

Заведующий



Утверждаю:

Козлова О.П.

Приказ от «12» января 2026 № 23-ОД

**Утвержденное примерное
20-ти дневное меню на
осенне-зимний период по
МАДОУ – детский сад № 366**

МЕНЮ 1 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н043	1	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200.00	4.58	5.98	21.04	138.66	150.00	3.83	4.48	18.78	126.49
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	90.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	452.00	11.12	12.35	52.77	378.72	361.00	8.57	9.47	40.94	283.87
7.031	5	Сок	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.24/1/3	6	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом	50.00	0.56	3.73	7.19	66.46	30.00	0.33	2.23	4.30	39.87
7.н086-4 7.н086-7	7	Суп гороховый со сметаной	200.00	4.00	2.88	25.80	111.68	150.00	3.08	2.70	19.12	89.19
7.20/8/3 7.20/8/2	8	Тефтели из мяса говядины	70.00	9.63	8.87	7.52	174.97	50.00	7.29	6.27	5.06	124.99
7.10/3/2	9	Морковь тушеная	130.00	1.80	4.98	13.62	118.04	130.00	1.80	4.98	13.62	118.04
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	670.00	19.05	21.18	91.46	630.92	540.00	14.87	16.72	71.12	496.19
		Уплотненный полдник										
7.082-3	12	Снежок	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16
7.н039/1 7.н039/2	13	Запеканка творожная	200.00	8.30	12.08	14.99	149.21	150.00	4.49	8.77	8.43	102.83
7.308/6 7.308	14	Печенье	30.00	1.12	1.56	23.04	107.40	20.00	0.98	1.04	12.36	61.60
7.351	15	Сгущенное молоко	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.35	18.57	80.10	549.10	400.00	13.06	14.83	65.86	480.02
		Итого за день	1,677.00	47.02	52.20	234.43	1,604.74	1,401.00	37.00	41.12	188.02	1,306.08

МЕНЮ 2 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н043	1	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150.00	3.41	3.93	15.15	105.61	150.00	3.41	3.93	15.15	105.61
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.81	12.50	52.70	371.03	361.00	8.49	10.18	40.68	287.28
7.031	5	Сок	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
4.20/1	6	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50.00	0.29	1.41	5.14	58.11	30.00	0.21	0.93	3.17	24.87
7.170	7	Суп из овощей со сметаной	180.00	1.47	1.92	6.83	89.02	150.00	0.92	1.31	5.37	65.85
7.н070-2	8	Жаркое по-домашнему с мясом кури	200.00	14.18	17.15	42.64	335.95	180.00	11.50	13.73	35.97	292.35
4.6/10 7.6/10/1,	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	8.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	19.00	21.20	91.94	642.85	540.00	15.00	16.51	71.53	507.17
		Уплотненный полдник										
7.354/2	11	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	6.81	20.42	150.00	0.00	0.00	5.10	15.30
4.11/7	12	Тефтели рыбные в соусе	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	150.00	6.98	8.01	9.08	158.24
7.12/7/4	13	Тефтели рыбные с рисом в соусе	150.00	10.98	13.31	22.08	268.24	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.052 7.051	14	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.181-2	15	Пирожок с капустой	80.00	1.48	4.29	24.71	136.06	70.00	1.19	6.02	20.02	113.92
		Итого за прием	455.00	16.26	18.05	78.62	540.22	400.00	12.63	14.57	62.22	426.06
		Итого за день	1,607.00	46.57	51.85	233.36	1,600.10	1,401.00	36.62	41.36	184.53	1,266.51

МЕНЮ 3 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.4/4/1 7.4/4/2	1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180.00	4.22	4.58	15.98	103.74	150.00	3.33	2.94	13.65	95.95
4.14/10	2	Какао с молоком	180.00	2.12	2.22	15.56	107.52	180.00	2.12	2.22	15.56	107.52
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	412.00	10.84	12.35	52.91	360.56	361.00	8.41	9.48	41.28	280.64
7.346	5	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
4.30/1	6	Салат из отвар. картофеля, моркови с реп. луком, сол. огурцом с раст. маслом	50.00	1.74	6.77	12.54	121.59	30.00	1.04	4.06	7.52	72.95
7.264	7	Суп крестьянский со сметаной	200.00	1.82	4.50	21.54	96.86	150.00	1.37	3.38	18.66	72.64
7.н114/1 7.н114/2	8	Котлета из мяса кури	70.00	9.81	4.87	3.78	162.41	60.00	7.66	4.66	2.65	133.95
7.н76с 7.н76с/2	9	Тушеная капуста	130.00	2.54	4.18	16.56	94.23	120.00	2.34	3.85	13.15	87.01
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	670.00	18.97	21.04	91.75	634.86	540.00	14.78	16.49	71.00	490.65
		Уплотненный полдник										
7.н039/1 7.н039/2	12	Запеканка творожная	200.00	8.30	12.08	14.99	149.21	150.00	4.19	8.77	7.43	92.83
7.185	13	Повидло	20.00	0.10	0.00	13.31	50.40	15.00	0.04	0.00	8.98	27.80
7.403/7 7.403/10	14	Биокефир	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80
7.277	15	Вафли	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.20	18.13	78.97	540.91	405.00	12.69	14.91	70.08	485.03
		Итого за день	1,637.00	46.36	51.87	234.01	1,575.93	1,401.00	36.21	41.21	192.22	1,293.94

