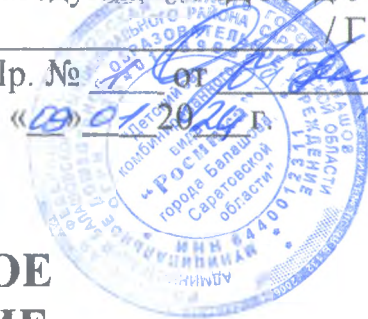


«Утверждаю»
Заведующий МДОУ д/с «Росинка»
/ Г.Г. Орехова

Пр. № _____ от _____ 2024 г.

«01» 2024 г.



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

***ОСНОВНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ***

с 1,5 до 3 лет

с 3 до 7 лет

№, ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК											
	Каша манная	160,00	170,00	4,30	6,53	3,60	7,03	13,20	38,78	230,10	244,92
3	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,93	29,02	37,40
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,97	3,97	0,02	0,02	37,40	37,40
	ИТОГО	350,00	400,00	5,88	8,48	8,05	11,60	31,86	62,13	347,32	383,22
2-й ЗАВТРАК											
	Сок фруктовый / Напиток витаминный	100,00		0,04				9,80		42,00	
			100,00						9,70		95,00
	ИТОГО	100,00	100,00	0,04	0,00	0,00	0,00	9,80	9,70	42,00	95,00
ОБЕД											
	Суп с клецками	150,00	200,00	2,21	3,00	1,98	2,63	10,20	13,47	69,21	89,53
0	Плов из отварной курицы	120,00	170,00	9,02	12,02	16,21	17,44	12,40	15,21	230,11	260,10
	Компот из сухофруктов	150,00	170,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,30	45,00	60,00
	ИТОГО	460,00	600,00	13,64	18,60	18,50	20,52	51,49	66,60	426,52	510,95
ПОЛДНИК											
	Кофейный напиток на молоке	180,00	200,00	2,41	3,79	2,91	3,19	18,61	19,71	100,01	118,69
	Печенье	20,00	50,00	1,15	2,31	2,12	4,81	9,21	9,44	121,10	146,30
	ИТОГО	200,00	250,00	3,56	6,10	5,03	8,00	27,82	29,15	221,11	264,99
УЖИН											
	Салат картофельный с зеленым горошком	170,00	210,00	3,81	4,56	16,91	17,07	15,45	16,14	210,50	235,50
	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,93	29,02	37,40
	Батон	20,00	40,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,69	11,40	40,80	53,30
	ИТОГО	390,00	450,00	5,07	6,29	17,19	17,97	32,10	37,47	280,32	326,20
	ИТОГО	1500,00	1800,00	28,20	39,47	48,77	58,09	153,07	205,05	1317,27	1580,36

№, ТК	Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
2		5									
	Каша «Боярская»	160,00	170,00	6,90	7,20	6,18	8,21	18,28	20,81	210,03	231,58
	Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
	Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
	Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	4,00	4,00	29,34	29,34
	ИТОГО	350,00	400,00	8,48	9,15	9,96	12,11	40,92	48,16	319,19	361,22
	2-й ЗАВТРАК										
	Сок яблочный	100,00	100,00	0,40	0,40			9,80	9,80	42,00	42,00
	ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	9,80	9,80	42,00	42,00
	ОБЕД										
	Борщ с капустой и картофелем	150,00	180,00	4,61	4,97	6,89	7,17	15,86	18,63	150,69	171,32
	Сметана	5,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
	Котлета мясная	50,00	60,00	6,82	7,60	6,97	7,98	19,58	22,27	164,80	179,96
	Макаронные изделия отварные	100,00	120,00	4,06	5,44	0,42	0,59	37,29	43,36	160,26	174,38
	Компот из сухофруктов	160,00	170,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
	Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
	Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,30	45,00	60,00
	ИТОГО	505,00	600,00	18,23	21,92	16,99	18,59	102,00	122,56	627,67	711,70
	ПОЛДНИК										
	Чай с молоком	150,00	200,00	2,12	2,79	2,40	2,55	12,91	13,27	85,20	87,25
	Гренки с сыром	50,00	50,00	4,90	5,20	5,00	5,30	18,10	19,60	135,90	146,90
	ИТОГО	200,00	250,00	7,02	7,99	7,40	7,85	31,01	32,87	221,10	234,15
	УЖИН										
	Свиное рагу	180,00	230,00	3,20	3,72	12,21	14,78	21,91	22,57	201,12	234,99
	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	Батон	20,00	30,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,68	11,40	40,80	53,30
	ИТОГО	400,00	460,00	4,46	5,45	12,49	15,68	38,55	43,92	270,94	325,69
	ИТОГО	1555,00	1810,00	38,60	44,91	46,84	54,23	222,28	257,31	1480,90	1674,76

