

«Утверждаю»

Заведующий МДОУ д/с «Росинка»

/ И.С. Чеканова

Пр. №

от

13 марта 2015 г.

«13» 03 2015 г.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «РОСИНКА»
ГОРОДА БАЛАШОВА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

с 1,5 до 3 лет

с 3 до 6 лет

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
1	<u>ЗАВТРАК</u>										
№88	Каша гречневая молочная	160,00	170,00	4,30	6,53	3,60	7,03	13,20	38,78	230,10	244,92
№263	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,93	29,02	37,40
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,97	3,97	0,02	0,02	37,40	37,40
ИТОГО		350,00	400,00	5,88	8,48	8,05	11,60	31,86	62,13	347,32	383,22
<u>2-й ЗАВТРАК</u>											
	Напиток из плодов шиповника	100,00		0,68				21,01		46,87	
ИТОГО		100,00	0,00	0,68	0,00	0,00	0,00	21,01	0,00	46,87	0,00
<u>ОБЕД</u>											
№121	Борщ со сметаной	150,00	200,00	2,21	3,00	1,98	2,63	10,20	13,47	69,21	89,53
№180	Плов из отварной курицы	120,00	170,00	9,02	12,02	16,21	17,44	12,40	15,21	230,11	260,10
№241	Компот из сухофруктов	150,00	170,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,30	45,00	60,00
ИТОГО		460,00	600,00	13,64	18,60	18,50	20,52	51,49	66,60	426,52	510,95
<u>ПОЛДНИК</u>											
№253	Кофейный напиток на молоке	180,00	200,00	2,41	3,79	2,91	3,19	18,61	19,71	100,01	118,69
	Печенье	20,00	50,00	1,15	2,31	2,12	4,81	9,21	9,44	121,10	146,30
ИТОГО		200,00	250,00	3,56	6,10	5,03	8,00	27,82	29,15	221,11	264,99
<u>УЖИН</u>											
№23	Салат картофельный с зеленым горошком	170,00	210,00	3,81	4,56	16,91	17,07	15,45	16,14	210,50	235,50
№263	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,93	29,02	37,40
	Батон	20,00	40,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,69	11,40	40,80	53,30
ИТОГО		390,00	450,00	5,07	6,29	17,19	17,97	32,10	37,47	280,32	326,20
ИТОГО		1500,00	1700,00	28,84	39,47	48,77	58,09	164,28	195,35	1322,14	1485,36

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
2	5										
№85	Каша «Боярская»	160,00	170,00	6,90	7,20	6,18	8,21	18,28	20,81	210,03	231,58
№263	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	4,00	4,00	29,34	29,34
ИТОГО		350,00	400,00	8,48	9,15	9,96	12,11	40,92	48,16	319,19	361,22
2-й ЗАВТРАК											
	Сок яблочный	100,00	100,00	0,40	0,40			9,80	9,80	42,00	42,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	9,80	9,80	42,00	42,00
ОБЕД											
№27	Суп с клецками	150,00	180,00	4,61	4,97	6,89	7,17	15,86	18,63	150,69	171,32
	Салат витаминный	30,00	40,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
№161	Котлета мясная	50,00	60,00	6,82	7,60	6,97	7,98	19,58	22,27	164,80	179,96
№194	Макаронные изделия отварные	100,00	120,00	4,06	5,44	0,42	0,59	37,29	43,36	160,26	174,38
№241	Компот из сухофруктов	160,00	170,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,30	45,00	60,00
ИТОГО		530,00	590,00	18,23	21,92	16,99	18,59	102,00	122,56	627,67	711,70
ПОЛДНИК											
№261	Чай с молоком	150,00	200,00	2,12	2,79	2,40	2,55	12,91	13,27	85,20	87,25
№39	Гренка с сыром	50,00	50,00	4,90	5,20	5,00	5,30	18,10	19,60	135,90	146,90
ИТОГО		200,00	250,00	7,02	7,99	7,40	7,85	31,01	32,87	221,10	234,15
УЖИН											
№77	Овощное рагу	180,00	230,00	3,20	3,72	12,21	14,78	21,91	22,57	201,12	234,99
№263	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	20,00	30,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,68	11,40	40,80	53,30
ИТОГО		400,00	460,00	4,46	5,45	12,49	15,68	38,55	43,92	270,94	325,69
ИТОГО		1580,00	1800,00	38,60	44,91	46,84	54,23	222,28	257,31	1480,90	1674,76

