

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										
7.043	1	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200.00	4.54	6.68	21.90	179.00	150.00	3.40	5.01	16.43	134.25
7.033 7.12/10	2	Чай сладкий на молоке-ясли Чай с молоком-сад	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.261 7.261-1	3	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	457.00	9.76	15.15	59.97	414.27	334.00	13.75	21.11	76.51	470.10
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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										
4.24/1	6	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом	60.00	0.90	5.14	7.41	79.72	45.00	0.68	3.86	5.56	39.86
7.н086-4 7.н086-7	7	Суп гороховый со сметаной	200.00	4.00	2.88	15.80	110.68	150.00	3.08	2.70	11.92	89.19
4.15/8-1	8	Тефтели из мяса говядины с рисом паровые	80.00	10.26	10.78	9.14	190.69	60.00	7.70	8.08	6.86	83.02
7.10/3/3 7.10/3/2	9	Морковь тушеная	130.00	1.80	5.98	13.62	118.04	100.00	1.39	4.60	10.48	90.80
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.21	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	710.00	20.92	25.50	84.67	664.59	535.00	14.83	19.60	57.68	399.82
		Уплотненный полдник										
7.023 7.023-2 4.79/1	12	Йогурт питьевой/кефир	180.00	8.98	5.74	15.28	152.75	150.00	7.49	4.79	12.74	127.29
7.077	13	Сырники из творога	150.00	20.87	25.40	28.52	474.65	150.00	19.38	25.26	14.42	460.06
7.004	14	Сгущеное молоко/соус молочный	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	400.00	37.88	34.46	100.46	929.45	350.00	31.82	32.41	62.31	774.50
		Итого за день	1,667.00	69.06	75.21	255.20	2,054.31	1,319.00	60.90	73.22	206.60	1,690.42

МЕНЮ 2 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										
7.12/7 7.12/7/4	1	Тефтели рыбные с рисом в соусе	150.00	23.24	15.71	12.08	308.24	130.00	11.90	4.25	11.13	159.98
7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	3	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	416.00	32.67	27.82	55.96	623.98	325.00	18.59	14.54	40.06	392.87
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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										
4.20/1	6	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50.00	0.69	3.71	7.14	58.11	30.00	0.41	2.23	3.17	34.87
7.170	7	Суп из овощей вегетарианский со сметаной	200.00	1.64	4.14	9.82	87.80	150.00	1.23	3.11	7.37	65.85
7.н070-2	8	Жаркое по-домашнему с мясом куры	230.00	17.53	18.58	21.44	351.85	180.00	13.72	14.54	16.78	275.36
4.6/10	9	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	10	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	720.00	23.82	27.15	77.10	663.22	540.00	17.34	20.24	50.19	473.03
		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
4.15/4	12	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200.00	5.88	6.58	26.86	207.48	150.00	4.41	4.93	20.15	155.61
7.050 7.051	13	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/12 7.9/12 7.181-2 7.14/12 7.11/12	14	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	50,00- 60,00	0.00	0.00	0.00	0.00	60,00- 90,00	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	425.00	15.28	13.43	61.28	438.98	320.00	10.89	10.00	42.23	311.91
		Итого за день	1,661.00	72.27	68.50	204.44	1,772.18	1,298.00	47.32	44.88	142.58	1,223.81

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.н039-1 7.н039/1	1	Запеканка творожная	150.00	18.02	27.77	20.43	450.83	130.00	16.53	20.79	13.09	341.58
7.185	2	Повидло/соус молочный	20.00	0.08	0.00	13.31	50.40	15.00	0.06	0.00	9.98	37.80
7.285	3	Какао с молоком	200.00	3.08	3.12	15.78	110.94	150.00	2.31	2.34	11.84	83.21
7.261 7.261-1	4	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	427.00	25.08	37.94	76.37	780.54	329.00	25.75	35.48	82.03	757.94
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
4.30/1	7	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	8	Суп крестьянский со сметаной	200.00	1.82	4.50	11.54	96.86	150.00	1.37	3.38	8.66	72.64
7.н114/1	9	Котлета из мяса куры	80.00	12.48	11.54	3.50	185.27	60.00	9.36	8.66	2.63	138.95
7.н76с	10	Тушеная капуста	150.00	2.93	4.82	13.94	108.77	120.00	2.34	3.85	11.15	87.01
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	720.00	22.93	28.35	80.22	677.95	540.00	16.09	20.31	52.83	468.50
		Уплотненный полдник										
4.79/1 7.270/1/5 7.270/1/8	13	Кефир / Биоюгурт питьевой	200.00	5.04	5.76	7.38	100.80	150.00	4.20	4.80	6.15	84.00
4.4/4	14	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200.00	4.58	6.32	22.20	178.60	150.00	3.44	4.74	16.65	133.95
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.221 7.277	16	Вафли	32.00	1.02	0.90	25.89	112.00	16.00	0.50	0.45	12.94	56.00
		Итого за прием	457.00	14.44	13.43	80.49	506.90	336.00	10.42	10.26	50.77	343.25
		Итого за день	1,777.00	62.95	79.82	247.18	2,011.39	1,310.00	52.76	66.15	195.73	1,615.69