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Суп молочный	160,00	180,00	4,12	6,81	5,24	8,46	12,30	20,40	109,96	180,77
Чай с сахаром	150,00	180,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
Витон	30,00	30,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
Сыр	7,00	7,00	1,80	2,40	1,70	2,40			24,00	24,00
Масло сливочное 72,5%	3,00	3,00	0,02	0,02	2,48	2,48	0,03	0,03	24,44	24,44
ИТОГО	350,00	400,00	7,50	11,16	9,90	13,94	30,97	43,78	238,22	329,51
2-й ЗАВТРАК										
Фрукты (яблоко)	95,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО	95,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
ОБЕД										
Салат витаминный	30,00	40,00	0,20	0,57	4,90	5,67	4,91	5,77	68,81	70,97
Супкольник	160,00	180,00	5,35	7,08	9,24	12,10	12,40	18,60	163,80	209,06
Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
Рыбные котлеты	60,00	70,00	0,79	1,10	6,35	8,20	4,48	6,38	77,60	102,60
Рис отварной	90,00	120,00	4,96	5,18	0,44	0,63	28,20	31,50	177,01	188,40
Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	57,80
ИТОГО	540,00	660,00	14,04	17,84	23,64	29,45	79,26	100,56	639,14	754,87
ПОЛДНИК										
Молоко	170,00	200,00	1,30	1,40	1,50	1,60	16,21	17,35	70,11	89,32
Витон	30,00	50,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	53,30
ИТОГО	200,00	250,00	2,84	3,30	1,98	2,20	26,89	30,75	120,91	142,62
УЖИН										
Сырники из творога	180,00	200,00	14,44	16,81	6,81	7,48	25,01	29,59	220,01	340,50
Суп молочный	50,00	50,00	1,17	1,27	2,40	2,67	8,00	8,16	58,00	61,00
Чай с сахаром	170,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
ИТОГО	400,00	450,00	15,63	18,11	9,21	10,15	40,97	47,70	307,03	438,50
ИТОГО	1585,00	1860,00	40,42	50,81	44,73	55,74	189,39	234,09	1351,30	1711,50

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная	160,00	170,00	7,89	9,80	11,82	13,94	39,81	41,73	320,20	331,60
Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,31	29,31
ИТОГО	350,00	400,00	9,47	11,75	15,60	17,84	58,49	65,12	429,33	461,61
2-й ЗАВТРАК										
Фрукты (яблоко)	100,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
ОБЕД										
Щи из мясном бульоне	150,00	200,00	3,97	4,32	7,98	8,63	11,36	12,69	170,26	174,15
Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
Мисные биточки	50,00	60,00	9,68	11,04	8,35	10,72	8,04	9,27	172,05	161,64
Макаронные изделия отварные/	70,00		3,68		3,53		23,55		140,73	
Гороховое пюре		120,00		11,59		3,39		26,85		212,12
Компот из сухофруктов	130,00	150,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,98	1,43	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО	450,00	600,00	20,07	30,84	22,57	25,59	72,22	87,12	634,96	733,95
ПОЛДНИК										
Салат фруктовый	170,00	200,00	0,70	0,80			15,00	19,00	78,00	84,00
Печенье	30,00	50,00	4,90	6,12	3,86	3,90	25,76	32,20	154,40	193,00
ИТОГО	200,00	250,00	5,60	6,92	3,86	3,90	40,76	51,20	232,40	277,00
УЖИН										
Щи вегетарианский с сухофруктами	200,00	220,00	5,00	5,78	10,72	12,26	69,15	81,65	180,00	210,00
Батон	20,00	30,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,68	11,40	40,80	53,30
Чай с сахаром	180,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
ИТОГО	400,00	450,00	6,26	7,51	11,00	13,16	85,79	103,00	249,82	300,70
ИТОГО	1500,00	1800,00	41,81	57,42	53,03	60,49	268,56	317,74	1592,51	1819,26