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
3	<u>ЗАВТРАК</u>										
№192	Суп молочный с крупой	160,00	180,00	4,12	6,81	5,24	8,46	12,30	20,40	109,96	180,77
№263	Чай с сахаром	150,00	180,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Батон	30,00	30,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
	Сыр	7,00	7,00	1,80	2,40	1,70	2,40			24,00	24,00
	Масло сливочное 72,5%	3,00	3,00	0,02	0,02	2,48	2,48	0,03	0,03	24,44	24,44
ИТОГО		350,00	400,00	7,50	11,16	9,90	13,94	30,97	43,78	238,22	329,51
<u>2-й ЗАВТРАК</u>											
	Фрукты (яблоко)	95,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО		95,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
<u>ОБЕД</u>											
	Салат витаминный	30,00	40,00	0,20	0,57	4,90	5,67	4,91	5,77	68,81	70,97
№34	Свекольник	160,00	180,00	5,35	7,08	9,24	12,10	12,40	18,60	163,80	209,06
	Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
№134	Рыбные котлеты	60,00	70,00	0,79	1,10	6,35	8,20	4,48	6,38	77,60	102,60
№191	Рис отварной	90,00	120,00	4,96	5,18	0,44	0,63	28,20	31,50	177,01	188,40
№241	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	57,80
ИТОГО		540,00	660,00	14,04	17,84	23,64	29,45	79,26	100,56	639,14	754,87
<u>ПОЛДНИК</u>											
№255	Молоко	170,00	200,00	1,30	1,40	1,50	1,60	16,21	17,35	70,11	89,32
	Батон	30,00	50,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	53,30
ИТОГО		200,00	250,00	2,84	3,30	1,98	2,20	26,89	30,75	120,91	142,62
<u>УЖИН</u>											
№262	Сырники из творога	180,00	200,00	14,44	16,81	6,81	7,48	25,01	29,59	220,01	340,50
№224	Соус молочный	50,00	50,00	1,17	1,27	2,40	2,67	8,00	8,16	58,00	61,00
№263	Чай с сахаром	170,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
ИТОГО		400,00	450,00	15,63	18,11	9,21	10,15	40,97	47,70	307,03	438,50
ИТОГО		1585,00	1860,00	40,42	50,81	44,73	55,74	189,39	234,09	1351,30	1711,50

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
4	ЗАВТРАК										
№91	Каша пшеничная	160,00	170,00	7,89	9,80	11,82	13,94	39,81	41,73	320,20	331,60
№263	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,31	29,31
ИТОГО		350,00	400,00	9,47	11,75	15,60	17,84	58,49	65,12	429,33	461,61
2-й ЗАВТРАК											
	Фрукты (яблоко)	100,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
ОБЕД											
№137	Щи на мясном бульоне	150,00	200,00	3,97	4,32	7,98	8,63	11,36	12,69	170,26	174,15
	Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
№161	Мясные биточки	50,00	60,00	9,68	11,04	8,35	10,72	8,04	9,27	172,05	161,64
№194	Макаронные изделия отварные/	70,00		3,68		3,53		23,55		140,73	
№107	Гороховое пюре		120,00		11,59		3,39		26,85		212,12
№241	Компот из сухофруктов	130,00	150,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,43	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		450,00	600,00	20,07	30,84	22,57	25,59	72,22	87,12	634,96	733,95
ПОЛДНИК											
	Кисель	170,00	200,00	0,70	0,80			15,00	19,00	78,00	84,00
	Печенье	30,00	50,00	4,90	6,12	3,86	3,90	25,76	32,20	154,40	193,00
ИТОГО		200,00	250,00	5,60	6,92	3,86	3,90	40,76	51,20	232,40	277,00
УЖИН											
№106	Плов вегетарианский с сухофруктами	200,00	220,00	5,00	5,78	10,72	12,26	69,15	81,65	180,00	210,00
	Батон	20,00	30,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,68	11,40	40,80	53,30
№263	Чай с сахаром	180,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
ИТОГО		400,00	450,00	6,26	7,51	11,00	13,16	85,79	103,00	249,82	300,70
ИТОГО		1500,00	1800,00	41,81	57,42	53,03	60,49	268,56	317,74	1592,51	1819,26