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										
4.6/7 7.9/7/3	1	Рыба порционная запеченная в молочном соусе (биточки рыбные(котлеты) - ясли)	100.00	11.09	2.84	5.33	119.02	50.00	6.77	0.96	3.87	67.03
7.1/3/3	2	Картофель отварной	100.00	1.84	2.76	15.94	102.24	100.00	1.84	2.76	15.94	102.24
7.067	3	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	466.00	22.36	17.71	65.15	537.00	345.00	15.30	14.01	48.74	402.16
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
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	30.00	0.57	1.85	4.75	41.52
7.18/2/3 7.18/2	8	Суп картофельный с макаронными изделиями	200.00	1.76	1.10	13.16	73.34	150.00	1.31	0.83	9.86	55.01
7.1/9/2 7.1/9/1	9	Мясо кур отварное	80.00	17.20	22.04	4.08	315.83	70.00	16.56	15.64	0.82	233.67
7.н113/1	10	Тушеная свекла со сметаной	150.00	2.54	5.54	17.51	125.21	120.00	2.03	4.43	14.00	100.16
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	720.00	26.41	32.49	81.36	749.05	550.00	22.45	23.11	52.30	527.31
		Уплотненный полдник										
4.79	13	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
4.11/4	14	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
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308 7.307-2	16	Печенье/пряник	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	455.00	18.40	14.99	83.56	576.38	335.00	12.45	10.79	53.18	380.61
		Итого за день	1,741.00	67.67	65.29	240.17	1,908.43	1,330.00	50.70	48.01	164.32	1,356.08

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.н038	1	Омлет натуральный	80.00	6.28	8.75	2.01	124.59	60.00	4.71	6.56	1.51	93.44
7.10/3/3 7.10/3/2	2	Морковь тушенная	130.00	1.81	6.00	13.61	118.04	100.00	1.39	4.60	10.48	90.80
7.033 7.12/10 7.354/2	3	Чай сладкий на молоке-ясли/чай с молоком- сад чай с сахаром	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	476.00	16.04	25.46	53.54	509.15	355.00	14.19	23.08	40.99	370.54
		10:00										
7.346 7.183- 1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
7.367 7.367-3	7	Огурец консервированный	60.00	0.45	0.05	1.30	7.80	30.00	0.23	0.03	0.66	3.90
7.н136-1	8	Борщ вегетарианский со сметаной	200.00	1.90	2.80	10.96	75.86	150.00	1.43	2.10	8.22	56.90
7.089	9	Суфле из печени	80.00	20.80	11.28	2.33	170.89	60.00	20.80	11.28	2.33	128.17
7.074 7.64с/5	10	Картофельное пюре	150.00	2.96	3.92	21.96	143.99	100.00	2.10	3.19	13.35	97.07
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	30.07	18.77	75.25	564.00	520.00	26.54	16.96	47.43	382.99
		Полдник										
7.023 7.023- 2 4.79/1	13	Йогурт питьевой/кефир	180.00	8.98	5.74	15.28	152.75	150.00	7.49	4.79	12.74	127.29
7.н026	14	Каша из гречи и риса ("Дружба") со слив. маслом	200.00	5.42	4.54	23.50	187.90	150.00	4.07	5.31	17.63	140.93
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/127.9/12 7.181- 2 7.14/12 7.11/12	16	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	50,00- 60,00	0.00	0.00	0.00	0.00	60,00- 90,00	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	405.00	18.20	10.73	63.80	456.15	320.00	13.84	10.37	45.40	337.52
		Итого за день	1,711.00	64.81	55.06	202.69	1,575.30	1,295.00	55.07	50.51	143.92	1,137.05

