

СОГЛАСОВАНО: Заведующий



Мальгинова Л.А.

| 1 ДЕНЬ САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет) 12 декабря | | | | | | |
|--|------------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|
| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал |
| | | | Белки | Жиры | Углев. | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 281/2012 | КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ | 200 | 7,23 | 7,33 | 29,71 | 213,76 |
| 514/2012 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,90 | 2,51 | 19,77 | 113,32 |
| 107/2012 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ | 30/5 | 2,51 | 4,55 | 15,76 | 113,89 |
| <i>Итого:</i> | | 435 | 12,64 | 14,39 | 65,24 | 440,97 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| 126/2012 | ФРУКТ | 100 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 71,04 |
| <i>Итого:</i> | | 100 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 71,04 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 3/2012 | САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 60 | 0,09 | 6,05 | 5,78 | 81,58 |
| 145/2012 | СВЕКОЛЬНИК | 200 | 6,65 | 5,45 | 9,26 | 112,68 |
| 354/2018 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | 200 | 13,53 | 7,56 | 6,99 | 150,16 |
| 404/2018 | СОУС МОЛОЧНЫЙ | 30 | 1,43 | 2,61 | 4,08 | 45,55 |
| 523/2012 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 200 | 0,26 | 0,21 | 25,07 | 103,20 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| 122/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,98 | 0,25 | 11,90 | 57,75 |
| <i>Итого:</i> | | 740 | 25,92 | 22,28 | 74,23 | 604,77 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 529/2012 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 106,60 |
| 538/2018 | ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ | 60 | 5,35 | 1,42 | 34,91 | 173,82 |
| <i>Итого:</i> | | 250 | 11,15 | 6,42 | 44,51 | 280,42 |
| УЖИН | | | | | | |
| 212/2012 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 200 | 4,33 | 9,25 | 13,16 | 153,24 |
| 506/2012 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,00 | 0,00 | 15,04 | 60,15 |

| | | | | | | |
|-----------------------|----------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 122/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,98 | 0,25 | 11,90 | 57,75 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| Итого: | | 450 | 8,29 | 9,65 | 51,25 | 324,99 |
| Всего за день: | | | | | | |
| | | 1975 | 67,54 | 53,95 | 267,57 | 1722,19 |

| 1 ДЕНЬ | | ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 1-3 лет) | | | | |
|---------------------|------------------------------------|--|---------------------|--------------|--------------|---------------|
| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал |
| | | | Белки | Жиры | Углев. | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 281/2012 | КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ | 150 | 4,23 | 5,33 | 22,71 | 193,76 |
| 514/2012 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,90 | 2,51 | 19,77 | 113,32 |
| 107/2012 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ | 30/5 | 2,51 | 4,55 | 15,76 | 113,89 |
| Итого: | | 385 | 9,64 | 12,39 | 58,24 | 420,97 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| 126/2012 | ФРУКТ | 100 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 71,04 |
| Итого: | | 100 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 71,04 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 3/2012 | САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 40 | 0,05 | 4,05 | 3,78 | 61,58 |
| 145/2012 | СВЕКОЛЬНИК | 150 | 6,65 | 5,45 | 9,26 | 91,68 |
| 354/2018 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | 150 | 13,53 | 7,56 | 6,99 | 120,16 |
| 404/2018 | СОУС МОЛОЧНЫЙ | 30 | 1,43 | 2,61 | 4,08 | 45,55 |
| 523/2012 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 200 | 0,26 | 0,21 | 25,07 | 103,20 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| 122/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,98 | 0,25 | 11,90 | 57,75 |
| Итого: | | 620 | 25,88 | 20,28 | 72,23 | 533,77 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 529/2012 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 94,60 |
| 538/2018 | ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ | 60 | 5,35 | 1,42 | 34,91 | 173,82 |
| Итого: | | 210 | 10,06 | 10,66 | 44,46 | 280,42 |

| УЖИН | | | | | | |
|-----------------------|------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 212/2012 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 150 | 4,33 | 9,25 | 13,16 | 113,24 |
| 506/2012 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,00 | 0,00 | 15,04 | 60,15 |
| 122/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,98 | 0,25 | 11,90 | 57,75 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| Итого: | | 400 | 8,29 | 9,65 | 51,25 | 284,99 |
| Всего за день: | | | | | | |
| | | 1715 | 67,54 | 53,95 | 267,57 | 1591,19 |

| 1 ДЕНЬ САД МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ (дети от 3-7 лет) | | | | | | |
|---|-------------------------------|------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|
| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал |
| | | | Белки | Жиры | Углев. | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 270/2012 | КАША ЯЧНЕВАЯ | 200 | 7,68 | 11,58 | 34,40 | 200,52 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| 114/2012 | СЫР | 10 | 3,84 | 3,92 | 0,00 | 50,60 |
| 505/2012 | ЧАЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 10,05 | 60,19 |
| Итого: | | 435 | 13,50 | 15,65 | 55,60 | 365,16 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| 126/2012 | ФРУКТ | 100 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 71,04 |
| Итого: | | 100 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 71,04 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 3/2012 | САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 60 | 0,09 | 6,05 | 5,78 | 81,58 |
| 169/2012 | СУП С ПШЕНОМ | 200 | 1,91 | 6,94 | 7,44 | 99,86 |
| 252/2012 | КНЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ С РИСОМ | 70 | 13,53 | 7,56 | 6,99 | 150,16 |
| 435/2012 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 5,46 | 9,23 | 27,74 | 148,12 |
| 522/2012 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 200 | 0,26 | 0,21 | 25,07 | 103,20 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| Итого: | | 710 | 23,23 | 30,14 | 84,17 | 636,77 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------|------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 530/2012 | КЕФИР | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,20 |
| 58/2012 | ГРЕНКИ | 60 | 5,35 | 1,42 | 34,21 | 153,82 |
| <i>Итого:</i> | | 260 | 11,15 | 6,42 | 42,21 | 254,02 |
| УЖИН | | | | | | |
| 269/2012 | ИНДЕКА С ОВОЦАМИ | 200 | 4,33 | 9,25 | 13,16 | 153,24 |
| 505/2012 | ЧАЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 10,05 | 60,19 |
| 123/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,98 | 0,15 | 11,15 | 53,85 |
| <i>Итого:</i> | | 450 | 6,31 | 9,65 | 34,36 | 267,28 |
| Всего за день: | | | | | | |
| | | 1955 | 54,83 | 62,50 | 232,02 | 1594,27 |