

Заведующий



Утверждаю:

Козлова О.П.

Приказ от «09» января 2023 № 13-ОД

**Утвержденное примерное
специальное безмолочное
20-ти дневное меню на
весенне-летний период по
МАДОУ – детский сад № 366**

БЕЗЛАКТОЗНОЕ 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										
2021/16/4/	1	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200.00	3.76	3.98	29.73	210.84					
7.062	2	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	3	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	457.00	5.28	4.16	48.83	294.94					
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.33/1	6	Салат из отварного картофеля с морской капустой с растительным маслом	60.00	0.90	5.14	7.41	87.16					
7.н086-4 7.н086-7	7	Суп гороховый	200.00	4.00	2.88	15.80	110.68					
4.15/8-1	8	Тефтели из мяса говядины с рисом паровые	80.00	10.26	10.78	9.14	190.69					
7.10/3/3 7.10/3/2	9	Морковь тушенная	130.00	1.80	5.98	13.62	118.04					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	720.00	20.26	25.38	80.49	653.93					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/1/3.	13	Картофель отварной	150.00	4.72	4.18	41.38	234.42					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	10.88	6.10	93.54	502.12					
		Итого за день	1,697.00	36.92	35.74	232.96	1,496.99					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ 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										
7.45/3/3	1	Каша рисовая рассыпчатая	100.00	2.49	3.16	20.29	144.97					
2021/1/78	2	Рыба отварная	75.00	4.49	1.40	0.00	33.57					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	415.00	8.50	4.74	39.39	262.64					
		10:00										
7.346	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.20/1	7	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50.00	0.69	3.71	7.14	58.11					
7.170	8	Суп из овощей на вегетарианский	200.00	1.64	4.14	9.82	87.84					
7.070	9	Жаркое по-домашнему	230.00	17.53	18.58	21.44	351.85					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	730.00	23.16	27.03	72.92	645.16					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/16/4/	13	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.32	4.67	28.85	222.04					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	10.48	6.59	81.01	489.74					
		Итого за день	1,715.00	42.64	38.46	203.42	1,443.54					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 3 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										
7.328	1	Яйцо вареное	50.00	2.40	2.03	0.14	31.40					
7.1/3/2	2	Картофель отварной	130.00	2.38	3.59	20.73	154.73					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
7.185	5	Повидло	20.00	0.08	0.00	13.31	50.41					
		Итого за прием	440.00	6.38	5.79	53.27	320.64					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	6	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	7	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.30/1	8	Салат из отвар. картофеля, моркови с реп. луком, сол. огурцом с раст. маслом	50.00	1.74	6.77	12.54	121.59					
7.264	9	Суп крестьянский	200.00	1.82	4.50	11.54	96.86					
7.н163	10	Котлета из говядины	80.00	12.48	11.54	3.50	185.27					
7.н76с	11	Тушеная капуста	150.00	2.93	4.82	13.94	108.77					
4.6/10	12	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	13	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	730.00	22.27	28.23	76.04	659.85					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/16/4/	13	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200.00	3.76	3.98	29.73	210.84					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	9.92	5.90	81.89	478.54					
		Итого за день	1,777.00	39.07	40.02	221.30	1,505.03					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 4 день												
			сад					ясли				
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/1/78	1	Рыба отварная	75.00	2.91	0.15	0.00	20.35					
2021/1/3/	2	Картофель отварной	75.00	2.36	2.10	20.69	117.15					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	390.00	6.79	2.43	39.79	221.60					
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.27/1	7	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репч. лука и растительным маслом	50.00	0.95	3.09	7.91	69.21					
7.18/2/3 7.18/2	8	Суп картофельный с макаронными изделиями	200.00	1.76	1.10	13.16	73.34					
7.1/9/1	9	Мясо кур отварное	80.00	17.20	22.04	4.08	315.83					
7.н113/1	10	Тушеная свекла	150.00	2.54	5.54	17.51	125.21					
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	730.00	25.75	32.37	77.18	730.95					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/11/4.	13	Каша пшениная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.32	5.56	27.84	227.78					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	10.48	7.48	80.00	495.48					
		Итого за день	1,690.00	43.52	42.37	207.07	1,494.03					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ 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										
7.328	1	Яйцо вареное		4.79	4.05	0.27	62.80					
7.10/3/2	2	Морковь тушеная	130.00	1.95	0.15	15.71	65.23					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	370.00	8.26	4.38	35.08	212.13					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.367-3	7	Огурец консервированный	60.00	0.45	0.05	1.30	7.80					
2021/2/2/	8	Борщ (безмолочное меню)	200.00	1.90	2.80	10.96	75.86					
2021/1/8/	9	Мясо говядины отварное	75.00	28.63	22.97	0.85	358.74					
2021/4/3/1	10	Картофельное пюре (без молока)	150.00	1.95	3.70	12.76	92.46					
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	735.00	36.23	30.12	60.38	682.22					
		Полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	13	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа)с маслом растительным	200.00	2.12	5.03	19.64	136.77					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	8.28	6.95	71.80	404.47					
		Итого за день	1,675.00	53.27	41.55	177.36	1,344.82					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ 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										
2021/8/4/2	1	Каша геркулесовая безмолочная с растительным маслом	200.00	3.72	6.36	25.16	212.39					
7.022-1	2	Чай с лимоном	200.00	0.04	0.01	12.93	54.71					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
		Итого за прием	440.00	5.28	6.55	48.11	313.30					
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.4/1/3 7.4/1	6	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	60.00	1.03	4.09	8.18	69.57					
7.165-1/6	7	Рассольник "Ленинградский"	200.00	1.94	3.00	14.00	95.80					
7.191	8	Тефтели из говядины паровые	80.00	11.64	10.74	5.60	181.56					
7.36/3/2	9	Гарнир овощной сборный	130.00	3.74	1.20	17.37	98.77					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	720.00	21.65	19.63	79.67	593.06					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	13	Каша рисовая рассыпчатая	150.00	4.35	4.71	35.45	254.95					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	10.51	6.63	87.61	522.65					
		Итого за день	1,680.00	37.94	32.91	225.49	1,475.01					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 7 день