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.н123-с	1	Каша из овсянных хлопьев на молоке со сливочным маслом	200.00	4.72	7.54	19.90	171.42	150.00	3.54	5.66	14.93	128.57
7.033 7.12/10	2	Чай сладкий на молоке-ясли Чай с молоком-сад	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.261 7.261-1	3	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	457.00	9.94	16.01	57.97	406.69	334.00	13.89	21.76	75.01	464.42
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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										
7.143	6	Салат из отварной свеклы с чесноком	60.00	1.43	3.03	10.78	43.30	40.00	1.43	3.03	10.78	28.86
7.4.9/2	7	Рассольник со сметаной	200.00	1.94	3.00	14.00	95.80	150.00	1.46	2.25	10.50	71.85
7.191	8	Тефтели из говядины паровые	80.00	11.64	10.74	5.60	181.56	60.00	8.73	8.06	0.42	136.17
7.36/3/3 7.36/3/2	9	Гарнир овощной сборный	130.00	3.74	1.20	17.37	98.77	100.00	2.57	0.92	12.18	69.98
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	710.00	22.71	18.69	86.45	584.89	530.00	16.17	14.62	56.75	403.81
		Уплотненный полдник										
4.79/1 7.023 7.023-2	12	Кефир / йогурт питьевой	200.00	5.04	5.76	7.38	100.80	150.00	4.20	4.80	6.15	84.00
7.140	13	Сырники с морковью	150.00	15.52	20.67	18.32	355.83	130.00	14.31	18.02	24.54	350.20
7.004	14	Сгущенное молоко/соус молочный	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	420.00	28.59	29.75	82.36	758.68	330.00	23.46	25.18	65.84	621.35
		Итого за день	1,687.00	61.74	64.55	236.88	1,796.26	1,294.00	54.02	61.66	207.70	1,535.58

МЕНЮ 7 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										
7.149с 4.9/7	1	Биточки рыбные	80.00	10.86	1.75	6.54	107.73	50.00	8.73	4.64	4.40	102.88
7.н205 7.233	2	Тушеная капуста	120.00	1.67	3.67	6.71	66.44	100.00	2.12	2.88	8.17	64.56
7.067	3	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	466.00	21.96	17.53	57.13	489.91	345.00	17.54	17.81	41.50	400.33
		10:00										
7.346	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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	7	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	8	Суп крестьянский на курином бульоне	200.00	1.84	4.58	11.74	100.34	150.00	1.35	3.45	8.78	75.36
7.6/9/3 7.6/9/1	9	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом - курицы с овощами	200.00	14.06	10.82	32.00	302.50	150.00	10.52	8.10	23.99	226.88
7.4/11/2	10	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	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	710.00	20.98	18.95	90.42	630.18	530.00	14.68	13.93	60.37	440.18
		Уплотненный полдник										
4.79	13	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
4.16/4	14	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200.00	4.94	6.44	24.20	188.76	150.00	3.71	4.83	18.15	141.57
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/12 7.9/12 7.181-2 7.14/12 7.11/12	16	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	50,00- 60,00	0.00	0.00	0.00	0.00	60,00- 90,00	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	425.00	14.34	13.29	58.62	420.26	320.00	10.19	9.90	40.23	297.87
		Итого за день	1,701.00	57.78	49.87	216.27	1,586.35	1,295.00	42.91	41.74	152.20	1,184.38

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										
7.н039-1 7.н039/1	1	Запеканка творожная	150.00	18.02	27.77	20.43	450.83	130.00	16.53	20.79	13.09	341.58
7.185	2	Повидло/соус молочный	20.00	0.08	0.00	13.31	50.40	15.00	0.06	0.00	9.98	37.80
7.285	3	Какао с молоком	200.00	3.08	3.12	15.78	110.94	150.00	2.31	2.34	11.84	83.21
7.261 7.261-1	4	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	427.00	25.08	37.94	76.37	780.54	329.00	25.75	35.48	82.03	757.94
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
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	45.00	0.71	2.70	5.83	54.18
7.12/2/4 7.12/2	8	Суп картофельный со сметаной	200.00	1.34	2.52	10.18	72.62	150.00	1.34	3.29	10.44	81.51
7.н243	9	Голубцы ленивые в молочном соусе	230.00	13.92	14.65	17.57	272.34	180.00	10.89	11.47	13.75	213.14
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	20.17	21.55	74.23	582.66	555.00	14.92	17.82	52.89	445.78
		Уплотненный полдник										
7.403/7 7.403/10	12	Биокефир	180.00	8.98	5.74	15.28	152.75	150.00	7.49	4.79	12.74	127.29
4.19/4	13	Каша пшенично-кукурузная	200.00	5.50	6.38	28.62	210.78	150.00	4.13	4.79	21.47	158.09
7.050 7.051	14	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.277	15	Вафли	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	435.00	21.40	14.13	91.96	616.43	335.00	15.46	10.63	60.76	423.38
		Итого за день	1,692.00	67.15	73.72	252.66	2,025.63	1,319.00	56.63	64.03	205.78	1,673.10