МЕНЮ 4 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н043	1	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200.00	5.88	6.58	26.10	207.48	150.00	4.41	4.94	19.58	155.61
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	452.00	13.28	15.15	63.65	472.90	361.00	9.49	11.19	45.11	337.28
7.346	5	Яблоко	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
4.27/1	6	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репч. лука и растительным маслом	50.00	0.95	3.09	10.91	69.21	30.00	0.57	1.85	7.75	41.52
7.18/2/3 7.18/2/2	7	Суп картофельный с макаронными изделиями	180.00	1.16	0.97	21.82	76.00	150.00	0.91	0.83	15.86	65.01
7.1/9 7.1/9/2	8	Мясо кур отварное	70.00	12.54	13.67	2.01	233.66	50.00	9.82	9.17	0.58	166.90
7.н113/1	9	Тушеная свекла со сметаной	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	120.00	2.03	4.43	18.00	100.16
7.16/3/2	10	Свекла тушеная в сметанном соусе	130.00	1.18	3.17	19.38	93.49	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
4.6/10 7.6/10/1,	11	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.97	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	19.79	21.62	91.45	632.13	530.00	15.30	16.82	71.21	497.69
		Уплотненный полдник										
7.9/7/3	13	Рыба порционная запеченная в молочном соусе	100.00	7.09	7.84	5.33	119.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.355	14	Биточки рыбные	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	60.00	3.80	5.59	2.40	57.55
4.79	15	Молоко	200.00	3.60	6.40	9.40	106.00	180.00	3.03	5.05	5.68	84.23
7.1/3/3	16	Картофель отварной	100.00	1.04	2.76	15.94	102.24	100.00	1.04	2.76	15.94	102.24
7.209-1	17	Пряник	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00
7.052 7.051	18	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.97	18.29	79.00	547.76	400.00	13.77	14.78	75.35	487.62
		Итого за день	1,657.00	50.39	55.41	244.48	1,692.39	1,386.00	38.89	43.12	201.53	1,360.21

МЕНЮ 5 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н026	1	Каша из гречи и риса ("Дружба") со слив. маслом	200.00	4.42	4.64	20.50	158.00	150.00	3.91	4.51	18.71	130.93
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	83.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	452.00	10.96	12.01	52.23	391.06	361.00	8.65	9.50	40.87	288.31
7.090-1	5	Апельсин	100.00	0.63	0.14	7.21	28.00	95.00	0.59	0.13	6.84	26.60
		Итого за прием	100.00	0.63	0.14	7.21	28.00	95.00	0.59	0.13	6.84	26.60
		Обед										
7.367 7.367-2	6	Огурец консервированный	50.00	0.38	0.04	2.09	6.50	30.00	0.23	0.03	1.66	3.90
7.н136-1 7.2/2/2	7	Борщ вегетарианский со сметаной	180.00	0.56	4.08	20.92	89.58	150.00	0.43	2.10	18.22	56.90
4.35/8 7.35/8/1	8	Суфле из печени	70.00	13.02	12.37	11.12	146.97	50.00	9.44	11.19	6.52	107.84
7.64с/3 7.3/3/2	9	Картофельное пюре	130.00	2.65	4.04	19.96	233.90	110.00	2.25	2.87	18.11	205.57
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	8.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	19.67	21.25	91.42	636.72	520.00	14.72	16.73	71.53	498.31
		Уплотненный полдник										
7.н038	12	Омлет натуральный	80.00	5.28	5.75	2.01	124.60	60.00	3.71	3.86	1.51	83.44
7.10/3/3	13	Морковь тушеная	100.00	0.39	2.60	8.48	70.80	100.00	0.39	2.60	8.48	70.80
2021/12/12 2021/12/12/ 1.	14	Булочка "Ягодка"	75.00	2.44	5.36	20.83	104.47	60.00	1.15	3.69	10.86	69.58
7.052 7.051	15	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.270/1/5 7.270/1/8	16	Биойогурт	180.00	4.40	4.40	24.20	153.40	150.00	3.50	3.50	13.50	101.50
		Итого за прием	460.00	16.31	18.56	80.54	568.77	400.00	13.21	14.19	62.37	463.92
		Итого за день	1,662.00	47.57	51.96	231.40	1,624.55	1,376.00	37.17	40.55	181.61	1,277.14

