16,11	19603,25	7,48	

И.о. заведующий *Андреев В.*



14.03.2024г. - 29.03.2024г.

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								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	150	6,45	5,91	24,14	177,09	0,6 17	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	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	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5 16a	
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12 1a	
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	60	2,03	6,36	8,4	99,59	0,126 11a	
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	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 вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375 18a	
ОБЕД	Чеснок	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96 1a	
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	100	5,63	6,68	27,07	194,06	33,95 40a	
УПЛОТНЕНИ	Вареники с капустой	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06 9a	
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 342	
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 203	
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	36,34	41,15	210,55	1354,69	214,737	
День 2								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3 15	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	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	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625 14a	
ОБЕД	Ши Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	83,88	35,37 7a	
ОБЕД	Плов Ясли/Сад	170	3,25	8,14	25,09	187,32	2,397 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	Гречка отварная	100	5,33	3,04	27,59	164,65	0 15	
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16	
УПЛОТНЕНИ	Рулет с изюмом	50	7,76	7,45	56,9	324,78	0,465 9a	
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:		1419	37,43	35,15	250,96	1467,86	203,917	
День 3								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6 12	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66 10a	
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	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585 11a	
ОБЕД	Суп с клёцками Ясли/Сад	150	3,4	2,21	19,05	110,75	12,525 14a	
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	180	4,09	7,51	11,75	133,63	90,594 34a	
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 вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375 18a	
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный Ясли/Сад	150	6,08	2,	13,72	97,37	12,3 6a	
УПЛОТНЕНИ	Блины с джемом	60	4,92	5,6	42,11	237,48	0,87 2a	
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:		1389	36,53	31,68	195,35	1205,95	141,699	
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	150	5,4	5,34	22,22	157,14	0,6 14	
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3 8a	
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 свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625 14a	
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	150	4,26	3,16	16,71	112,53	19,215 10a	
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	180	2,88	8,68	12,98	141,98	0,108 2a	
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154 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 из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0 5a	
УПЛОТНЕНИ	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	43,06	4,585 17a	
УПЛОТНЕНИ	Картофель отварной 100/120	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33 5a	
УПЛОТНЕНИ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0 201	
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:		1364	30,83	35,65	184,84	1176,19	97,107	

День 5							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6 18
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66 10a
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,18	5,835 3a
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	150	2,55	1,74	13,7	81,48	31,71 19a
ОБЕД	Мясная захарка 60/80	60	1,02	3,85	5,16	60,01	2,37 14a
ОБЕД	Гречка отварная 100/120	100	4	2,66	20,7	127,03	0 67
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	Хлеб ржаной	50	0,98	1,74	5,1	40,81	3,5 13a
УПЛОТНЕНИЕ	Морковь с чесноком	120	7,36	6,84	27,91	203,12	0,084 8a
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06 9a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,2	9,66	42,72	0 342
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1329	33,6	29,91	178,81	1115,54	57,919
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 и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043 16
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 вермишелевый Ясли/Сад	150	2,89	1,64	20,03	106,59	12,3 18a
ОБЕД	Котлета из свежей рыбы	60	1,49	6,69	5,03	84,82	0,15 86
ОБЕД	Котлета из свежей рыбы	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5 4a
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0 5a
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
ОБЕД	Хлеб ржаной	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646 1a
ОБЕД	Соус томатный со специями	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5 16a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из зеленого горошка	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165 35a
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165 35a
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	Хлеб пшеничный 20/40	50	6,86	7,14	40,4	256,56	0,465 19a
УПЛОТНЕНИЕ	Булка дорожная	50	6,86	7,14	40,4	256,56	0,465 19a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1339	41,92	42,44	217,08	1408,72	77,114
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6 16
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3 2a
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 и огурцов	50	1,68	2,62	4,95	50,92	34,585 24a
ОБЕД	Булочка с гренками и яйцом Ясли/Сад	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45 4a
ОБЕД	Позы 180/230	180	5,17	5,04	28,35	182,36	0,306 12a
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
УПЛОТНЕНИЕ	Овощи тушеные 120/150	120	7,12	9,44	26,24	221,03	44,844 42a
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	229,93	0,335 8a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1349	38,44	41,68	194,91	1301,57	97,955
День 8							
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6 12
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66 10a
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	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	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	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0 5a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4 8a
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39 44
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты	30	1,2	11,85	15,57	169,83	0 3a
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1359	46,34	46,4	227,45	1502,46	89,615

День 9									
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	6,66	5,31	22,8		161	0,6	20
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69		50,16	0,3	8a
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	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85		6,5	2,5	4a
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	150	3,2	1,53	14,98		86,77	12,3	3a
ОБЕД	Домашнее жаркое 180/230	180	4,25	6,01	32,89		203,63	39,906	73
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
УПЛОТНЁН	Бабушкин суп Ясли/Сад	150	4,5	2,01	29,25		155,21	15	9a
УПЛОТНЁН	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24		62,57	0	201
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74		33,31	3,06	9a
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66		42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	30,05	22,3	191,8		1078,9	87,141	
День 10									
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95		150,88	0,6	21
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73		55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48		100,16	0,043	16
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	Ши Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1		83,88	35,37	7a
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	60	2,03	6,36	8,4		99,59	0,126	11a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04		156,65	0	43
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 томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35		33,27	1,646	1a
УПЛОТНЁН	Морковь с сахаром	80	1,25	4,09	13,01		95,1	4,8	42
УПЛОТНЁН	Манный пудинг с яблоками	120	7,93	8,44	42,98		281,42	5,28	66
УПЛОТНЁН	Соус молочный сладкий	20	1,19	2,92	8,99		66,92	0,154	4
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74		33,31	3,06	9a
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66		42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1409	39,3	43,28	226,88		1449,83	69,064	
День 11									
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	150	6,51	6,02	30,26		199,82	0,6	22
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	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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46		8,16	5,835	3a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08		90,89	14,22	5a
ОБЕД	Пельмени 180/230	180	5,08	4,9	28,57		181,64	0,396	45a
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
УПЛОТНЁН	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7		60	1,3	16
УПЛОТНЁН	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41		47,56	30,625	14a
УПЛОТНЁН	Торт песочный	50	9,1	11,85	39,82		302,73	0,485	22a
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74		33,75	3,09	9a
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66		42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1389	41,8	40,04	215,54		1383,23	67,354	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		15034	412,58	409,68	2294,17		14444,94	1203,622	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1366,72727	37,507	37,244	208,561		1313,176364	109,4201818	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,86	2,84	15,88		14444,94	8,33	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430469

Владелец Аглеева Наталья Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025