МЕНЮ 9 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										
7.61р/1	1	Суфле рыбное	80.00	16.82	7.02	2.62	154.54	60.00	12.61	5.26	1.96	115.90
7.074 7.153	2	Картофельное пюре	120.00	2.52	3.83	16.02	116.48	100.00	2.10	3.19	13.35	97.07
7.067	3	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	466.00	28.77	22.96	62.52	586.76	355.00	21.40	18.74	44.24	445.86
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
4.32/1 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	30.00	0.86	3.00	3.25	47.90
7.н145	8	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	9	Гуляш из мяса куры	80.00	7.24	7.90	2.33	121.15	60.00	5.43	5.93	1.75	90.86
7.151-4	10	Макаронные изделия отварные	150.00	5.54	6.18	38.39	247.55	120.00	4.43	4.94	30.71	198.04
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	19.92	23.32	96.19	700.19	540.00	14.01	16.53	64.73	485.08
		Уплотненный полдник										
4.79	13	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
4.2/4	14	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	200.00	6.20	6.28	32.16	209.48	150.00	4.65	4.71	24.12	157.11
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	455.00	18.72	14.69	89.62	578.38	335.00	12.69	10.56	57.72	382.11
		Итого за день	1,751.00	67.91	61.07	258.43	1,911.33	1,330.00	48.60	45.93	176.79	1,359.05

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										
7.38/3/1 7.38/3/3	1	Морковная запеканка	155.00	3.81	5.75	30.88	172.33	130.00	3.21	4.84	25.88	144.43
4.2/11	2	Молочный соус сладкий	20.00	0.47	1.01	2.98	24.91	20.00	0.47	1.01	2.98	24.91
7.033 7.12/10 7.354/2	3	Чай сладкий на молоке-ясли, чай с молоком-сад/чай с сахаром	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	441.00	12.23	17.47	71.78	463.76	345.00	11.77	17.77	57.86	355.64
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
7.367-3	7	Огурец консервированный	60.00	0.75	0.08	2.28	7.80	40.00	0.30	0.00	0.91	5.20
7.258/2	8	Свекольник	200.00	1.94	4.50	14.64	109.48	150.00	1.46	3.38	10.98	82.11
7.н186с	9	Суфле из мяса кур	80.00	11.76	11.96	3.70	187.60	60.00	9.36	8.66	2.63	138.95
7.074 7.64с/5	10	Картофельное пюре	150.00	2.96	3.92	21.96	143.99	100.00	2.10	3.19	13.35	97.07
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	21.37	21.18	81.28	614.33	530.00	15.20	15.59	50.74	420.28
		Уплотненный полдник										
4.79/1 7.023	13	Кефир / йогурт питьевой	200.00	5.04	5.76	7.38	100.80	150.00	4.20	4.80	6.15	84.00
4.7/4	14	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200.00	4.42	6.30	23.22	177.62	150.00	3.32	4.73	17.42	133.22
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/12 7.9/12 7.181-2 7.14/12 7.11/12	16	Манник	68.00	7.50	9.38	44.09	312.11	68.00	7.50	9.38	44.09	312.11
		Итого за прием	493.00	20.76	21.89	99.71	706.03	388.00	17.30	19.18	82.69	598.63
		Итого за день	1,764.00	54.86	60.64	262.87	1,830.12	1,363.00	44.77	52.64	201.39	1,420.55

