

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ**

«ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК» С. РАЗДОЛЬЕ»

СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

297549, ул. Мира д. 54а, с Раздолье, Симферопольский р-н, Республика Крым
ИНН/КПП 9109009960 / 910901001 ОГРН 1159102024036, ОКПО 00829537

E-mail: sadik_teremok-razdolie@crimeaedu.ru

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад

«Теремок» с. Раздолье»

Н.В. Михайлишин

Приказ от 02.06.2025 №174



**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ
«ЛЕТНЕЕ» МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
1,5- 3 ГОДА
2025 Г.**



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 1

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ | | 170 | 5,4 | 6,7 | 27,4 | 191,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 26,0 | 26,0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА МАННАЯ | 26 | 26 | 2,6 | 0,3 | 17,8 | 82,9 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | | 40 | 0,1 | 4,1 | 7,3 | 65,8 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,3 | 28,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ" | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 150 | | | 6,9 | 27,9 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЛИМОН | 4 | 2,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | 368,6 | 5,5 | 10,8 | 41,6 | 284,7 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТА ПО СЕЗОНУ | | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| ЯБЛОКИ, БАНАНЫ | 107,9 | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| | | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ | | 40 | 0,8 | 3,5 | 3,0 | 46,2 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 22,6 | 19,2 | 0,8 | 3,5 | 3 | 46,2 |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 17,52 | 14,0 | 0 | 0 | 0 | 2,6 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ ИЛИ РЕПЧАТЫЙ | 6 | 4,8 | 2,6 | 0,3 | 17,8 | 7 |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 0 | 4,9 | 0,03 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСК. | | 150 | 3,4 | 1,9 | 9,7 | 69,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 1 | 0,2 | 8,2 | 38,8 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|---------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 | 3 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 3 | 3 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 10,1 | 9 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗЕЛЕНЬ | 0,5 | 0,48 | 2,6 | 0,3 | 17,8 | |
| ЧЕСНОЕ | 1 | 1 | 0 | 0 | 4,9 | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 112,5 | 112,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 120 | 2,2 | 4,3 | 15,0 | 106,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 136,8 | 88,92 | 1,7 | 0,4 | 14,1 | 66,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18,96 | 18 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСК. | | 60 | 7,3 | 2,9 | 1,8 | 62,4 |
| МОРКОВЬ | 19 | 15,2 | 0,2 | 0 | 1 | 5,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7 | 5,88 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,2 шт. | 7 | 0,9 | 0,8 | 0 | 10,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 6 | 6 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 3,1 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ | 43 | 38,1 | 5,9 | 0,3 | 0 | 26,6 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 32 | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | | 150 | | | 14,6 | 58,1 |
| КОМПОТНАЯ СМЕСЬ | 22,95 | 22,95 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 129,75 | 129,75 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | <i>636,38</i> | 13,7 | 12,6 | 44,1 | 342,5 |
| Полдник | | | | | | |
| ОМЛЕТ "ДРАЧЕНА" | | 65 | 6,5 | 13,0 | 1,2 | 151,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 1,2шт. | 48 | 5,9 | 5,3 | 0,3 | 73,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 15 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,9 |
| МУКА ПШЕННИЧНАЯ | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% | 6 | 6 | 0,2 | 0,9 | 0,2 | 12,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | 80 | 1,3 | 6,1 | 7,8 | 92,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 27,52 | 20 | 0,4 | 0,1 | 3,5 | 16,7 |
| СВЕКЛА | 20,4 | 16 | 0,3 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| МОРКОВЬ | 15,12 | 12 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 20 | 16 | 0,2 | 0 | 0,4 | 3,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 4,8 | 48 | 0 | 6 | 0 | 53,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15,04 | 12 | 0,2 | 0 | 1,3 | 6,3 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150 | | | 6,9 | 27,6 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| | | <i>150</i> | 7,8 | 19,1 | 15,9 | 271,5 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | <i>1454,98</i> | 27,2 | 42,7 | 106,4 | 921,5 |