МЕНЮ 6 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.6/4/2	1	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150.00	4.28	5.63	20.47	123.21	150.00	4.28	5.63	20.47	123.21
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	90.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.82	12.00	52.20	363.27	361.00	9.02	10.62	42.63	280.59
7.031	5	Сок	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.143/4 7.143/3	6	Салат из отварной свеклы с чесноком	50.00	0.73	2.69	11.39	38.04	30.00	0.42	1.40	4.23	21.66
4.9/2 7.9/2/2	7	Рассольник со сметаной	180.00	1.29	7.55	19.48	170.36	150.00	1.01	7.13	17.92	128.63
7.20/8/3 7.20/8/2	8	Тефтели из мяса говядины	70.00	9.63	8.87	7.52	174.97	50.00	7.29	6.27	5.06	124.99
7.36/3/2	9	Гарнир овощной сборный	130.00	4.24	1.20	15.82	90.97	130.00	4.24	1.20	15.82	90.97
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	18.95	21.03	91.54	634.11	540.00	15.33	16.54	72.05	490.35
		Уплотненный полдник										
7.082-3	12	Снежок	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16
7.н039/1 7.н039/2	13	Запеканка творожная	200.00	8.30	12.08	14.99	149.21	150.00	4.49	8.77	8.43	102.83
7.308/6 7.308	14	Печенье	30.00	1.12	1.56	23.04	107.40	20.00	0.98	1.04	12.36	61.60
7.351	15	Сгущенное молоко	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.35	18.57	80.10	549.10	400.00	13.06	14.83	65.86	480.02
		Итого за день	1,607.00	46.62	51.70	233.94	1,592.48	1,401.00	37.91	42.09	190.64	1,296.96

МЕНЮ 7 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.16/4/2	1	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150.00	3.40	3.43	15.09	101.57	150.00	3.40	3.43	15.09	101.57
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.80	12.00	52.64	366.99	361.00	8.48	9.68	40.62	283.24
7.031	5	Сок	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.196	6	Салат из свеклы и моркови	50.00	0.73	1.63	6.50	41.77	30.00	0.44	0.82	3.25	20.88
7.018	7	Суп крестьянский на курином бульоне	200.00	1.24	4.58	11.74	120.34	150.00	1.35	3.45	8.78	75.36
7.6/9/2 7.6/9/1	8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом - курицы с овощами	200.00	14.06	14.32	36.00	308.50	180.00	10.63	11.74	32.28	270.25
4.6/10 7.6/10/1,	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	8.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	670.00	19.09	21.25	91.57	630.38	540.00	14.79	16.55	71.33	490.59
		Уплотненный полдник										
7.118/2 7.12/10/1	11	Чай с молоком	180.00	0.98	1.07	8.09	50.21	150.00	0.59	1.06	5.41	40.17
7.149с 7.355/1	12	Биточки рыбные	70.00	6.15	11.54	10.20	203.30	50.00	4.73	8.14	4.40	102.88
7.233 7.8/3/2	13	Тушеная капуста	130.00	1.01	2.45	15.05	69.58	120.00	0.66	1.67	6.70	60.44
7.052 7.051	14	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.14/12	15	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и курагой	60.00	4.54	3.08	20.52	108.97	60.00	4.54	3.08	20.52	108.97
		Итого за прием	465.00	16.48	18.59	78.88	547.56	410.00	14.98	14.49	65.05	451.06
		Итого за день	1,637.00	46.87	51.94	233.19	1,590.93	1,411.00	38.75	40.82	187.10	1,270.89

МЕНЮ 8 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
4.19/4 7.19/4/1	1	Каша пшенично-кукурузная	180.00	4.25	4.72	15.77	120.70	150.00	3.33	3.09	12.77	100.09
4.14/10	2	Какао с молоком	180.00	2.12	2.22	15.56	107.52	180.00	2.12	2.22	15.86	107.52
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	412.00	10.87	12.49	52.70	377.52	361.00	8.41	9.63	40.70	284.78
7.346	5	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
7.28/1/3 7.28/1/1	6	Салат из отвар. картофеля, моркови и репч. лука с раст.маслом	50.00	0.79	3.04	6.48	60.17	30.00	0.47	1.83	3.87	36.12
7.12/2/4 7.12/2/2	7	Суп картофельный со сметаной	180.00	1.20	3.26	29.14	165.35	150.00	0.99	2.59	23.44	121.51
7.н243	8	Голубцы ленивые в молочном соусе	230.00	13.92	14.65	18.57	272.34	180.00	10.89	11.47	15.75	213.14
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	680.00	18.97	21.67	91.52	657.63	540.00	14.72	16.43	72.08	494.87
		Уплотненный полдник										
7.н039/1 7.н039/2	12	Запеканка творожная	200.00	8.30	12.08	14.99	149.21	150.00	4.19	8.77	7.43	92.83
4.2/11	13	Соус молочный сладкий	20.00	0.47	0.81	12.69	49.91	20.00	0.47	0.81	11.49	49.91
7.403/7 7.403/10	14	Биокефир	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80
7.277	15	Вафли	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.57	18.94	78.35	540.42	410.00	13.12	15.72	72.59	507.14
		Итого за день	1,647.00	46.76	53.45	232.95	1,615.17	1,406.00	36.58	42.11	195.23	1,324.41