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	5.82	7.46	23.78	190.54	150.00	4.37	5.60	17.84	142.90
7.033 7.12/10	2	Чай сладкий на молоке-ясли Чай с молоком-сад	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.261 7.261-1	3	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	457.00	11.04	15.93	61.85	425.81	334.00	14.72	21.70	77.92	478.75
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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	6	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол.огурцом раст. мас.	60.00	0.85	5.38	6.58	83.90	30.00	0.43	2.69	3.30	41.95
7.086	7	Суп гороховый	200.00	4.00	2.88	15.80	110.64	150.00	3.07	2.70	11.92	89.13
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	180.00	13.91	13.03	28.21	309.55
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	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	720.00	24.66	24.66	93.90	724.05	560.00	19.78	19.98	67.78	557.69
		Уплотненный полдник										
7.023 7.023-2 4.79/1	12	Йогурт питьевой/кефир	180.00	8.98	5.74	15.28	152.75	150.00	7.49	4.79	12.74	127.29
7.6/5/1	13	Сырники из творога	150.00	20.58	24.87	30.50	475.95	150.00	20.58	24.87	30.50	475.95
7.004	14	Сгущенное молоко/соус молочный	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	400.00	37.59	33.93	102.44	930.75	350.00	33.02	32.02	78.39	790.39
		Итого за день	1,677.00	73.79	74.62	268.29	2,126.61	1,344.00	68.02	73.80	234.19	1,872.83

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										
7.5/4/4	1	Каша манная молочная с маслом сливочным	200.00	6.82	8.62	28.30	235.30	150.00	5.12	6.47	21.23	176.48
7.067	2	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	3	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	466.00	16.25	20.73	72.18	551.04	345.00	11.81	16.76	50.16	409.37
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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 7.31/1/5	6	Салат из отварного картофеля с репч. луком, сол. огурцом с раст. маслом	60.00	0.89	2.79	6.87	60.50	30.00	0.44	1.83	3.40	34.53
7.30/2/3 7.30/2	7	Уха рыбацкая	200.00	6.84	2.32	11.04	110.10	150.00	5.13	1.74	8.26	82.60
7.1/9/2 7.1/9/1	8	Мясо кур отварное (порции без кости)	80.00	18.92	17.88	0.93	267.05	70.00	16.56	15.64	0.82	233.67
7.16/3/3 7.16/3/2	9	Свекла тушеная в сметанном соусе	130.00	2.18	3.17	15.18	93.50	100.00	1.68	2.43	11.68	71.92
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	710.00	32.79	26.88	72.72	696.61	530.00	25.79	22.00	47.03	519.67
		Уплотненный полдник										
4.79	12	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
7.2/3/2 7.2/3/1	13	Картофель в молоке	180.00	3.82	4.52	23.60	160.54	130.00	2.76	3.28	17.04	115.90
7.050 7.051	14	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/12 7.9/12 7.181-2 7.14/12 7.11/12	15	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	50,00- 60,00	0.00	0.00	0.00	0.00	60,00- 90,00	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	405.00	13.22	11.37	58.02	392.04	300.00	9.24	8.35	39.12	272.20
		Итого за день	1,681.00	62.76	59.08	213.02	1,685.69	1,298.00	47.34	47.21	146.41	1,247.24

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.н039-1 7.н039/1	1	Запеканка творожная	150.00	18.02	27.77	20.43	450.83	130.00	16.53	20.79	13.09	341.58
7.185	2	Повидло/соус молочный	20.00	0.08	0.00	13.31	50.40	15.00	0.06	0.00	9.98	37.80
7.285	3	Какао с молоком	200.00	3.08	3.12	15.78	110.94	150.00	2.31	2.34	11.84	83.21
7.261 7.261-1	4	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	427.00	25.08	37.94	76.37	780.54	329.00	25.75	35.48	82.03	757.94
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
7.25/1/3 7.25/1	7	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	60.00	0.77	4.44	13.72	99.97	30.00	0.39	2.23	6.87	50.10
7.145	8	Щи вегетарианские со сметаной	200.00	1.58	4.08	7.68	76.16	150.00	1.19	3.06	5.76	57.12
7.249	9	Печень говяжья по-строгановски	80.00	14.68	6.53	0.84	105.90	60.00	14.68	6.53	0.84	79.40
7.64с/5	10	Картофельное пюре	150.00	2.96	3.92	21.96	143.98	120.00	2.36	3.13	17.57	115.19
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	23.95	19.69	82.90	591.47	540.00	20.60	15.31	53.91	398.76
		Уплотненный полдник										
4.79/1 7.023 7.023-2	13	Кефир / йогурт питьевой	200.00	5.04	5.76	7.38	100.80	150.00	4.20	4.80	6.15	84.00
7.н028	14	Каша из геркулеса и риса молочная со сливочным маслом	200.00	5.44	7.40	23.14	189.10	150.00	4.08	5.55	17.36	141.83
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.221 7.277	16	Вафли	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	10.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	455.00	17.40	15.17	78.58	542.80	330.00	12.12	11.40	50.06	363.83
		Итого за день	1,777.00	66.93	72.90	247.95	1,960.81	1,310.00	58.97	62.29	196.10	1,566.53