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 2

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА» | | 160 | 5,4 | 7,1 | 21,6 | 172,3 <i>№ 99</i> |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,5 | 7,5 | 0,5 | 0,1 | 5,4 | 24,3 |
| ПШЕНО | 8,5 | 8,4 | 1 | 0,2 | 5,7 | 28,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 138,4 | 138,4 | 3,9 | 3,4 | 6,4 | 72,5 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| САХАР ПЕСОК | 4,2 | 4,2 | 0 | 0 | 4,1 | 16,3 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ | | 36 | 1,3 | 5,7 | | 57,2 <i>№ 3</i> |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 6 | 5,45 | 1,3 | 1,6 | 0 | 19,8 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 150 | 3,1 | 2,5 | 12,3 | 84,7 <i>№ 46</i> |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2 | 2 | 0,5 | 0,3 | 0,2 | 5,6 |
| САХАР ПЕСОК | 8 | 8 | 0 | 0 | 7,8 | 30,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 92 | 2,6 | 2,2 | 4,3 | 48,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65 | 65 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | <i>365,15</i> | 9,8 | 15,3 | 33,9 | 314,2 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 110 | | | | 0,0 <i>№ 442</i> |
| СОК 1 Л | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | | 40 | 0,7 | 1,9 | 1,8 | 27,4 <i>№ 13</i> |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | 47,52 | 38 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | | 150/10 | 3,4 | 3,2 | 10,7 | 85,4 <i>№ 27</i> |
| КАРТОФЕЛЬ | 40,05 | 26,03 | 0,5 | 0,1 | 4,1 | 19,4 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 12,15 | 12,09 | 2,7 | 0,2 | 5,6 | 35,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6,05 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МОРКОВЬ | 9,6 | 7,2 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |

| | | | | | | |
|------------------------------------|----------------|-------|------|------|------|--------------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 130 | | 2,1 | 4,2 | 21,3 | <i>N 321</i> 131,6 |
| ФИЛЕ КУРИНОЕ | 68,25 | 68,25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,87 | 4,87 | 0 | 3,9 | 0 | 35,3 |
| МОРКОВЬ | 13 | 9,75 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6,5 | 5,46 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,1 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 28,43 | 28,15 | 1,9 | 0,3 | 20,2 | 90,9 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | 28 | | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | | 11,6 | <i>N 394</i> 46,5 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 12 | 12 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 147 | 147 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | <i>550,15</i> | | 6,2 | 9,3 | 45,4 | 290,9 |
| Полдник | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) | 105 | | 1,7 | 3,6 | 12,6 | <i>N 244</i> 90,2 |
| ТВОРОГ 9% | 83,7 | 82 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 11,5 | 11,5 | | | | |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 6,2 | 24,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,15ШТ | 6 | 0,5 | -0,5 | 0 | 6,1 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 2,5 | 0 | 23,2 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | | | | | <i>N 372</i> |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 1,46 | 1,46 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| СМЕТАНА 15% | 5 | 5 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 30 | | | 0 | 0 | 0 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | | | | | <i>N 412</i> |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | | | | |
| ЛИМОН | 4 | 2,4 | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | | | | |
| | <i>328,56</i> | | 1,7 | 3,6 | 12,6 | 90,2 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | <i>1353,96</i> | | 17,7 | 28,2 | 91,9 | 695,3 |



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 3

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | 65 | 6,1 | 11,9 | 1,1 | <i>N 229</i> 136,3 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 1,15 шт. | 46 | 5,6 | 5,1 | 0,3 | 70,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,3 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ. | | 30 | 0,9 | 1,6 | 1,8 | <i>N 10</i> 24,8 |
| ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВ. | 45,86 | 29,81 | 0,9 | 0,1 | 1,8 | 11,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 0,4 | 0,38 | 0 | 0 | 0 | 0,2 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 150 | | | 6,9 | <i>N 413</i> 27,6 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕРИЗ. 2,5% | 92 | 92 | 0,3 | 0 | 5 | 30 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 40 | 40 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | <i>260,89</i> | 7,0 | 13,5 | 9,8 | 188,7 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТА ПО СЕЗОНУ | | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| ЯБЛОКИ, БАНАНЫ | 107,9 | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| | | | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| Обед | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | | 150/20 | 0,9 | 2,4 | 5,0 | <i>N 91</i> 44,6 |
| МУКА ФАСОВАННАЯ 5 КГ | 6,16 | 6,16 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0,6 | 0 | 5,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,044 шт. | 1,76 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,7 |
| КАРТОФЕЛЬ | 40,09 | 26,06 | 0,5 | 0,1 | 4,1 | 19,5 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 5,63 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6,05 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 112,5 | 112,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | 120 | 5,7 | 4,4 | 26,1 | <i>N 143</i> 166,1 |
| КАПУСТА СВЕЖАЯ | 165,6 | 132 | 5,7 | 1,6 | 26,1 | 140,7 |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 4,8 | 4,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | - | - | 0 | 2,8 | 0 | 25,4 |
| МОРКОВЬ | 8,4 | 6 | 0,3 | 0 | 3,6 | |

| | | | | | | |
|------------------------------------|------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ) | 3,6 | 2,4 | 8,4 | 7,3 | 0 | 0,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10,8 | 8,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 2,4 | 2,4 | 0,3 | 0 | 3,6 | 16,0 |
| САХАР | 3,6 | 3,6 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,4 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 32 | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | 150 | 0,5 | 0,2 | 13,8 | 68,4 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ | | 60 | 8,9 | 10,5 | 4,5 | 148,5 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 52 | 38 | 8,4 | 7,3 | 0 | 98,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 6 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 5 | 4,95 | 0,3 | 0 | 3,6 | 16,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 13 | 10,92 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ | | 20 | 0,35 | 0,93 | 1,40 | 16,02 |
| СМЕТАНА 15% | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 1,5 | 1,5 | 0,3 | 0 | 3,6 | 16,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,4 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| | | 643,33 | 16,5 | 19,8 | 52,0 | 461,7 |