МЕНЮ 9 день												
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
4.2/4	1	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	150.00	3.60	3.45	14.66	100.94	150.00	3.60	3.45	14.66	100.94
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	11.00	12.02	52.21	366.36	361.00	8.68	9.70	40.19	282.61
7.346	5	Яблоко	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
4.32/1 7.32/1/1	6	Салат из отвар. картофеля с зеленым горошком и с растительным маслом	50.00	1.44	5.02	5.04	79.84	30.00	0.86	3.00	3.25	47.90
7.н145	7	Щи со сметаной	200.00	1.74	3.06	8.20	68.44	150.00	1.31	2.30	6.15	51.33
7.190	8	Гуляш из мяса кури	80.00	6.74	9.40	2.33	121.15	60.00	6.03	5.93	1.75	90.86
7.151-4 7.н151-1	9	Макаронные изделия отварные	130.00	5.09	3.01	39.46	211.20	120.00	4.63	4.94	31.01	188.04
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.97	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	680.00	18.97	21.21	92.36	640.40	540.00	14.80	16.71	71.18	502.23
		Уплотненный полдник										
7.61р/1	12	Суфле рыбное	80.00	7.12	11.46	2.62	150.54	60.00	5.61	8.26	1.96	101.90
7.074	13	Картофельное пюре	120.00	2.52	3.83	16.22	106.48	100.00	1.80	3.19	13.35	77.07
7.12/10/1 7.12/10	14	Чай с молоком	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	180.00	0.78	1.27	10.09	60.21
7.209-1	15	Пряник	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.20	18.00	78.39	544.42	400.00	14.09	14.10	76.73	482.78
		Итого за день	1,637.00	46.52	51.58	233.34	1,590.78	1,396.00	37.90	40.84	197.96	1,305.24

МЕНЮ 10 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.7/4/2	1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150.00	4.32	4.64	21.17	126.98	150.00	4.32	4.64	21.17	126.98
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	83.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.86	12.01	52.90	360.04	361.00	9.06	9.63	43.33	284.36
7.183-1	5	Банан	100.00	1.05	0.07	15.26	62.30	95.00	0.99	0.06	14.49	59.18
		Итого за прием	100.00	1.05	0.07	15.26	62.30	95.00	0.99	0.06	14.49	59.18
		Обед										
7.367 7.367-2	6	Огурец консервированный	50.00	0.38	0.04	2.09	6.50	30.00	0.23	0.03	1.66	3.90
7.5/2/3 7.5/2/2	7	Свекольник со сметаной	180.00	1.58	2.10	22.93	66.04	150.00	1.30	1.43	18.53	50.04
7.8/9/3 7.8/9/1	8	Суфле из мяса кур паровое	70.00	11.27	15.01	9.17	200.78	50.00	8.57	11.57	6.27	123.42
7.64с/3 7.3/3/2	9	Картофельное пюре	130.00	2.65	4.04	19.96	233.90	110.00	2.25	2.87	18.11	205.57
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	8.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	18.94	21.91	91.48	666.99	520.00	14.72	16.44	71.59	507.03
		Уплотненный полдник										
7.38/3/1 7.38/3/3	1	Морковная запеканка	155.00	3.81	5.75	10.88	72.33	130.00	2.21	3.84	7.88	34.43
7.107	2	Соус молочный	30.00	0.90	1.55	0.46	30.11	30.00	0.90	1.55	0.46	30.11
7.103/4	15	Манник	68.00	3.50	6.38	18.09	172.11	68.00	3.50	6.38	18.09	172.11
7.052 7.051	14	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.270/1/5 7.270/1/8	14	Биоюгурт	180.00	4.40	4.40	24.20	153.40	150.00	3.50	3.50	13.50	101.50
		Итого за прием	458.00	16.41	18.53	78.65	543.45	408.00	14.57	15.81	67.95	476.75
		Итого за день	1,610.00	47.26	52.52	238.29	1,632.78	1,384.00	39.34	41.94	197.36	1,327.32