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										
7.7/7/3 7.7/7/1	1	Запеканка из рыбы с морковью	80.00	9.16	1.58	6.38	95.94	50.00	5.73	0.98	3.99	59.96
7.1/3/3	2	Картофель отварной	100.00	1.84	2.76	15.94	102.24	100.00	1.84	2.76	15.94	102.24
7.067	3	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	446.00	20.43	16.45	66.20	513.92	345.00	14.26	14.03	48.86	395.09
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
7.32/1/3 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	30.00	0.86	3.00	3.25	47.92
7.133/2	8	Суп с клецками со сметаной на курином бульоне	200.00	5.82	3.20	11.38	104.96	150.00	4.36	2.40	8.53	78.72
7.н350	9	Бигус с мясом куры	230.00	21.66	8.12	13.96	222.23	180.00	16.96	6.35	10.92	173.92
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	33.75	15.50	74.28	580.47	540.00	24.16	12.11	45.57	397.51
		Уплотненный полдник										
4.79	12	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
7.043	13	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200.00	4.54	6.68	21.90	179.00	150.00	3.40	5.01	16.43	134.25
7.050 7.051	14	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308	15	Печенье/пряник	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	455.00	17.06	15.09	79.36	547.90	335.00	11.44	10.86	50.03	359.25
		Итого за день	1,731.00	71.74	47.14	229.94	1,688.29	1,320.00	50.36	37.10	154.56	1,197.85

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										
7.3/6/2. 7.3/6	1	Омлет с зеленым горошком(запеченный)	80.00	5.29	3.68	8.38	72.64	60.00	4.34	3.73	2.58	67.81
7.10/3/3 7.10/3/2	2	Морковь тушеная	130.00	1.81	6.00	13.61	118.04	100.00	1.39	4.60	10.48	90.80
7.033 7.12/10 7.354/2	3	Чай сладкий на молоке-ясли,чай с молоком-сад/чай с сахаром	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	476.00	15.05	20.39	59.91	457.20	355.00	13.82	20.25	42.06	344.91
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
7.19/1 7.19/1/3	7	Салат из морской капусты и моркови с яйцом с растительным маслом	60.00	1.35	9.10	4.15	101.48	30.00	0.67	4.56	2.07	50.74
7.136	8	Борщ вегетарианский со сметаной	200.00	1.42	4.06	8.72	78.64	150.00	1.06	3.05	6.54	58.98
7.152	9	Азу	230.00	24.82	23.41	23.32	440.35	180.00	12.92	12.40	18.25	256.64
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.002	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	31.55	37.29	74.89	785.93	540.00	16.63	20.37	49.73	463.31
		Полдник										
7.023 7.023-2 4.79/1	12	Йогурт питьевой/кефир	180.00	8.98	5.74	15.28	152.75	150.00	7.49	4.79	12.74	127.29
7.186/1	13	Каша из гречи и пшена молочная ("Дружба") со слив. маслом	200.00	5.82	5.66	27.66	195.38	150.00	4.36	4.24	20.74	146.53
7.050 7.051	14	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/127.9/12 7.181-2 7.14/12 7.11/12	15	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	50,00- 60,00	0.00	0.00	0.00	0.00	60,00- 90,00	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	405.00	18.60	11.85	67.96	463.63	320.00	14.13	9.30	48.51	343.12
		Итого за день	1,711.00	65.70	69.63	212.86	1,752.76	1,315.00	45.08	50.02	150.40	1,197.34

