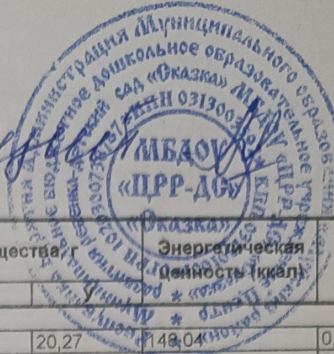


01.04.2024г. - 15.04.2024г.

Категория: Дети 1-3 лет

Завершено



Алиева Н.С.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж				
День 1								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	149,04	0,6	12
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	46,22	12,5	16
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1
ОБЕД	Каша гречневая с мясом	180	5,53	9,02	28,4	222,8	2,538	48
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	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18
ОБЕД	Компот вишневый	120	3,1	5,03	9,08	96,1	67,2	15
УПЛОТНЕНИ	Капуста тушеная 120/150	50	8,84	12,18	44,67	328,08	0,635	5
УПЛОТНЕНИ	Булка с глазурью	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
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	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1349	37,98	40,73	201,17	1328,55	127,428	
День 2								
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	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	150	2,55	1,74	13,7	81,48	31,71	19
ОБЕД	Оладьи из печени	80	19,33	10,01	25,85	273,13	26,728	17
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	1
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5
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	150	6,08	2	13,72	97,37	12,3	6
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный Ясли/Сад	60	4,92	5,6	42,11	237,48	0,87	2
УПЛОТНЕНИ	Блины с джемом	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
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	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1419	58,54	38,49	241,42	1536,31	93,552	
День 3								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	21
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3
ОБЕД	Суп "Харчо" Ясли/Сад	150	2,4	1,86	15,93	90,44	13,98	8
ОБЕД	Рулет мясной	160	6,42	13,89	29,04	264,75	25,92	72
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	36,09	0,154	2
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	150	0	0	14,66	58,78	0	15
УПЛОТНЕНИ	Кисель	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	100	5,63	6,68	27,07	194,06	33,95	40
УПЛОТНЕНИ	Вареники с капустой	100	5,63	6,68	27,07	194,06	33,95	40
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1329	31,9	39,47	179,28	1193,18	95,889	
День 4								
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	2
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Морковь с чесноком	50	0,98	1,74	5,1	40,81	3,5	13
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	90,89	14,22	5
ОБЕД	Котлета из свежей рыбы	60	1,49	6,69	5,03	84,82	0,15	86
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,18	1,68	3,35	33,27	1,646	1
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	5
УПЛОТНЕНИ	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром 120/150	120	7,36	6,84	27,91	203,12	0,084	8
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	9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1364	36,22	37,73	205,84	1296,8	92,815	

День 5								
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	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Свекла отварная кусочком	50	1	0,06	5,86	28	6,665	12
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4
ОБЕД	Позы 180/230	180	5,17	5,04	28,35	182,36	0,306	12
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5
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 100/120	100	4	2,66	20,7	127,03	0	67
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	50	6,99	6,32	58,29	318,05	1,065	10
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1439	41,86	34,99	235,57	1419,72	24,249	
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	8
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585	11
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	83,88	35,37	7
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	2,538	1
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5
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	Картофель отварной 100/120	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	43,06	4,585	17
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84	0	1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1369	28,94	32,37	217,89	1266,02	92,168	
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6	16
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	180	4,09	7,51	11,75	133,63	90,594	34
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5
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	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165	35
УПЛОТНЕНИЕ	Пирожки с картофелем	50	8,27	7,42	50,01	303,3	13,8	1
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1339	45,15	41,68	208,63	1386,03	149,807	
День 8								
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	2
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5	2,5	4
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	150	4,26	3,16	16,71	112,53	19,215	10
ОБЕД	Бефстроганов из печени 80/100	80	12,52	7,48	8,26	151,66	24,16	41
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	5
УПЛОТНЕНИЕ	Бабушкин суп Ясли/Сад	150	4,5	2,01	29,25	155,21	15	9
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	229,93	0,335	8
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1389	50,74	39,8	218,39	1424,36	75,313	

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	8
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14
ОБЕД	Суп "Крестьянский" Ясли/Сад	150	1,9	1,51	13,72	76,36	12,3	31
ОБЕД	Рыба в кляре	60	2,57	6,92	9,29	110,15	0,216	11
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1
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	5
УПЛОТНЕНИ	Овощи тушеные 120/150	120	7,12	9,44	26,24	221,03	44,844	42
УПЛОТНЕНИ	Ватрушка с джемом	50	6,95	6,32	48,17	278,45	0,865	23
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1349	42,01	42,62	239,68	1502,62	133,056	
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	150	5,4	5,34	22,22	157,14	0,6	14
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	150	3,2	1,53	14,98	86,77	12,3	3
ОБЕД	Ежики мясные 180/230	180	3,22	8,8	15,79	155,61	0,108	60
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1
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	5
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1
УПЛОТНЕНИ	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39	44
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1374	36,62	44,4	206,62	1362,82	53,267	
День 11								
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	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7
ОБЕД	Икра морковная	50	1,03	4,24	5,44	64,99	3,5	22
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	60	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072	64
ОБЕД	Рис рассыпчатый 100/120	100	2,84	2,52	23,4	127,77	0	71
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	58,78	0	15
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 свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14
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	2
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИ	Мармелад	20	0,02	0	15,88	64,2	0	204
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1379	36,26	45,88	211,51	1394,93	106,15	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		15099	446,22	438,16	2366,	15111,34	1043,694	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1372,63636	40,565	39,833	215,091	1373,758182	94,88127273	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,95	2,9	15,66	15111,34	6,91	

01.04.2024г. - 15.04.2024г.