МЕНЮ 11 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н027	1	Каша из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом	200.00	4.82	6.46	20.78	150.54	150.00	3.97	4.69	18.64	122.90
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	90.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	452.00	11.36	12.83	52.51	390.60	361.00	8.71	9.68	40.80	280.28
		10:00										
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.29/1/3 7.29/1/1	6	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол.огурцом раст. мас.	50.00	0.41	4.48	2.47	69.91	30.00	0.23	2.69	1.30	41.95
7.н086-4 7.н086-7	7	Суп гороховый со сметаной	200.00	4.00	2.88	25.80	111.68	150.00	3.08	2.70	19.12	89.19
7.36/8/2 7.36/8/1	8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	200.00	11.46	12.48	26.34	283.94	180.00	8.99	11.03	22.21	239.55
7.4/11/2	9	Соус молочный с овощами	20.00	0.39	1.20	1.48	20.11	20.00	0.39	1.20	1.48	20.11
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	690.00	19.32	21.76	93.42	645.41	560.00	15.06	18.16	73.13	514.90
		Уплотненный полдник										
7.082-3	12	Снежок	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16
7.н039/1 7.н039/2	13	Запеканка творожная	200.00	8.30	12.08	14.99	149.21	150.00	4.49	8.77	8.43	102.83
7.308/6 7.308	14	Печенье	30.00	1.12	1.56	23.04	107.40	20.00	0.98	1.04	12.36	61.60
7.351	15	Сгущеное молоко	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.35	18.57	80.10	549.10	400.00	13.06	14.83	65.86	480.02
		Итого за день	1,697.00	47.53	53.26	236.13	1,631.11	1,421.00	37.33	42.77	189.89	1,321.20

МЕНЮ 12 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.5/4/2	1	Каша манная молочная с маслом сливочным	150.00	3.40	3.58	15.31	107.33	150.00	3.40	3.58	15.31	107.33
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.80	12.15	52.86	372.75	361.00	8.48	9.83	40.84	289.00
		10:00										
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.31/1/3 7.31/1/1	6	Салат из отварного картофеля с репч. луком, сол. огурцом с раст. маслом	50.00	0.44	2.04	5.66	57.50	30.00	0.24	1.13	4.40	34.53
7.30/2/3 7.30/2/2	7	Уха рыбацкая	180.00	3.15	2.08	27.63	99.09	150.00	2.93	1.74	19.26	82.60
7.1/9 7.1/9/2	8	Мясо кур отварное	70.00	12.54	13.67	2.01	233.66	50.00	9.82	9.17	0.58	166.90
7.н113/1	9	Тушеная свекла со сметаной	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	120.00	2.03	4.43	18.00	100.16
7.16/3/2	10	Свекла тушеная в сметанном соусе	130.00	1.18	3.17	19.38	93.49	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
4.6/10 7.6/10/1,	11	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.97	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	21.27	21.68	92.01	643.51	530.00	16.99	17.01	71.26	508.29
		Уплотненный полдник										
4.79	13	Молоко	200.00	3.60	6.40	9.40	106.00	180.00	3.03	5.05	5.68	84.23
7.2/3/2 7.2/3/1	14	Картофель в молоке	180.00	4.82	9.52	17.90	170.54	130.00	2.06	6.28	10.04	102.90
7.052 7.051	15	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.15/12	16	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и джемом	60.00	4.09	2.45	26.19	152.78	60.00	4.09	2.45	26.19	152.78
		Итого за прием	465.00	16.31	18.82	78.51	544.82	400.00	13.64	14.32	69.93	478.51
		Итого за день	1,617.00	48.88	52.75	233.48	1,607.08	1,298.00	39.61	41.26	192.13	1,321.80

МЕНЮ 13 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н028	1	Каша из геркулеса и риса молочная со сливочным маслом	200.00	4.44	4.90	15.14	139.10	150.00	3.38	3.60	17.36	101.83
4.14/10	2	Какао с молоком	180.00	2.12	2.22	15.56	107.52	180.00	2.12	2.22	15.56	107.52
7.189-3	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	432.00	11.06	12.67	52.07	395.92	361.00	8.46	10.14	44.99	286.52
		10:00										
7.346	5	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	39.60	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60
		Итого за прием	100	0.35	0.35	10.38	39.60	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60
		Обед										
7.25/1/3 7.25/1/1	6	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	50.00	0.54	3.70	17.43	89.05	30.00	0.29	2.23	12.87	50.10
7.6/2/3 7.6/2/2	7	Щи из свежей капусты со сметаной	180.00	1.35	2.48	16.75	55.67	150.00	1.12	2.07	11.15	46.39
7.249	8	Печень говяжья по-строгановски	80.00	11.74	10.22	0.67	105.92	60.00	8.70	8.91	0.50	79.44
7.64с/3 7.3/3/2	9	Картофельное пюре	130.00	2.65	4.04	19.96	233.90	110.00	2.25	2.87	18.11	205.57
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	660.00	19.34	21.16	92.14	644.31	530.00	14.73	16.62	71.65	505.60
		Уплотненный полдник										
7.н039/1 7.н039/2	12	Запеканка творожная	200.00	8.30	12.08	14.99	149.21	150.00	4.19	8.77	7.43	92.83
7.185	13	Повидло	20.00	0.10	0.00	13.31	50.40	15.00	0.04	0.00	8.98	27.80
7.403/7 7.403/10	14	Биокефир	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80
7.277	15	Вафли	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.20	18.13	78.97	540.91	405.00	12.69	14.91	70.08	485.03
		Итого за день	1,777.00	46.95	52.31	233.56	1,620.74	1,310.00	36.23	42.02	197.10	1,316.75