Полдник

| | | | | | | |
|---|----------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА | | 70 | 0,7 | 2,5 | 2,3 | 34,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 44,8 | 44,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,38 | 2,38 | 0 | 0 | 2,3 | 9,2 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,2 | 2,2 | 0 | 1,7 | 0 | 16,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,07 шт. | 2,38 | 0,3 | 0,3 | 0 | 3,6 |
| ДРОЖЖИ | 1,33 | 1,33 | 0,2 | 0 | 0 | 1,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 18,06 | 18,06 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 1,61 | 1,61 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 0,26 | 0,26 | 0 | 0,3 | 0 | 2,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,04 шт. | 1,4 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,1 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 150 | | | 7,0 | 28,4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕРИЗ. 2,5% ЖИРНОСТИ | 90 | 90 | 0,3 | 0,3 | 0 | 4,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ФАРШ ТВОРОЖНЫЙ | | 23,8 | 0,1 | 0,1 | 1,2 | 6,1 |
| ТВОРОГ 9% | 21,77 | 21,77 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,03 шт. | 0,95 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,5 |
| САХАР ПЕСОК | 1,19 | 1,19 | 0 | 0 | 1,2 | 4,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 0,95 | 0,95 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Ванильный сахар+ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | 355,48 | 0,8 | 2,6 | 10,5 | 68,6 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | 1260 | 24,5 | 36,1 | 77,1 | 741,8 |



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 4

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|---------------|-------------------|------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ СЛИЗИСТЫЙ | | 170 | 4,5 | 4,6 | 16,4 | 125,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 127,5 | 127,5 | 3,6 | 3,1 | 5,9 | 66,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51 | 51 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 13,6 | 13,46 | 0,9 | 0,1 | 9,7 | 43,5 |
| САХАР ПЕСОК | 0,85 | 0,85 | 0 | 0 | 0,8 | 3,3 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,7 | 1,7 | 0 | 1,4 | 0 | 12,3 |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | | 40 | | 4,1 | | 37,4 |
| ДЖЕМ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 10 | 10 | 3,6 | 3,1 | 5,9 | 66,8 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 150 | | | 6,9 | 27,9 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЛИМОН | 4 | 2,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | 401,11 | 4,5 | 8,7 | 23,3 | 191,2 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 110 | | | | |
| СОК | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ | | 40 | 0,6 | 2,3 | 3,3 | 36,8 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 33,88 | 28,8 | 0,6 | 0 | 3,3 | 15,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,52 | 9,68 | 0,1 | 2,4 | 11,6 | 11,6 |
| МАССА БЛАНШИРОВАННОГО ЛУКА | 0 | 9,2 | 0 | 0,5 | 2,4 | 2,4 |
| ИЛИ ЛУК ЗЕЛЕНый | 11,52 | 9,2 | 0 | 0,5 | 2,4 | 2,4 |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 0,3 | 1,5 | 1,5 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | | 150 | 1,1 | 3,0 | 5,1 | 52,2 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 37,5 | 30 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 24 | 18 | 0,3 | 0,1 | 2,4 | 11,6 |
| МОРКОВЬ | 9,45 | 7,5 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |

| | | | | | | |
|-------------------------------|-------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 1,5 | 1,5 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | 120 | 2,2 | 4,3 | 15,0 | 106,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 136,8 | 102,6 | 1,7 | 0,4 | 14,1 | 66,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18,96 | 18 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,9 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | | 60 | 7,1 | 3,8 | 0,8 | 66,8 |
| РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ | 57 | 52 | 6,6 | 0,4 | 0 | 29,7 |
| СОУС №371 | 20 | 20 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,9 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,2ШТ | 8 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 7,5 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ №371 | | 20 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 15 | 0,3 | 0,1 | 2,4 | 11,6 | 11,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 2,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 | 2,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 | 2,4 |
| СОЛЬ | 0,16 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 | 1,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 3 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 | 26,2 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 32 | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | 170 | | | 14,6 | 58,1 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 41,48 | 34 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 17 | 17 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 146,2 | 146,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | <i>715,28</i> | 11,0 | 13,4 | 38,8 | 320,7 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ | | 70 | 1,5 | 5,1 | 8,9 | 88,3 |
| ТВОРОГ 9% | 48,3 | 47,6 | 0,3 | 0 | 0,6 | 4,8 |
| ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ | 28 | 16,8 | 0,8 | 0,2 | 6,5 | 30,7 |
| САХАР ПЕСОК | 5,6 | 5,6 | 0,3 | 0 | 1,4 | 7,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,17ШТ | 7 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,1 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,8 | 2,8 | | | | |
| СМЕТАНА 15% | 2,8 | 2,8 | | | | |
| ДЖЕМ КОНСЕРВИРОВАН. | | 10 | | | | |
| ДЖЕМ КОНСЕРВИРОВ. | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 0 | 0,0 |
| КЕФИР | | 150 | 0,1 | | 7,2 | 28,0 |
| КЕФИР 2,5% | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | <i>246,8</i> | 1,6 | 5,1 | 16,1 | 116,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | <i>1473,19</i> | 17,1 | 27,2 | 78,2 | 628,2 |