Категория: Дети 3-7 лет

Заверено



Алиева Н.С.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	12
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	39,776	1
ОБЕД	Каша гречневая с мясом	230	7,06	11,52	36,29	284,69	3,243	48
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	18
УПЛОТНЕН	Капуста тушеная 120/150	150	3,87	6,29	11,36	120,12	84	15
УПЛОТНЕН	Булка с глазурью	60	10,61	14,61	53,6	393,7	0,762	5
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1801	52,25	53,07	277,83	1798,36	162,761	
День 2								
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	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	220	3,74	2,55	20,09	119,5	46,508	19
ОБЕД	Оладьи из печени	100	24,16	12,51	32,31	341,41	33,41	17
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	1
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5
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	6
УПЛОТНЕН	Блины с джемом	80	6,56	7,47	56,14	316,64	1,16	2
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1921	80,44	52,21	334,35	2111,18	124,616	
День 3								
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	8
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3
ОБЕД	Суп "Харчо" Ясли/Сад	220	3,52	2,73	23,36	132,64	20,504	8
ОБЕД	Рулет мясной	200	8,02	17,36	36,3	330,94	32,4	72
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2
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	15
УПЛОТНЕН	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1
УПЛОТНЕН	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74	40
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1771	45,08	52,13	252,22	1643,92	118,749	
День 4								
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	2
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Морковь с чесноком	60	1,17	2,09	6,12	48,97	4,2	13
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5
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	4
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1
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	5
УПЛОТНЕН	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14
УПЛОТНЕН	Рожки с сыром 120/150	150	9,2	8,55	34,89	203,91	0,105	8
УПЛОТНЕН	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	201
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1816	50,36	49,97	282,99	1763,41	114,3	

День 5								
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	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Свекла отварная кусочком	60	1,2	0,08	7,04	33,6	7,998	12
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27	0,66	4
ОБЕД	Позы 180/230	230	6,6	6,44	36,22	233,01	0,391	12
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5
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/л 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	Пирог "Куха"	60	8,38	7,58	69,95	381,65	1,278	10
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1881	56,68	45,74	315,11	1886,26	27,654	
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	8
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Свекла с чесноком	60	1,42	2,09	8,22	57,27	9,102	11
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	1
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5
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	Картофель отварной 100/120	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	60	1,39	3,16	3,41	51,67	5,502	17
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье	40	3,	4,72	29,96	166,84	0	1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1811	40,37	41,54	292,64	1685,58	118,799	
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	200	6,76	7,48	28,48	206,52	0,8	16
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3
ОБЕД	Лепешка домашняя Ясли/Сад	220	6,75	3,39	39,8	219,6	18,26	11
ОБЕД	Бигус с мясом 180/230	230	5,22	9,59	15,02	170,75	115,759	34
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198	35
УПЛОТНЕНИЕ	Пирожки с картофелем	60	9,92	8,9	60,01	363,95	16,56	1
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1781	61,58	54,53	287,85	1877,93	188,806	
День 8								
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	2
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182	10
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	5
УПЛОТНЕНИЕ	Бабушкин суп Ясли/Сад	220	6,6	2,95	42,9	227,63	22	9
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1871	69,57	52,69	303,38	1947,91	99,331	

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	8
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14
ОБЕД	Суп "Крестьянский" Ясли/Сад	220	2,79	2,22	20,13	112	18,04	31
ОБЕД	Рыба в кляре	80	3,42	9,22	12,38	146,87	0,288	11
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2	4
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1
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	5
УПЛОТНЕНИ	Овощи тушеные 120/150	150	8,89	11,8	32,81	276,29	56,055	42
УПЛОТНЕНИ	Ватрушка с джемом	60	8,33	7,58	57,8	334,13	1,038	23
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1801	57,69	56,27	326,46	2027,38	164,32	
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	200	7,2	7,12	29,62	209,52	0,8	14
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88	8
ОБЕД	Суп гороховый с гречками Ясли/Сад	220	4,69	2,24	21,98	127,27	18,04	3
ОБЕД	Ежики мясные 180/230	230	4,12	11,25	20,17	198,83	0,138	60
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1
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	5
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1
УПЛОТНЕНИ	Вареники с картофелем	120	9,18	6,7	52,74	310,8	24,468	44
УПЛОТНЕНИ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1826	51,2	56,99	282,08	1828,28	66,374	
День 11								
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	10
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	2
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7
ОБЕД	Икра морковная	60	1,24	5,09	6,53	77,99	4,2	22
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776	1
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,096	64
ОБЕД	Рис рассыпчатый 100/120	120	3,41	3,02	28,08	153,32	0	71
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0	15
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 свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14
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	2
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИ	Мармелад	20	0,02	0,	15,88	64,2	0	204
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1831	50,94	60,6	286,05	1876,21	133,837	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		20111	616,16	575,74	3240,96	20446,42	1319,547	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1828,27273	56,015	52,34	294,633	1858,765455	119,9588182	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			3,01	2,82	15,85	20446,42	6,45	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430469

Владелец Аглеева Наталья Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025