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
5	<u>ЗАВТРАК</u>										
№93	Каша рисовая молочная	160,00	170,00	6,91	7,36	7,16	8,90	25,17	27,90	205,01	212,38
№263	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34
ИТОГО		350,00	400,00	8,49	9,31	10,94	12,80	43,85	51,29	314,17	342,02
<u>2-й ЗАВТРАК</u>											
	Сок яблочный	100,00		0,40				9,80		42,00	
	Кисель витаминизированный		100,00						94,00		95,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,00	0,00	0,00	9,80	94,00	42,00	95,00
<u>ОБЕД</u>											
№119	Суп с бобовыми на курином бульоне		180,00		4,10		4,28		12,90		106,00
№38	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	150,00		1,97		2,13		15,96		94,56	
№172	Курица в соусе с томатом	60,00	70,00	17,21	18,56	18,91	20,72	4,20	5,77	251,00	283,79
№186	Гречневая каша	80,00	110,00	11,34	15,20	2,34	3,12	61,20	81,60	206,10	394,80
№241	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		480,00	600,00	32,93	41,44	23,69	28,57	110,25	138,20	678,86	945,91
<u>ПОЛДНИК</u>											
№294	Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом	60,00	70,00	2,71	3,49	2,29	2,92	12,96	14,67	85,20	127,29
№261	Чай с молоком	140,00	180,00	1,12	2,73	2,40	2,55	12,91	13,27	85,20	87,25
ИТОГО		200,00	250,00	3,83	6,22	4,69	5,47	25,87	27,94	170,40	214,54
<u>УЖИН</u>											
	Запеканка манная,рисовая ,пшениная	180,00	220,00	4,99	6,65	5,71	7,64	21,11	28,15	155,00	206,00
№263	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Батон	20,00	30,00	3,75	3,75	5,90	5,90	37,20	37,20	40,80	53,30
ИТОГО		400,00	450,00	8,76	10,43	11,61	13,54	66,27	75,30	224,82	296,30
ИТОГО		1530,00	1800,00	54,42	67,40	50,93	60,38	256,04	386,73	1430,25	1893,77

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
6	<u>ЗАВТРАК</u>										
№86	Каша геркулесовая молочная	160,00	170,00	6,80	7,04	7,15	8,21	29,13	35,13	220,15	246,17
№263	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34
ИТОГО		350,00	400,00	8,38	8,99	10,93	12,11	47,81	58,52	329,31	376,01
<u>2-й ЗАВТРАК</u>											
	Напиток из плодов шиповника	100,00	100,00	0,40	0,40			9,80	9,80	42,00	42,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	9,80	9,80	42,00	42,00
<u>ОБЕД</u>											
№336	Рассольник	160,00	200,00	5,35	7,08	9,24	12,10	15,40	18,68	163,80	209,00
	Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
№174	Тефтели из говядины с рисом	60,00	70,00	8,90	9,16	12,01	12,53	8,08	9,46	170,10	196,14
№215	Свекла тушеная	60,00	80,00	0,58	1,59	2,89	3,71	10,06	11,95	69,58	87,42
№241	Компот из сухофруктов	120,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,93	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		450,00	600,00	17,52	21,74	26,85	31,19	62,81	78,40	555,40	678,60
<u>ПОЛДНИК</u>											
№248	Какао	150,00	180,00	3,91	4,85	4,91	5,04	38,91	42,73	171,11	195,71
№274	Булочка домашняя	50,00	70,00	3,01	3,29	6,81	7,07	23,12	27,67	162,12	171,38
ИТОГО		200,00	250,00	6,92	8,14	11,72	12,11	62,03	70,40	333,23	367,09
<u>УЖИН</u>											
№104	Макароны отварные с кабачковой икрой	180,00	220,00	5,11	6,80	8,21	9,32	38,05	40,12	250,00	271,56
№263	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	20,00	30,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
ИТОГО		400,00	450,00	6,67	8,73	8,69	9,92	56,69	63,47	329,82	372,46
ИТОГО		1500,00	1800,00	39,90	48,00	58,19	65,33	239,14	280,59	1589,76	1836,16