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 7.8/4	1	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	200.00	5.86	7.84	28.62	208.79	150.00	4.39	5.88	21.46	156.57
7.033 7.12/10	2	Чай сладкий на молоке-ясли Чай с молоком-сад	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.261 7.261-1	3	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37		6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	457.00	11.08	16.31	66.69	444.06	300.00	14.74	21.98	81.54	492.42
		10:00										
7.346	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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										
4.23/1	7	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами с растительным маслом	60.00	0.76	4.45	5.37	66.40	45.00	0.57	3.34	4.03	49.80
7.25/2/3 7.25/2	7	Суп-пюре из картофеля	200.00	2.42	2.82	12.90	92.30	150.00	1.81	2.11	9.67	69.23
7.н114	8	Котлета из мяса индейки	80.00	15.32	4.05	4.32	124.73	60.00	11.49	3.04	3.25	93.55
7.10/3/3 7.10/3/2	9	Морковь тушеная	130.00	1.80	5.98	13.62	118.04	100.00	1.39	4.60	10.48	90.80
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	710.00	24.26	18.02	74.91	566.93	535.00	17.24	13.45	50.30	400.33
		Уплотненный полдник										
4.79/1 7.023 7.023-2	12	Кефир / йогурт питьевой	200.00	5.04	5.76	7.38	100.80	150.00	4.20	4.80	6.15	84.00
7.14/5/2	13	Запеканка из творога с рисом	150.00	18.42	27.67	26.62	426.49	150.00	18.42	27.67	26.62	426.49
7.004	14	Сгущенное молоко/соус молочный	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15	15.00	1.11	1.31	8.60	49.15
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005	16	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	420.00	31.49	36.75	90.66	829.34	350.00	27.57	34.83	67.92	697.64
		Итого за день	1,687.00	67.33	71.18	242.36	1,886.33	1,285.00	60.05	70.36	209.86	1,636.39

МЕНЮ 17 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										
4.11/7	1	Тефтели рыбные в соусе (ясли)	0	0	0	0	0	150.00	12.73	7.47	13.03	208.02
7.н016/8	2	Рыба с овощами в омлете (сад)	200.00	25.76	13.36	4.80	306.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.067	3	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	466.00	35.19	25.47	48.68	622.24	345.00	19.42	17.76	41.96	440.91
		10:00										
7.346	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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	7	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	8	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	200.00	1.36	2.76	7.16	60.28	150.00	1.02	2.07	5.37	45.21
7.6/9/3 7.6/9/1	9	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами	200.00	14.06	10.82	32.00	302.50	150.00	10.52	8.10	23.99	226.88
7.4/11,/2	10	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	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	710.00	20.50	17.13	85.84	590.12	530.00	14.35	12.55	56.96	410.03
		Уплотненный полдник										
4.79	13	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
4.16/4	14	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200.00	4.94	6.44	24.20	188.76	150.00	3.71	4.83	18.15	141.57
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/12 7.9/12 7.181-2 7.14/12	16	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	60-90	0.00	0.00	0.00	0.00	50-60	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	425.00	14.34	13.29	58.62	420.26	320.00	10.19	9.90	40.23	297.87
		Итого за день	1,701.00	70.53	55.99	203.24	1,678.62	1,295.00	44.46	40.31	149.25	1,194.81

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										
4.11/5	1	Запеканка из творога с изюмом	150.00	19.18	23.92	25.03	433.86	150.00	19.18	23.92	25.03	433.86
4.2/11	2	Соус молочный сладкий	20.00	0.47	1.01	2.98	24.91	20.00	0.47	1.01	2.98	24.91
7.285	3	Какао с молоком	200.00	3.08	3.12	15.78	110.94	150.00	2.31	2.34	11.84	83.21
7.261 7.261-1	4	Батон с маслом	57.00	3.90	7.05	26.85	168.37	34.00	6.85	12.35	47.12	295.35
		Итого за прием	427.00	26.63	35.10	70.64	738.08	354.00	28.81	39.62	86.97	837.33
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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										
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	45.00	0.71	2.70	5.83	54.18
7.060	8	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	200.00	2.14	3.50	16.58	112.92	150.00	1.30	0.83	9.86	55.00
2022/335	9	Запеканка капустная с мясом	200.00	22.15	21.62	18.03	379.06	180.00	17.33	16.92	14.11	296.66
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	700.00	29.20	29.50	81.09	729.68	555.00	21.32	20.81	52.67	502.79
		Уплотненный полдник										
7.023 7.023-2 4.79/1	12	Йогурт питьевой/кефир	180.00	8.98	5.74	15.28	152.75	150.00	7.49	4.79	12.74	127.29
4.17/4	13	Каша молочная ассорти (рис,кукуруза) с маслом	200.00	4.62	6.24	25.06	187.56	150.00	3.46	4.68	18.79	140.67
7.050 7.051	14	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.277 7.221 7.308	15	Печенье/вафли	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	435.00	20.52	13.99	88.40	593.21	335.00	14.79	10.52	58.08	405.96
		Итого за день	1,662.00	76.85	78.69	250.23	2,106.97	1,344.00	65.42	71.05	207.82	1,792.08