МЕНЮ 14 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюды)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н043	1	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200.00	4.58	5.98	21.04	138.66	150.00	3.83	4.48	18.78	126.49
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	90.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	452.00	11.12	12.35	52.77	378.72	361.00	8.57	9.47	40.94	283.87
7.346	5	Яблоко	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100.00	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
7.32/1/3 7.32/1/1	6	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	50.00	1.04	4.02	7.40	79.84	30.00	0.46	3.00	5.25	47.92
7.133/2	7	Суп с клецками со сметаной на курином бульоне	180.00	2.82	7.20	23.38	204.96	150.00	1.36	3.40	16.53	78.72
7.н350	8	Бигус с мясом курицы	230.00	16.66	11.12	23.96	222.23	180.00	11.96	10.75	20.92	273.92
4.6/10	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	680.00	23.58	23.06	92.07	666.80	540.00	16.15	17.69	71.72	524.66
		Уплотненный полдник										
4.7/7	11	Запеканка из рыбы с морковью	80.00	5.66	7.58	5.68	75.94	60.00	3.87	5.18	4.08	65.95
7.1/3/3 7.63с/1	12	Картофель отварной	120.00	2.31	2.74	15.05	141.21	100.00	1.04	2.76	10.94	102.24
4.79	13	Молоко	200.00	3.60	6.40	9.40	106.00	180.00	3.03	5.05	5.68	84.23
7.209-1	14	Пряник	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00
7.052 7.051	15	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.81	18.01	78.46	543.65	400.00	13.84	14.37	72.03	496.02
		Итого за день	1,687.00	51.86	53.77	233.68	1,628.77	1,396.00	38.89	41.86	194.55	1,342.17

МЕНЮ 15 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.189-3 7.01/6	1	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	2	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
7.186/1	3	Каша из гречи и пшена молочная ("Дружба") со слив. маслом	200.00	4.32	4.76	27.66	195.38	150.00	3.76	4.41	20.74	146.53
7.12/10/1 7.079	4	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	83.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
		Итого за прием	452.00	10.86	12.13	59.39	428.44	361.00	8.50	9.40	42.90	303.91
		10:00										
7.090-1	5	Апельсин	100.00	0.63	0.14	7.21	28.00	95.00	0.59	0.13	6.84	26.60
		Итого за прием	100.00	0.63	0.14	7.21	28.00	95.00	0.59	0.13	6.84	26.60
		Обед										
7.19/1 7.19/1/1	6	Салат из морской капусты и моркови с яйцом с растительным маслом	50.00	1.12	4.60	3.46	84.57	30.00	0.67	2.56	3.07	60.74
7.н136-1 7.2/2/2	7	Борщ вегетарианский со сметаной	180.00	0.56	4.08	20.92	89.58	150.00	0.43	2.10	18.22	56.90
7.152	8	Азу	230.00	14.82	12.41	30.32	340.35	180.00	11.92	11.40	23.25	266.64
4.6/10 7.6/10/1,	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	8.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	680.00	19.56	21.81	92.03	674.27	540.00	15.39	16.60	71.56	508.38
		Полдник										
7.270/1/5 7.270/1/8	11	Биойогурт	180.00	4.40	4.40	24.20	153.40	150.00	3.50	3.50	13.50	101.50
7.3/6/1 7.3/6	12	Омлет с зеленым горошком(запеченный)	80.00	4.29	5.68	8.38	72.64	60.00	3.26	4.61	6.21	62.86
7.10/3/3 7.10/3	13	Морковь тушеная	100.00	0.39	2.60	8.48	70.80	100.00	0.39	2.60	8.48	70.80
7.052 7.051	14	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.118р/1	15	Плюшка с маком	80.00	4.88	5.40	21.94	160.85	60.00	3.60	4.06	18.45	125.64
		Итого за прием	465.00	17.76	18.53	88.02	573.19	400.00	15.21	15.31	74.66	499.40
		Итого за день	1,697.00	48.81	52.61	246.65	1,703.90	1,396.00	39.69	41.44	195.96	1,338.29