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
7	ЗАВТРАК										
№43	Суп молочный с макаронными изделиями	160,00	180,00	6,03	6,85	8,50	10,80	17,20	20,40	164,80	203,80
№263	Чай с сахаром	150,00	180,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Сыр	7,00	7,00	1,80	2,40	1,70	2,40			24,00	24,00
	Батон	30,00	30,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
	Масло сливочное 72,5%	3,00	3,00	0,02	0,02	2,48	2,48	0,03	0,03	24,44	24,44
ИТОГО		350,00	400,00	9,41	11,20	13,16	16,28	35,87	43,78	293,06	352,74
2-й ЗАВТРАК											
	Фрукты (яблоко) / Напиток витаминный	100,00		0,40				11,30		46,00	
			100,00						97,00		95,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,00	0,00	0,00	11,30	97,00	46,00	95,00
ОБЕД											
№9	Салат из моркови	30,00	40,00	0,48	0,57	4,90	5,64	4,21	5,19	51,20	68,40
№41	Суп "Снежок" с мясом птицы	150,00	180,00	5,30	6,53	7,20	7,85	13,98	18,20	167,00	201,20
№120	Печеночные оладьи	60,00	70,00	19,40	29,40	8,00	9,30	7,00	7,80	186,00	192,00
№206	Картофель отварной	90,00	120,00	3,98	4,26	7,96	8,08	30,06	31,12	192,50	212,07
№241	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		520,00	650,00	31,07	44,34	28,37	31,32	84,14	100,24	723,90	834,99
ПОЛДНИК											
№248	Кофейный напиток на молоке	170,00	200,00	2,71	5,79	3,80	4,19	19,61	20,71	115,50	123,70
	Сушарик	30,00	50,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
ИТОГО		200,00	250,00	4,25	7,69	4,28	4,79	30,29	34,11	166,30	187,20
УЖИН											
№132	Вареники ленивые	220,00	250,00	14,52	17,16	7,70	9,10	15,18	17,94	190,30	224,90
№263	Чай с сахаром	180,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
ИТОГО		400,00	450,00	14,54	17,19	7,70	9,10	23,14	27,89	219,32	262,30
ИТОГО		1570,00	1850,00	59,68	80,42	53,51	61,49	184,74	303,02	1448,58	1732,23

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
8	<u>ЗАВТРАК</u>										
№300	Яйцо отварное	50,00	50,00	6,45	6,45	5,80	5,80	6,40	6,40	80,00	80,00
№253	Кофейный напиток на молоке	200,00	220,00	2,41	3,79	2,91	3,19	18,61	19,71	100,01	118,69
	Батон	30,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
	Сыр	10,00	15,00	3,78	4,20	3,90	4,90	0,00	0,00	72,68	74,20
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34
ИТОГО		295,00	330,00	14,20	16,36	16,39	17,79	35,73	39,55	332,83	365,73
<u>2-й ЗАВТРАК</u>											
	Фрукты (яблоко)	100,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
<u>ОБЕД</u>											
№47	Суп лапша по домашнему с курицей	160,00	180,00	3,95	5,32	6,30	8,80	12,68	16,01	122,76	163,83
№2887	Жаркое по домашнему с мясом	150,00	180,00	22,80	24,70	18,90	19,08	26,15	28,29	298,01	300,02
№241	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		500,00	600,00	28,66	33,60	25,51	28,33	67,72	82,23	547,97	625,17
<u>ПОЛДНИК</u>											
	Йогурт	200,00	250,00	4,70	5,00	2,90	3,20	2,80	3,50	64,00	66,00
№1309	Булочка "Веснушка"	50,00	60,00	4,01	4,21	400,00	4,41	33,00	35,30	170,10	190,30
ИТОГО		250,00	310,00	8,71	9,21	402,90	7,61	35,80	38,80	234,10	256,30
<u>УЖИН</u>											
№1	Венигрет	200,00	220,00	0,91	1,89	13,10	15,21	11,21	12,48	180,36	193,89
№263	Чай с сахаром	170,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	30,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
ИТОГО		400,00	460,00	2,47	3,82	13,58	15,81	29,85	35,83	260,18	294,79
ИТОГО		1545,00	1800,00	54,44	63,39	458,38	69,54	180,40	207,71	1421,08	1587,99