			сад					ясли				
	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
4.9/7	1	Биточки рыбные	80.00	10.86	1.75	6.54	107.73					
2021/11/3.	2	Тушеная капуста	120.00	1.67	3.67	6.71	66.44					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	440.00	14.05	5.60	32.35	258.27					
		10:00										
7.346	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.196	7	Салат из свеклы и моркови	50.00	0.73	1.63	6.50	41.77					
7.31/2	8	Суп крестьянский с крупой	200.00	1.84	4.58	11.74	100.34					
7.6/9/1	9	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом - курицы с овощами	200.00	14.06	10.82	32.00	302.50					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	700.00	19.93	17.63	84.76	591.97					
		Уплотненный полдник										
2021/19/4/	12	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200.00	2.17	5.04	20.05	138.80					
7.354/2	13	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	8.33	6.96	72.21	406.50					
		Итого за день	1,710.00	42.81	30.29	199.42	1,302.74					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ 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										
2021/11/4.	1	Каша пшениная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.69	5.65	29.86	244.13					
7.185	2	Повидло	20.00	0.08	0.00	13.31	50.40					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	460.00	6.29	5.83	62.27	378.63					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.28/1	7	Салат из отвар. картофеля, моркови и репч. лука с раст.маслом	60.00	0.95	3.66	7.78	72.24					
7.12/2	8	Суп картофельный	200.00	1.34	2.52	10.18	72.62					
2021/1/8/	9	Мясо говядины отварное	75.00	28.63	22.97	0.85	358.74					
2021/11/3.	10	Капуста тушеная	150.00	4.28	2.88	20.50	116.90					
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	735.00	38.50	32.62	73.83	767.86					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	13	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	14	Каша безмолочная пшеничная с маслом растительным	200.00	4.32	4.67	28.85	222.04					
7.062	15	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	10.48	6.59	81.01	489.74					
		Итого за день	1,765.00	55.77	45.14	227.20	1,682.23					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 9 день