МЕНЮ 16 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.8/4/2	1	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	150.00	4.29	5.88	21.46	156.57	150.00	4.29	5.88	21.46	156.57
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	90.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.83	12.25	53.19	396.63	361.00	9.03	10.87	43.62	313.95
		10:00										
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.23/1/3 7.23/1/1	6	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами с растительным маслом	50.00	0.62	4.72	4.48	60.37	30.00	0.38	3.22	2.69	33.29
7.25/2/3 7.25/2/2	7	Суп-пюре из картофеля	180.00	2.17	3.53	21.61	143.07	150.00	1.81	3.11	18.67	129.23
7.н114	8	Котлета из мяса индейки	80.00	14.32	7.05	14.32	164.73	60.00	10.49	5.04	11.25	93.55
7.10/3/2	9	Морковь тушеная	130.00	1.80	4.98	13.62	118.04	130.00	1.80	4.98	13.62	118.04
4.6/10 7.6/10/1,	10	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	660.00	21.97	21.00	91.36	645.98	550.00	16.85	16.89	75.25	498.21
		Уплотненный полдник										
7.082-3	12	Снежок	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16	180.00	2.66	2.74	10.58	109.16
7.14/5/2	13	Запеканка из творога с рисом	200.00	8.56	11.89	13.49	168.65	150.00	7.42	8.67	6.62	106.49
7.308/6 7.308	14	Печенье	30.00	1.12	1.56	23.04	107.40	20.00	0.98	1.04	12.36	61.60
7.351	15	Сгущенное молоко	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83	20.00	0.47	1.74	6.47	67.83
7.052 7.051	16	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.61	18.38	78.60	568.54	400.00	15.99	14.73	64.05	483.68
		Итого за день	1,617.00	49.91	51.73	233.25	1,657.15	1,411.00	42.37	42.59	193.02	1,341.84

МЕНЮ 17 день

	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.16/4/2	1	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150.00	3.40	3.43	15.09	101.57	150.00	3.40	3.43	15.09	101.57
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.80	12.00	52.64	366.99	361.00	8.48	9.68	40.62	283.24
		10:00										
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.196	6	Салат из свеклы и моркови	50.00	0.73	1.63	6.50	41.77	30.00	0.44	0.82	3.25	20.88
7.044с-1	7	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	200.00	1.36	4.76	13.16	120.28	150.00	1.02	3.57	8.37	85.21
7.6/9/2 7.6/9/1	8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом - курицы с овощами	200.00	14.06	14.32	36.00	308.50	180.00	11.13	11.74	32.28	270.25
4.6/10 7.6/10/1,	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	670.00	19.21	21.43	92.99	630.32	540.00	14.96	16.67	72.92	500.44
		Уплотненный полдник										
7.052 7.051	11	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.118/2 7.12/10/1	12	Чай с молоком	180.00	0.98	1.07	8.09	50.21	180.00	0.98	1.07	8.09	50.21
4.11/7	13	Тефтели рыбные в соусе (ясли)	0	0	0	0	0	150.00	8.33	8.97	23.03	158.02
7.н016/8	14	Рыба с овощами в омете (сад)	200.00	11.96	13.06	40.80	276.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.148/2	15	Шанежка с картофелем	70.00	3.34	4.27	29.79	214.97	70.00	3.34	4.27	29.79	214.97
		Итого за прием	450.00	16.28	18.40	78.68	541.68	400.00	12.65	14.31	60.91	423.20
		Итого за день	1,622.00	46.79	51.93	234.41	1,584.99	1,401.00	36.59	40.76	184.55	1,252.88

МЕНЮ 18 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.17/4/2 7.17/4/1	1	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом	180.00	4.25	4.61	15.55	108.96	150.00	3.45	3.08	12.79	100.67
4.14/10	2	Какао с молоком	180.00	2.12	2.22	15.56	107.52	180.00	2.12	2.22	15.86	107.52
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	412.00	10.87	12.38	52.48	365.78	361.00	8.53	9.62	40.72	285.36
		10:00										
7.346	5	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
7.28/1/3 7.28/1/1	6	Салат из отвар. картофеля, моркови и репч. лука с раст.маслом	50.00	0.79	3.04	6.48	60.17	30.00	0.47	1.83	3.87	36.12
7.060 7.18/2/2	7	Суп картофельный с макаронными изделиями	180.00	0.47	0.57	16.82	66.00	150.00	0.30	0.43	14.86	55.00
2022/335	8	Запеканка капустная с мясом	200.00	15.15	17.62	31.03	379.06	180.00	12.33	13.92	24.11	296.66
4.6/10 7.6/10/1,	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	650.00	19.47	21.95	91.66	665.00	540.00	15.47	16.72	71.86	511.88
		Уплотненный полдник										
4.2/11	11	Соус молочный сладкий	20.00	0.47	0.81	12.69	49.91	20.00	0.47	0.81	12.69	49.91
4.11/5	12	Запеканка из творога с изюмом	200.00	8.09	11.89	15.37	178.48	150.00	4.57	7.72	10.03	113.86
7.403/7 7.403/10	13	Биокефир	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80	180.00	3.04	4.76	7.38	120.80
7.277	14	Вафли	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00	30.00	0.96	0.84	18.27	105.00
7.052 7.051	15	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
		Итого за прием	455.00	16.36	18.75	78.73	569.69	410.00	13.50	14.67	76.39	528.17
		Итого за день	1,617.00	47.05	53.43	233.25	1,640.07	1,406.00	37.83	41.34	198.83	1,363.03