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 5

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | 170 | 5,8 | 7,1 | 24,0 | 183,8 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 25,9 | 25,9 | 3,1 | 1,6 | 15,5 | 88,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 97,1 | 97,1 | 2,7 | 2,3 | 4,6 | 50,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 40,4 | 40,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 30 | 0,1 | 4,1 | 7,3 | 65,8 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 75 | 75 | 2,1 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | 375,4 | 8,2 | 13,0 | 42,7 | 320,9 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТА ПО СЕЗОНУ | | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| ЯБЛОКИ, БАНАНЫ | 107,9 | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| | | | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНН. КАПУСТЫ | | 40 | 0,6 | 1,9 | 1,8 | 27,3 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 39,44 | 31,55 | 0,6 | 0 | 1,5 | 8,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| МОРКОВЬ | 5 | 3,75 | 0 | 0 | 0,3 | 1,3 |
| БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | | 150 | 1,3 | 3,8 | 8,1 | 74,3 |

| | | | | | | |
|--------------------------------------|-------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| СВЕКЛА | 30,75 | 23,06 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 40,05 | 26,03 | 0,5 | 0,1 | 4,1 | 19,4 |
| МОРКОВЬ | 9,45 | 7,09 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6,05 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | 100 | 3,8 | 3,4 | 23,2 | 138,5 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 35 | 35 | 3,8 | 0,6 | 23,2 | 113,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 60 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3,5 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0 | 25,4 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | 60 | 10,9 | 11,9 | 4,3 | 168,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 60 | 54 | 9,7 | 8,3 | 0 | 114,2 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 14 | 14 | 0,4 | 0,4 | 0,7 | 7,4 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 32 | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | 150 | | | 6,9 | 27,9 |
| СМЕСЬ СУХОФРУКТОВ | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 12 | 12 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 147 | 147 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | 631,53 | 16,6 | 21,0 | 44,3 | 436,0 |
| Полдник | | | | | | |
| ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | | 65 | 2,8 | 3,7 | 15,6 | 106,9 |
| ЯЙЦА КУРИННЫЕ | 0,75 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕРИЗ. 2,5% ЖИРНОСТИ | 23 | 23 | 2 | 1,7 | 3,4 | 38,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 3 | 3 | 0,7 | 0,6 | 0 | 8,5 |
| ГОРОШЕК. ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВ. | 10 | 7 | 0 | 1,4 | 0 | 12,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВ. НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 9,7 | 8,3 | 0 | 114,2 |
| МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА | - | 60 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВ. НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ОГУРЕЦ ГРУНТОВОЙ | | 40 | 0,72 | 0,85 | 5,6 | 32,93 |
| ОГУРЕЦ ГРУНТОВОЙ | 43,2 | 40 | 0,7 | 0,6 | 0 | 8,5 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150 | 0,51 | 0,21 | 14,23 | 61,00 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| САХАР | 7 | 7 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | | | | |
| | | 245,2 | 2,8 | 3,7 | 22,5 | 134,5 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | 1374,13 | 27,8 | 37,9 | 114,3 | 914,2 |



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 6

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------------|-------------------|-------------|----------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ | | 170 | 4,6 | 4,6 | 13,8 | <i>N 101</i> 114,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 119 | 119 | 3,4 | 2,9 | 5,5 | 62,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 51 | 51 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПШЕНО | 10,2 | 10,1 | 1,2 | 0,3 | 6,9 | 34,5 |
| САХАР ПЕСОК | 1,36 | 1,36 | 0 | 0 | 1,4 | 5,2 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,7 | 1,7 | 0 | 1,4 | 0 | 12,3 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | | 30 | | 4,1 | | <i>N 1</i> 37,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 150 | 2,1 | 1,8 | 10,4 | <i>N 413</i> 66,9 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 92 | 2,1 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 40 | 40 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | <i>352, 36</i> | 6,7 | 10,5 | 24,2 | 218,7 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 110 | | | | <i>N 412</i> |
| СОК | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР ГРУНТОВОЙ | | 40 | 0,54 | 2,47 | 3,37 | 37,92 |
| ПОМИДОР ГРУНТОВОЙ | 43,4 | 40 | 0,3 | 0 | 0,7 | 5,2 |
| СУП КАРТОФЕЛЬН. С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬК. | | 150\15 | 3,70 | 1,99 | 10,34 | <i>N 90</i> 74,00 |
| КАРТОФЕЛЬ | 79,95 | 60 | 0,8 | 0,2 | 6,2 | 29,1 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| РЫБА МИНТАЯ ФИЛЕ | 15 | 14,1 | 0,3 | 0 | 0,7 | 5,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ЯЙЦА КУРИННЫЕ | 0,75 | 0,75 | 3,4 | 2,9 | 5,5 | 62,4 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,75 | 3 | 1,2 | 0,3 | 6,9 | 34,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |

| | | | | | | |
|--------------------------------|---------------|-------|-------------|-------------|-------------|--------------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 120 | | 2,91 | 3,43 | 29,30 | <i>n333</i> 159,96 |
| КРУПА РИСА | 42,84 | 42,84 | 3,8 | 0,9 | 20,8 | 106,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 88,2 | 88,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| РЫБА ТУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ | 80 | | 5,94 | 3,42 | 1,54 | <i>n269</i> 61,00 |
| ФИЛЕ МИНТАЯ | 53 | 49 | 12,4 | 10,7 | 0 | 145,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 17 | 17 | | | | |
| МОРКОВЬ | 28 | 22 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11 | 9 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 4 | 4 | 0 | 2 | 0 | 18,8 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ИЛИ СМЕТАНА | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | 28 | | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | | | | 14,6 | <i>n412</i> 58,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ЛИМОН | 4 | 2,4 | 0,0 | 0,1 | 0,5 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | <i>302,69</i> | | 18,5 | 18,4 | 48,7 | 434,3 |

Полдник

| | | | | | | |
|---------------------------------|----------------|------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" | 60 | | 0,4 | 3,1 | 5,6 | <i>n456</i> 52,8 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 42 | 42 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ | 1,3 | 1,3 | 0,2 | 0 | 0 | 1,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4,3 | 4,3 | 0 | 0 | 4,2 | 16,7 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,04 шт. | 1,3 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,9 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 2,1 | 2,1 | 0 | 0 | 1,4 | 5,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 42 | 42 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 80 | | 0,8 | 5,1 | 7,4 | <i>n411</i> 80,2 |
| МОРКОВЬ | 53,04 | 42,4 | 0,6 | 0 | 3,3 | 16,9 |
| ЯБЛОКИ | 39,12 | 34,4 | 0,2 | 0,2 | 4,1 | 19,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 4 | 4 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | | 2,3 | 1,8 | 11,4 | <i>n416</i> 71,3 |
| КАКАО – ПОРОШОК | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 8 | 8 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 92 | 92 | 2,1 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65 | 65 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | <i>345,4</i> | | 6,1 | 11,9 | 8,0 | 163,9 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | <i>1510,45</i> | | 31,3 | 40,8 | 80,9 | 816,9 |



МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 7

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 170 | | 4,4 | 6,2 | 27,4 | 183,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 25,9 | 25,64 | 1,7 | 0,3 | 18,4 | 82,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 28,5 | 28,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 97 | 97 | 2,7 | 2,3 | 4,6 | 50,8 |
| САХАР ПЕСОК | 4,5 | 4,5 | 0 | 0 | 4,4 | 17,5 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,5 | 4,5 | 0 | 3,6 | 0 | 32,7 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 30 | | | 4,1 | | 37,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ДЖЕМОМ | 150/7 | | 0,1 | | 7,2 | 28,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 130 | 130 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДЖЕМ | 10 | 10 | 0,1 | 0 | 7,1 | 27,5 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| | | | 4,5 | 10,3 | 34,6 | 249,2 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТА ПО СЕЗОНУ | 95 | | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| ЯБЛОКИ, БАНАНЫ | 107,9 | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| | | | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР | 40 | | 1,2 | 2,0 | 2,4 | 32,4 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 22,6 | 19,2 | 1,2 | 0,1 | 2,4 | 14,7 |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 17,52 | 14 | 0,2 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ | 6 | 4,8 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ИЛИ РЕПЧАТЫЙ | 6 | 4,8 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 150 | | 1,2 | 3,7 | 6,2 | 65,8 |
| СВЕКЛА | 30 | 22,5 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 15 | 12 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 16,05 | 10,43 | 0,2 | 0 | 1,6 | 7,8 |
| МОРКОВЬ | 9,45 | 7,09 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6,05 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