РАЦИОННОЕ ПИТАНИЕ												
			сад					ясли				
	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/1/78	1	Рыба отварная	75.00	2.91	0.15	0.00	20.35					
2021/4/4	2	Картофельное пюре (без молока)	130.00	2.48	2.88	21.74	148.94					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	445.00	6.91	3.21	40.84	253.39					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.32/1	7	Салат из отвар. картофеля с зеленым горошком и с растительным маслом	60.00	1.44	5.46	8.57	97.59					
7.н145	8	Щи	200.00	1.74	3.06	8.20	68.44					
7.190	9	Гуляш из мяса кури	80.00	7.24	7.90	2.33	121.15					
7.151-4	10	Макаронные изделия отварные	150.00	5.54	6.18	38.39	247.55					
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	740.00	19.26	23.20	92.01	682.09					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	13	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	14	Каша безмолочная гречневая с маслом растительным	200.00	4.06	5.52	28.71	203.55					
7.062	15	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	10.22	7.44	80.87	471.25					
		Итого за день	1,755.00	36.89	33.95	223.82	1,452.73					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ 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										
7.328	1	Яйцо вареное		4.79	4.05	0.27	62.80					
2021/16/3/	2	Морковь тушеная	75.00	1.19	0.09	9.51	40.05					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	315.00	7.50	4.32	28.88	186.95					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.19/1	7	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	60.00	1.35	9.11	4.15	101.48					
7.258/2	8	Свекольник вегетарианский	200.00	1.78	4.10	13.76	101.02					
4.11/8	9	Гуляш из мяса говядины	80.00	11.76	11.96	3.70	187.60					
2021/4/3/1	10	Картофельное пюре (без молока)	150.00	4.23	4.09	37.06	213.39					
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	740.00	22.42	29.86	93.19	750.85					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	13	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/43/4	14	Каша рисовая рассыпчатая	150.00	3.70	4.49	30.14	208.32					
7.062	15	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	9.86	6.41	82.30	476.02					
		Итого за день	1,575.00	40.28	40.69	214.47	1,459.82					

БЕЗМОЛОЧНОЕ 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										
2021/2/4/1	1	Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	200.00	4.06	5.52	28.71	203.55					
7.022-1	2	Чай с лимоном	200.00	0.04	0.00	12.93	54.71					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
		Итого за прием	457.00	7.14	5.88	61.68	350.66					
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.29/1/3	6	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол.огурцом раст. мас.	60.00	0.85	5.38	6.58	83.90					
7.н086-3	7	Суп гороховый	200.00	4.86	2.72	19.58	141.71					
7.36/8/2 7.36/8/1	8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	200.00	15.46	14.48	31.34	343.94					
4.6/10	9	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	10	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	710.00	24.47	23.18	92.02	716.91					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	11	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	25.15	194.18					
2021/8/4/2	12	Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным	200.00	3.72	6.36	25.15	194.18					
7.062	13	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
		Итого за прием	440.00	6.76	6.72	70.34	480.76					
		Итого за день	1,707.00	38.87	35.88	234.14	1,594.33					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 12 день

			сад					ясли				
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/16/4/	1	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200.00	3.76	3.98	29.73	210.84					
7.062	2	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	3	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	440.00	5.28	4.16	48.83	294.94					
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100.00	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.31/1/5	6	Салат из отварного картофеля с репч. луком, сол. огурцом с раст. маслом	60.00	0.89	2.79	6.87	60.50					
7.30/2	7	Уха рыбацкая	200.00	6.84	2.32	11.04	110.10					
7.1/9/1	8	Мясо кур отварное (порции без кости)	80.00	18.92	17.88	0.93	267.05					
7.16/3/2	9	Свекла тушеная	130.00	2.18	3.17	15.18	93.50					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	720.00	32.13	26.76	68.54	678.51					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/1/3.	13	Картофель отварной	150.00	4.72	4.18	41.38	234.42					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	10.88	6.10	93.54	502.12					
		Итого за день	1,680.00	48.79	37.12	221.01	1,521.57					