МЕНЮ 19 день

	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад				ясли					
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.н180/2	1	Рагу из овощей	150.00	3.46	3.44	15.30	105.88	150.00	3.46	3.44	15.30	105.88
7.13/10/1 7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.90	2.02	16.18	116.12	180.00	2.12	1.93	13.46	104.50
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	5.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.86	12.01	52.85	371.30	361.00	8.54	9.69	40.83	287.55
		10:00										
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00
		Обед										
7.13/1/3 7.13/1/1	6	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	50.00	0.56	3.40	6.45	53.89	30.00	0.23	1.23	3.39	23.26
7.9/2/3 7.9/2/2	7	Рассольник домашний со сметаной	180.00	1.29	2.55	15.48	70.36	150.00	0.88	1.64	10.90	58.63
7.4/9/2	8	Плов из мяса кур	180.00	14.22	15.07	32.21	346.32	180.00	14.22	15.07	32.21	346.32
4.6/10 7.6/10/1,	9	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	630.00	19.13	21.74	91.47	630.34	540.00	17.70	18.48	75.52	552.31
		Уплотненный полдник										
4.79	11	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
7.355 7.355/1	12	Биточки рыбные	70.00	6.15	11.54	10.20	203.30	60.00	3.80	5.59	2.40	57.55
7.3/3/2	13	Картофельное пюре	130.00	2.65	4.04	19.96	233.90	130.00	2.65	4.04	19.96	233.90
7.052 7.051	14	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.209-1	15	Пряник	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00	30.00	1.44	0.84	23.31	105.00
		Итого за прием	455.00	19.64	23.27	87.89	773.70	400.00	16.55	15.81	80.74	622.05
		Итого за день	1,587.00	50.13	57.12	242.31	1,821.34	1,401.00	43.29	44.08	207.19	1,507.91

МЕНЮ 20 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюды)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.11/4/2	1	Каша пшенная молочная со сливочным маслом	150.00	4.33	5.63	20.76	123.01	150.00	4.33	5.63	20.76	123.01
7.12/10/1 7.079	2	Чай с молоком	200.00	2.04	0.82	10.36	90.76	180.00	1.78	0.67	10.09	80.21
7.189-3 7.01/6 7.035/1	3	Батон витаминизированный с маслом	46.00	3.10	4.15	21.37	138.88	26.00	1.75	2.97	12.07	68.49
7.435 7.435/4	4	Сыр	6.00	1.40	1.40	0.00	10.42	5.00	1.21	1.35	0.00	8.68
		Итого за прием	402.00	10.87	12.00	52.49	363.07	361.00	9.07	10.62	42.92	280.39
		10:00										
7.346	5	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Итого за прием	100	0.35	0.35	10.38	39.60	95.00	0.33	0.33	9.86	37.62
		Обед										
7.1/110 7.2/110	6	Салат яичный с соленым огурцом и зеленым горошком (консервированным)	60.00	3.09	9.82	8.14	55.85	30.00	1.55	4.91	4.07	27.93
7.258/2 7.5/2/2	7	Свекольник вегетарианский со сметаной	180.00	1.58	2.50	17.63	26.04	150.00	1.31	1.94	15.29	14.22
7.20/8/3	8	Тефтели из мяса говядины	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	50.00	7.29	6.27	5.06	124.99
7.12/8/2	9	Гуляш из отварного мяса (сад)	70.00	8.83	10.96	12.82	173.91	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.64с/3 7.3/3/2	10	Картофельное пюре	130.00	2.65	4.04	19.96	233.90	110.00	2.25	2.87	18.11	205.57
4.6/10 7.6/10/1,	11	Компот из сухофруктов	180.00	0.00	0.00	12.25	51.17	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной витаминизированный	40.00	3.06	0.72	25.08	108.60	30.00	2.37	0.54	18.81	81.45
		Итого за прием	660.00	19.21	28.04	95.88	649.47	520.00	14.77	16.53	71.55	496.81
		Уплотненный полдник										
7.37/3 7.37/3/1	13	Капустная запеканка	180.00	6.34	13.62	15.52	201.12	150.00	5.47	9.16	10.45	139.49
7.354/6	14	Чай с сахаром	180.00	0.00	0.00	10.63	44.35	180.00	0.00	0.00	10.63	44.35
7.052 7.051	15	Хлеб пшеничный витаминизированный	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	30.00	4.46	0.54	28.02	138.60
7.12/12 7.12/12/2	16	Пирожки печеные из дрожжевого теста с курагой	80.00	6.14	4.24	28.52	185.37	60.00	3.60	4.43	20.89	140.93
		Итого за прием	465.00	16.28	18.31	79.69	546.34	420.00	13.53	14.13	69.99	463.37
		Итого за день	1,627.00	46.71	58.70	238.44	1,598.48	1,396.00	37.70	41.61	194.32	1,278.19