| | | | | | | |
|--|-------------|-------|-------------|-------------|--------------|--------------------|
| СМЕТАНА 15% | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | | 2,2 | 4,3 | 15,0 | <i>N 339</i> 106,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 136,8 | 88,92 | 1,7 | 0,4 | 14,1 | 66,4 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18,96 | 18,96 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,9 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ | 60 | | 1,3 | 2,0 | 4,4 | <i>N 322</i> 40,3 |
| ФИЛЕ КУРИНОЕ | 45 | 45 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0,4 | 0,8 | 8,3 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6 | 6 | 0,8 | 0 | 3,6 | 17,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | 28 | | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | | 0,5 | 0,2 | 13,8 | <i>N 414</i> 68,4 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 15 | 15 | 0,5 | 0,2 | 7 | 41,3 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 6,4 | 12,2 | 41,8 | 313,7 |
| Полдник | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 65 | | 0,4 | 3,1 | 5,6 | <i>N 429</i> 52,8 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 1,15 ШТ | 46 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКА ПАСТЕР . 2,5 % ЖИРНОСТИ | 16 | 16 | 0,5 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛАДКО- СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3 | 3 | 0,8 | 0 | 4,2 | 16,7 |
| МАСЛО СЛАДКО- СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5 | 5 | 0 | 3 | 0 | 27,5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | | 0,8 | 5,1 | 7,4 | 80,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 15 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | | 2,3 | 1,8 | 11,4 | <i>N 411</i> 71,3 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0 | 1,1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 3,5 | 10,0 | 24,4 | 204,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | <i>1262</i> | | 14,6 | 32,7 | 105,6 | 790,0 |

МБДОУ "Детский сад
"Теремок"
с. Раздолье"

Утверждено



Заведующий
Михайлишин Н.В.

(Handwritten signature)

МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 8

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | | 100 | 6,8 | 7,0 | 23,2 | 184,0 <i>№ 220</i> |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 35 | 35 | 3,8 | 0,6 | 23,2 | 113,1 |
| СОЛЬ | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 40 | 40 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 2,6 | 0 | 24,0 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 14,6 | 13,27 | 3 | 3,8 | 0 | 46,9 |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | 40 | 0,8 | 3,5 | 3,0 | 46,2 <i>№ 57</i> |
| ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ | 42,1 | 40 | 0,8 | 3,5 | 3 | 46,2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150 | | | 6,9 | 27,6 <i>№ 441</i> |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 7,6 | 10,5 | 33,1 | 257,8 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 110 | | | | <i>№ 442</i> |
| СОК | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ ГРУНТОВОЙ | | 40 | 1,3 | 6,1 | 7,8 | 92,9 |
| ОГУРЕЦ ГРУНТОВОЙ | 43,2 | 40 | 0,4 | 0,1 | 3,5 | 16,7 |
| СУП КАРТОФЕЛЬН. С КРУПОЙ | | 150 | 1,50 | 1,67 | 10,20 | 61,95 <i>№ 86</i> |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,8 | 0,2 | 6,2 | 29,1 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 6 | 6 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАША «АРТЕК» | | 100 | 4,21 | 3,00 | 25,90 | 147,9 <i>№ 330</i> |
| КРУПА АРТЕК | 38 | 38 | 2,9 | 0,4 | 30,5 | 137,0 |

| | | | | | | |
|--------------------------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 171 | 171 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3,8 | 3,8 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | | 100 | 12,85 | 10,34 | 3,3 | 157,3 |
| ГОВЯДИНА БК | 95,7 | 80,8 | 5,4 | 0,3 | 0 | 24,7 |
| МОРКОВЬ | 20,8 | 16,6 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3,3 | 3,3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МУКА ПШЕННИЧНАЯ | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 3,75 | 3,75 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 33,12 | 33,12 | 0 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | 2,10 | 0,40 | 12,70 | 63,40 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 32 | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | 170 | | | 11,6 | 46,5 |
| СВЕЖИЕ ЯБЛОКИ | 41,48 | 34 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 17 | 17 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 146,2 | 146,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 11,2 | 16,2 | 60,5 | 434,7 |
| Полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | | 70 | 15,14 | 10,76 | 24,33 | 255 |
| ТВОРОГ 9% | 53,2 | 52,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5,6 | 5,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 3,5 | 3,5 | 0,8 | 0,7 | 0 | 9,1 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,8 | 2,8 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 2,8 | 2,8 | 5,4 | 0,3 | 0 | 5,4 |
| КРУПА МАННАЯ | 5,6 | 5,6 | 0,2 | 0 | 1,1 | 0,2 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 2,8 | 2,8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 0,1 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | | 10 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | | 30 | | | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК | | 150 | 5,4 | 0,3 | 7,0 | 28,4 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК | 150 | 150 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| | | | 0,9 | 5,5 | 13,0 | 107,0 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1300 | | 19,7 | 32,2 | 106,6 | 799,5 |



Утверждено

Заведующий
Михайлишин Н.В.