БЕЗМОЛОЧНОЕ 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										
2021/16/4/	1	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.32	4.67	28.85	222.04					
7.062	2	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	3	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
7.185	4	Повидло	20.00	0.08	0.00	13.31	50.41					
		Итого за прием	460.00	5.92	4.85	61.26	356.55					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.25/1	7	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	60.00	0.77	4.44	13.72	99.97					
7.145	8	Щи вегетарианские	200.00	1.58	4.08	7.68	76.16					
7.н163	9	Котлета из говядины	80.00	12.48	11.54	3.50	185.27					
2021/4/3/1	10	Картофельное пюре (без молока)	150.00	1.95	3.70	12.76	92.46					
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	740.00	20.08	24.36	72.18	601.22					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	13	Каша рисовая рассыпчатая	150.00	4.35	4.71	35.45	254.95					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	10.51	6.63	87.61	522.65					
		Итого за день	1,777.00	37.01	35.94	231.14	1,526.42					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 14 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										
7.7/7/1	1	Запеканка из рыбы с морковью	80.00	9.16	1.58	6.38	95.94					
7.1/3/3	2	Каша перловая (рисовая) рассыпчатая	150.00	3.55	4.77	28.75	178.90					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	470.00	14.23	6.53	54.23	358.94					
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.32/1/5	7	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60.00	2.31	3.46	10.24	87.82					
7.192-1	8	Суп с клецками с мясом куры	200.00	5.82	3.20	11.38	104.96					
7.н350	9	Бигус с мясом куры	230.00	21.66	8.12	13.96	222.23					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	740.00	33.09	15.38	70.10	562.37					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	13	Картофельное пюре с морковью	150.00	3.55	3.87	29.78	207.85					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	9.71	5.79	81.94	475.55					
		Итого за день	1,730.00	57.53	27.80	216.37	1,442.86					

БЕЗМОЛОЧНОЕ 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										
4.2/1	1	Горошек зеленый с яйцом	60.00	3.64	3.60	2.67	69.38					
7.10/3/2	2	Морковь тушеная	130.00	1.81	6.00	13.61	118.04					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	430.00	6.97	9.78	35.38	271.52					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.416	7	Салат из морской капусты с растительным маслом	60.00	0.74	10.47	7.20	124.58					
2021/2/2/	8	Борщ (безмолочное меню)	200.00	1.94	3.70	12.76	92.47					
7.н152	9	Азу	230.00	24.82	23.41	23.32	440.35					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	740.00	30.80	38.18	77.80	804.76					
		Полдник										
7.062	12	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	13	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/11/4.	14	Каша пшенная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.32	5.55	27.84	232.52					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	8.96	7.29	69.98	454.02					
		Итого за день	1,740.00	47.23	55.35	193.26	1,576.30					

БЕЗМОЛОЧНОЕ 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										
2021/8/4/2	1	Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным	200.00	3.72	6.36	25.15	194.18					
7.062	2	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	3	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	440.00	5.24	6.54	44.25	278.28					
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.23/1	6	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами с растительным маслом	60.00	0.76	4.45	5.37	66.40					
7.25/2	7	Суп-пюре из картофеля	200.00	2.42	2.82	12.90	92.30					
7.н163	8	Котлета из говядины	80.00	12.48	11.54	3.50	185.27					
7.10/3/2	9	Морковь тушеная	130.00	1.80	5.98	13.62	118.04					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	720.00	20.76	25.39	69.91	609.37					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4	13	Каша рисовая рассыпчатая	150.00	4.35	4.71	35.45	254.95					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	420.00	10.51	6.63	87.61	522.65					
		Итого за день	1,680.00	37.01	38.66	211.87	1,456.30					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 17 день

	№ п/п	Наименование изделий (блюد)	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										
4.11/7	1	Тефтели рыбные в соусе	200.00	37.9	14.22	9.57	405.69					
7.062	2	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	3	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	240.00	1.52	0.18	19.10	84.10					
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	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					
7.044с-1	7	Суп овощной на курином бульоне	200.00	1.36	2.76	7.16	60.28					
7.6/9/1	8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом - курицы с овощами	200.00	14.06	10.82	32.00	302.50					
4.6/10	9	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	10	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	700.00	19.45	15.81	80.18	551.91					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	11	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/11/4.	12	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.32	5.55	27.84	232.52					
7.062	13	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	14	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	10.48	7.47	80.00	500.22					
		Итого за день	1,510.00	31.95	23.56	189.38	1,182.23					