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
9	ЗАВТРАК										
№172	Каша молочная «Дружба»	160,00	170,00	3,35	4,44	3,80	5,20	15,60	24,20	106,40	156,40
№269	Чай с молоком	150,00	185,00	1,89	1,95	2,21	5,00	11,98	13,91	84,20	125,29
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34
ИТОГО		350,00	400,00	6,80	8,31	9,79	14,10	38,30	51,55	270,74	374,53
2-й ЗАВТРАК											
	Сок фруктовый	100,00	100,00	0,40	0,40			9,80	9,80	42,00	42,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	9,80	9,80	42,00	42,00
ОБЕД											
№35	Суп из овощей на курином бульоне	160,00	200,00	1,97	2,23	22,13	25,28	17,41	19,56	94,56	99,47
№138	Рыба запеченная в омлете	70,00	80,00	13,80	14,90	8,21	9,27	3,79	4,48	140,15	160,95
№21	Салат из свеклы с солёным огурцом	30,00	80,00	0,42	0,63	4,81	5,04	3,79	3,88	59,80	63,40
№241	Компот из сухофруктов	150,00	200,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		450,00	620,00	18,10	21,34	35,46	40,04	53,88	65,85	421,71	485,14
ПОЛДНИК											
№100	Какао	150,00	200,00	3,91	4,85	4,01	5,04	38,01	42,73	181,11	195,71
№270	Вафля	30,00	30,00	3,01	3,29	6,81	7,07	23,12	27,67	162,12	171,38
ИТОГО		180,00	200,00	6,92	8,14	10,82	12,11	61,13	70,40	343,23	367,09
УЖИН											
№127	Творожно-рисовый пудинг	180,00	200,00	8,30	11,96	4,91	5,38	23,21	28,81	221,10	257,68
№221	Соус молочный	40,00	50,00	1,17	1,27	2,40	2,67	3,00	8,16	58,00	61,00
№263	Чай с сахаром	180,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
ИТОГО		400,00	450,00	9,49	13,26	7,31	8,05	34,17	46,92	308,12	356,08
ИТОГО		1480,00	1770,00	41,71	51,45	63,38	74,30	197,28	244,52	1385,80	1624,84

День, № ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
10	<u>ЗАВТРАК</u>										
№98	Каша манная молочная	160,00	170,00	4,48	5,12	5,94	6,62	31,00	32,64	200,30	210,30
№263	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,30	29,30
ИТОГО		350,00	400,00	6,06	7,07	9,72	10,52	49,68	56,03	309,42	340,30
<u>2-й ЗАВТРАК</u>											
	Фрукты (яблоко)	100,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО		100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
<u>ОБЕД</u>											
№42	Суп крестьянский	160,00	200,00	1,18	2,18	7,36	8,50	11,27	12,72	135,47	138,47
	Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
№150	Ленивые голубцы с мясом	110,00	180,00	5,89	6,56	6,02	6,64	3,98	4,93	98,00	106,21
№241	Компот из сухофруктов	130,00	150,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО		450,00	600,00	9,31	12,65	16,09	17,99	44,52	55,96	385,39	430,72
<u>ПОЛДНИК</u>											
№262	Чай с молоком	170,00	200,00	2,12	2,73	2,40	2,55	12,46	14,67	85,20	127,24
	Печенье	30,00	30,00	4,90	6,12	3,86	3,90	25,76	32,20	154,40	193,00
ИТОГО		200,00	230,00	7,02	8,85	6,26	6,45	38,22	46,87	239,60	320,24
<u>УЖИН</u>											
№88	Вермишель с тушеными овощами	180,00	220,00	2,12	2,73	2,40	2,55	12,46	14,67	85,20	127,24
№263	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	20,00	30,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,68	11,40	40,80	53,30
ИТОГО		400,00	450,00	3,38	4,46	2,68	3,45	29,10	36,02	155,02	217,94
ИТОГО		1500,00	1780,00	26,18	33,43	34,75	38,41	172,82	206,18	1135,43	1355,20