МЕНЮ

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 9

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | 170 | 5,5 | 6,6 | 20,6 | 164,4 <i>N 199</i> |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ | 21,3 | 17 | 2,6 | 0,7 | 11,6 | 63,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. | 102 | 102 | 2,9 | 2,5 | 4,8 | 53,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,3 | 4,3 | 0 | 3,4 | 0 | 31,2 |
| САХАР ПЕСОК | 4,3 | 4,3 | 0 | 0 | 4,2 | 16,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 20,4 | 20,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 36 | 1,3 | 5,7 | | 57,2 <i>N 3</i> |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 6 | 5,45 | 1,3 | 1,6 | 0 | 19,8 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 150 | | | 7,0 | 28,4 <i>N 492</i> |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЛИМОН | 4 | 2,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 6,8 | 12,3 | 27,6 | 250,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТА ПО СЕЗОНУ | | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| ЯБЛОКИ, БАНАНЫ | 107,9 | 95 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| | | | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 22,8 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | 40 | 0,6 | 2,3 | 3,3 | 36,8 <i>N 21</i> |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 39,44 | 31,44 | 0,23 | 0,3 | 10 | 47,0 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,12 | 0,12 | 0,5 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 3,9 | 3,3 | 0,12 | 4 | 0 | 36,3 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 3,06 | 7,3 | 0,1 | 101,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| МОРКОВЬ | 5 | 4 | 0,23 | 0,3 | 10 | 47,0 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ | | 150 | 1,61 | 1,70 | 10,54 | 62,85 <i>N 88</i> |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,8 | 0,2 | 6,2 | 29,1 |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| МАКАРОНЫ | 6 | 6 | 0,7 | 0,2 | 4,1 | 20,3 |
| МОРКОВЬ | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 105 | 105 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | | 120 | 2,25 | 4,57 | 12,20 | 99,00 |
| КАРТОФЕЛЬ | 116,4 | 87,6 | 15,9 | 13,7 | 0 | 185,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕРИЗ. | 36 | 34,8 | 1,9 | 0,4 | 15,9 | 75,3 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6 | 6 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | | 60 | 12,85 | 10,34 | 3,3 | 157,3 |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ | | 36 | 30 | 2,6 | 0,7 | 11,6 |
| КРУПА РИСОВАЯ | | 9 | 25* | 2,9 | 2,5 | 4,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | 13 | 11 | 0 | 3,4 | 0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | | 1 | 1 | 0 | 0 | 4,2 |
| ЯЙЦО КУРИННОЕ | | 118 | 5 | 0 | 0 | 0 |
| МАССА ПОЛУФАБРИКАТА | | - | 69 | 1,3 | 5,7 | |
| ВОДА | | 12 | 12 | 1,3 | 1,6 | 0 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | | 20 | 0,28 | 0,99 | 1,17 | 14,82 |
| СМЕТАНА 15% | | 5 | 5 | 1,3 | 5,7 | |
| МУКА ПШЕННИЧНАЯ | | 1,46 | 1,46 | 1,3 | 1,6 | 0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | 15 | 15 | 0 | 4,1 | 0 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | | | | |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 32 | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА | | 150 | 0,1 | | 22,3 | 88,0 |
| ДЖЕМ | 18 | 18 | 0,1 | 0 | 12,7 | 49,6 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 5 | 5 | 0 | 0 | 3,8 | 15,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 143,25 | 143,25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 20,3 | 21,5 | 53,5 | 485,8 |
| Полдник | | | | | | |
| ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ | | 60 | 0,4 | 1,7 | 14,7 | 76,0 |
| МУКА ПШЕННИЧН. | 32,76 | 32,76 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 1,98 | 1,98 | 0 | 0 | 1,9 | 7,7 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,62 | 1,62 | 0 | 1,3 | 0 | 11,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,05 шт. | 1,62 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,4 |
| ДРОЖОЖИ | 0,96 | 0,96 | 0,1 | 0 | 0 | 0,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 13,8 | 13,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПОВИДЛО | 19,98 | 19,98 | 0,1 | 0 | 12,8 | 51,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 0,18 | 0,18 | 0 | 0,2 | 0 | 1,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 0,01 шт. | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0,4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТ. | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. | 75 | 75 | 2,1 | 1,8 | 3,5 | 39,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 2,7 | 3,5 | 26,1 | 147,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1261 | | 30,0 | 37,5 | 112,0 | 905,9 |



[Handwritten signature]