БЕЗМОЛОЧНОЕ 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										
7.10/3/2	1	Морковь тушенная	130.00	1.81	6.00	13.61	118.04					
7.328	2	Яйцо вареное	50.00	2.40	2.03	0.14	31.40					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	420.00	5.73	8.21	32.85	233.54					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
4.28/1	7	Салат из отвар. картофеля, моркови и репч. лука с раст.маслом	60.00	0.95	3.66	7.78	72.24					
2021/22/2/	8	Суп-лапша на курином бульоне	200.00	1.79	3.68	12.52	96.65					
2021/64/3.	9	Запеканка капустная	150.00	5.33	1.66	25.38	131.46					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	660.00	11.37	9.60	80.20	447.71					
		Уплотненный полдник										
7.354/2	12	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/19/4/	13	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200.00	2.17	5.04	20.05	138.80					
7.062	14	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	8.33	6.96	72.21	406.50					
		Итого за день	1,650.00	25.93	24.87	195.36	1,133.75					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 19 день

ВЕЩНОЕ ПОЛЕ МЕНЮ 19 дней												
			сад					ясли				
	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.9/7	1	Биточки (котлеты) рыбные	80.00	10.84	1.54	6.18	107.23					
2021/4/4	2	Картофельное пюре (без молока)	130.00	2.48	2.88	21.74	151.66					
7.062	3	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	4	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	450.00	14.84	4.60	47.02	342.99					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	6	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.057/1	7	Салат из моркови с растительным маслом	60.00	0.78	2.46	6.78	46.52					
7.н246-1	8	Рассольник домашний	200.00	2.02	2.74	13.30	89.90					
7.151-4	9	Плов из мяса кур	200.00	19.36	18.08	29.68	384.80					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	710.00	25.46	23.88	84.28	668.58					
		Уплотненный полдник										
7.062	12	Хлеб пшеничный	40.00	3.04	0.36	20.04	92.40					
7.н180/2	13	Рагу из овощей	200.00	3.82	4.32	20.40	141.18					
7.354/2	14	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
7.005 7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	9.98	6.24	72.56	408.88					
		Итого за день	1,730.00	50.78	34.82	213.96	1,466.45					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 20 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										
2021/64/3.	1	Капустная запеканка	150.00	5.33	1.66	25.38	131.46					
7.062	2	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	3	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
		Итого за прием	390.00	6.85	1.84	44.48	215.56					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00					
7.031	5	Сок	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Итого за прием	100	0.50	0.10	10.10	46.00					
		Обед										
7.2/110	6	Салат яичный с соленым огурцом и зеленым горошком (консервированным)	60.00	5.09	5.83	1.14	85.85					
7.5/2/5	7	Свекольник вегетарианский	200.00	1.76	4.58	14.04	106.72					
4.11/8 4.10/8	8	Гуляш из мяса говядины / Печень в молочном соусе	80.00	11.76	11.96	3.70	187.60					
2021/9/8-2	9	Картофельное пюре (без молока)	150.00	20.61	12.10	0.00	214.46					
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50.00	3.30	0.60	20.90	90.50					
		Итого за прием	740.00	42.52	35.07	53.40	741.99					
		Уплотненный полдник										
7.062	12	Хлеб пшеничный	40.00	1.52	0.18	10.02	46.20					
7.354/2	13	Чай с сахаром	200.00	0.00	0.00	9.08	37.90					
2021/11/4.	14	Каша пшениная безмолочная с маслом растительным	200.00	4.32	5.55	27.84	232.52					
7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40					
		Итого за прием	470.00	8.96	7.29	69.98	454.02					
		Итого за день	1,700.00	58.83	44.30	177.96	1,457.57					

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067609

Владелец Козлова Ольга Петровна

Действителен с 09.03.2023 по 08.03.2024