МЕНЮ 19 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										
7.9/7/3 7.9/7	1	Биточки (котлеты) рыбные	80.00	10.84	1.54	6.18	107.23	50.00	6.77	0.96	3.87	67.03
7.074	2	Картофельное пюре	100.00	2.10	3.19	13.35	97.07	100.00	2.10	3.19	13.35	97.07
7.067	3	Кофейный напиток с молоком	200.00	2.80	2.82	17.18	116.12	150.00	2.10	2.12	12.89	87.09
7.357/4 7.420	4	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	446.00	22.37	16.84	63.41	520.04	345.00	15.56	14.44	46.15	396.99
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7.031	6	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	7	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60.00	0.78	2.46	6.78	46.52	30.00	0.39	1.23	3.39	23.26
7.н246	8	Рассольник домашний на курином бульоне со сметаной	200.00	2.02	2.74	13.30	89.90	150.00	1.51	2.05	9.97	67.42
7.4/9/2 7.4/9/1	9	Плов из мяса кур	200.00	19.36	18.08	29.68	384.80	180.00	17.42	16.27	26.71	346.32
4.6/10	10	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	11	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	700.00	26.12	24.00	88.46	686.68	540.00	21.30	19.91	62.94	533.95
		Уплотненный полдник										
4.79	12	Молоко	200.00	5.60	6.40	9.40	116.00	150.00	4.20	4.80	7.05	87.00
7.н180/2	13	Рагу из овощей	200.00	3.82	4.32	20.40	141.18	150.00	2.86	3.24	15.30	105.88
7.050 7.051	14	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.005 7.308	15	Печенье	30.00	3.12	1.56	23.04	137.40	15.00	1.56	0.78	11.52	68.70
		Итого за прием	455.00	16.34	12.73	77.86	510.08	335.00	10.90	9.09	48.90	330.88
		Итого за день	1,701.00	65.33	53.67	239.83	1,762.80	1,320.00	48.26	43.54	168.09	1,307.82

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										
7.37/3 7.37/3/1	1	Капустная запеканка	180.00	6.14	10.62	30.52	222.12	150.00	5.47	9.16	25.45	189.49
7.033 7.12/10 7.354/2	2	Чай сладкий на молоке-ясли, чай с молоком-сад/чай с сахаром	200.00	1.32	1.42	11.22	66.90	150.00	3.50	3.75	12.96	40.50
7.357/4 7.420	3	Батон с маслом с сыром	66.00	6.63	9.29	26.70	199.62	45.00	4.59	8.17	16.04	145.80
		Итого за прием	446.00	14.09	21.33	68.44	488.64	345.00	13.56	21.08	54.45	375.79
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	4	Фрукты	100	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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										
7.1/110 7.2/110	6	Салат яичный с соленым огурцом и зеленым горошком (консервированным)	60.00	5.09	5.83	1.14	85.85	45.00	3.82	4.37	0.86	64.39
7.258/2 7.5/2/5	7	Свекольник вегетарианский со сметаной	200.00	1.76	4.58	14.04	106.72	150.00	1.31	2.94	10.29	74.22
7.256	8	Гуляш из отварного мяса	80.00	11.76	11.96	3.70	187.60	60.00	9.36	8.66	2.63	138.95
7.074 7.64с/5	10	Картофельное пюре	150.00	2.96	3.92	21.96	143.99	100.00	2.10	3.19	13.35	97.07
4.6/10	11	Компот из сухофруктов	200.00	0.00	0.00	13.62	56.86	150.00	0.00	0.00	10.22	42.65
7.002/1 7.003	12	Хлеб ржаной	40.00	3.96	0.72	25.08	108.60	30.00	1.98	0.36	12.65	54.30
		Итого за прием	730.00	25.53	27.01	79.54	689.62	535.00	18.57	19.52	50.00	471.58
		Уплотненный полдник										
4.79/1 7.023 7.023-2	13	Кефир / йогурт питьевой	200.00	5.04	5.76	7.38	100.80	150.00	4.20	4.80	6.15	84.00
4.11/4	14	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
7.050 7.051	15	Хлеб Крестьянский	25.00	3.80	0.45	25.02	115.50	20.00	2.28	0.27	15.03	69.30
7.085 7.150 7.148/1 4.12/12 7.9/12	16	Пирожки печеные с сухофруктами / с овощной начинкой	50,00- 60,00	0.00	0.00	0.00	0.00	60,00- 90,00	0.00	0.00	0.00	0.00
		Итого за прием	425.00	14.72	12.79	58.50	423.78	320.00	10.89	10.01	40.76	308.91
		Итого за день	1,701.00	54.84	61.23	216.58	1,648.04	1,300.00	43.52	50.71	155.31	1,202.28