Ясли 10 часов 30 минут

ДЕНЬ 10

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | 170 | 4,9 | 4,5 | 15,9 | 123,8 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 13,6 | 13,6 | 1,5 | 0,2 | 9 | 43,9 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 3,4 | 3,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% | 119 | 119 | 3,4 | 2,9 | 5,5 | 62,4 |
| САХАР ПЕСОК | 1,36 | 1,36 | 0 | 0 | 1,4 | 5,2 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,7 | 1,7 | 0 | 1,4 | 0 | 12,3 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 30 | | 4,1 | | 37,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ" | 25 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 150 | 2,6 | 2,2 | 11,2 | 75,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 40 | 40 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% | 92 | 92 | 2,6 | 2,2 | 4,3 | 48,2 |
| | | | 7,5 | 10,8 | 27,1 | 237,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 110 | | | | |
| СОК | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Обед | | | | | | |
| БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | | 150 | 2,4 | 3,9 | 8,7 | 81,8 |
| СВЕКЛА | 30 | 22,5 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 19,95 | 12,97 | 0,3 | 0,1 | 2 | 9,7 |
| ФАСОЛЬ | 6 | 6 | 1,3 | 0,1 | 2,7 | 17,4 |
| МОРКОВЬ | 9,45 | 7,09 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,2 | 6,05 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | | 28 | | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|-------------|----------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ХЛЕБ "БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | | | | | |
| ХЛЕБ "ВИЛИНСКИЙ | 32 | 32 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САЛАТ «ЛЕТНИЙ» | 40 | | 1,5 | 0,2 | 9 | 43,9 |
| КАРТОФЕЛЬ МОЛОДОЙ | 13,84 | 11,08 | 0,23 | 0,3 | 10 | 47,0 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 14,12 | 12 | 0,5 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| ОГУРЕЦ ГРУНТОВОЙ | 15 | 12 | 0,12 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ | 5 | 4 | 3,06 | 7,3 | 0,1 | 101,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 | 2 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 150 | | | | 14,6 | 58,1 |
| СВЕЖИЕ ЯГОДЫ (СМЕСЬ) | 22,95 | 22,95 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 14,6 | 58,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 129,75 | 129,75 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 120 | | 20,80 | 5,33 | 18,50 | 205,00 |
| КАПУСТА СВЕЖАЯ БЕЛОКОЧАННАЯ | 90 | 72 | 0,23 | 0,3 | 10 | 47,0 |
| ГОВЯДИНО МЯСО (КОТЛЕТНОЕ) | 61 | 45 | 0,5 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 6 | 17(ОТВ.) | 0,12 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | 0,5 | 0,8 | 1,4 | 0,5 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3 | 3 | 3,06 | 7,3 | 0,1 | 101,3 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ | 0,1 ШТ | 4 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| МАССА ПОЛУФАБРИКАТА | - | 145 | 7,8 | 0,5 | 0 | 35,3 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ | 20 | | 0,35 | 0,93 | 0,26 | 16,02 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 1,3 | 0,1 | 2,7 | 17,4 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 1,5 | 1,5 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 15 | 15 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,5 |
| | | | 13,8 | 18,7 | 35,5 | 366,9 |
| Полдник | | | | | | |
| ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА | 80 | | 11,12 | 8,48 | 18,43 | 195,2 |
| ТВОРОГ 9% | 47,08 | 46,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 17,6 | 17,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4,8 | 4,8 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ | 6,4 | 6,4 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% | 19,2 | 19,2 | 0,3 | 0,3 | 0,6 | 6,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 3,2 | 3,2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| МОЛОКО СГУЩЕНОЕ | 10 | | | | | |
| МОЛОКО СГУЩЕНОЕ | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | | | | 7,0 | 28,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
| ЛИМОН | 4 | 2,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 157 | 157 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| | | | 0,8 | 2,7 | 10,5 | 69,9 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1240 | | 22,1 | 32,2 | 73,1 | 673,8 |

Итого за 10 дней

| | ЯСЛИ | | | | эн.цен |
|---------|-----------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| | выход | белки | жиры | углеводы | |
| 1 день | 1 330,00 | 27,20 | 42,70 | 106,40 | 921,50 |
| 2 день | 1 301,00 | 17,70 | 28,20 | 91,90 | 695,30 |
| 3 день | 1 183,80 | 24,50 | 36,10 | 77,10 | 741,80 |
| 4 день | 1 320,00 | 17,10 | 27,20 | 78,20 | 628,20 |
| 5 день | 1 260,00 | 27,80 | 37,90 | 114,30 | 914,20 |
| 6 день | 1 365,00 | 31,30 | 40,80 | 80,90 | 816,90 |
| 7 день | 1 262,00 | 14,60 | 32,70 | 105,60 | 790,00 |
| 8 день | 1 300,00 | 19,70 | 32,20 | 106,60 | 799,50 |
| 9 день | 1 261,00 | 30,00 | 37,50 | 112,00 | 905,90 |
| 10 день | 1 240,00 | 22,10 | 32,20 | 73,10 | 673,80 |
| | 9 008,00 | 162,60 | 240,50 | 670,70 | 5 528,50 |