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

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша гречневая молочная	160,00	170,00	6,80	7,04	7,15	8,21	29,13	35,13	220,15	246,17
Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34
ИТОГО	350,00	400,00	8,38	8,99	10,93	12,11	47,81	58,52	329,31	376,01
2-й ЗАВТРАК										
Сок яблочный	100,00	100,00	0,40	0,40			9,80	9,80	42,00	42,00
ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	9,80	9,80	42,00	42,00
ОБЕД										
Рассольник	160,00	200,00	5,35	7,08	9,24	12,10	15,40	18,68	163,80	209,00
Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
Тефтели из говядины с рисом	60,00	70,00	8,90	9,16	12,01	12,53	8,08	9,46	170,10	196,14
Свекла тушеная	60,00	80,00	0,58	1,59	2,89	3,71	10,06	11,95	69,58	87,42
Компот из сухофруктов	120,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,93	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО	450,00	600,00	17,52	21,74	26,85	31,19	62,81	78,40	555,40	678,60
ПОЛДНИК										
Какао	150,00	180,00	3,91	4,85	4,91	5,04	38,91	42,73	171,11	195,71
Булочка домашняя	50,00	70,00	3,01	3,29	6,81	7,07	23,12	27,67	162,12	171,38
ИТОГО	200,00	250,00	6,92	8,14	11,72	12,11	62,03	70,40	333,23	367,09
УЖИН										
Макароны отварные с кабачковой икрой	180,00	220,00	5,11	6,80	8,21	9,32	38,05	40,12	250,00	271,56
Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
Батон	20,00	30,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
ИТОГО	400,00	450,00	6,67	8,73	8,69	9,92	56,69	63,47	329,82	372,46
ИТОГО	1500,00	1800,00	39,90	48,00	58,19	65,33	239,14	280,59	1589,76	1836,16

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Суп молочный с макаронными изделиями	160,00	180,00	6,03	6,85	8,50	10,80	17,20	20,40	164,80	203,80
Чай с сахаром	150,00	180,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,00
Сыр	7,00	7,00	1,80	2,40	1,70	2,40			24,00	24,00
Битон	30,00	30,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
Масло сливочное 72,5%	3,00	3,00	0,02	0,02	2,48	2,48	0,03	0,03	24,44	24,44
ИТОГО	350,00	400,00	9,41	11,20	13,16	16,28	35,87	43,78	293,06	352,74
2-й ЗАВТРАК										
Фрукты (яблоко) / Напиток витаминный	100,00		0,40				11,30		46,00	
		100,00						97,00		95,00
ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,00	0,00	0,00	11,30	97,00	46,00	95,00
ОБЕД										
Салат из моркови	30,00	40,00	0,48	0,57	4,90	5,64	4,21	5,19	51,20	68,40
Суп "Снежок" с мясом птицы	150,00	180,00	5,30	6,53	7,20	7,85	13,98	18,20	167,00	201,20
Печеночные оладьи	60,00	70,00	19,40	29,40	8,00	9,30	7,00	7,80	186,00	192,00
Картофель отварной	90,00	120,00	3,98	4,26	7,96	8,08	30,06	31,12	192,50	212,07
Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО	520,00	650,00	31,07	44,34	28,37	31,32	84,14	100,24	723,90	834,99
ПОЛДНИК										
Кофейный напиток на молоке	170,00	200,00	2,71	5,79	3,80	4,19	19,61	20,71	115,50	123,70
Сухарик	30,00	50,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50
ИТОГО	200,00	250,00	4,25	7,69	4,28	4,79	30,29	34,11	166,30	187,20
УЖИН										
Вареники ленивые	220,00	250,00	14,52	17,16	7,70	9,10	15,18	17,94	190,30	224,90
Чай с сахаром	180,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
ИТОГО	400,00	450,00	14,54	17,19	7,70	9,10	23,14	27,89	219,32	262,30
ИТОГО	1570,00	1850,00	59,68	80,42	53,51	61,49	184,74	303,02	1448,58	1732,23

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Яйцо отварное	50,00	50,00	6,45	6,45	5,80	5,80	6,40	6,40	80,00	80,00	
Кофейный напиток на молоке	200,00	220,00	2,41	3,79	2,91	3,19	18,61	19,71	100,01	118,69	
Батон	30,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50	
Сыр	10,00	15,00	3,78	4,20	3,90	4,90	0,00	0,00	72,68	74,20	
Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34	
ИТОГО	295,00	330,00	14,20	16,36	16,39	17,79	35,73	39,55	332,83	365,73	
2-й ЗАВТРАК											
Фрукты (яблоко)	100,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00	
ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00	
ОБЕД											
Суп лапша по домашнему с курицей	160,00	180,00	3,95	5,32	6,30	8,80	12,68	16,01	122,76	163,83	
Жаркое по домашнему с мясом	150,00	180,00	22,80	24,70	18,90	19,08	26,15	28,29	298,01	300,02	
Компот из сухофруктов	150,00	180,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52	
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80	
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00	
ИТОГО	500,00	600,00	28,66	33,60	25,51	28,33	67,72	82,23	547,97	625,17	
ПОЛДНИК											
Йогурт	200,00	250,00	4,70	5,00	2,90	3,20	2,80	3,50	64,00	66,00	
9 Булочка "Веснушка"	50,00	60,00	4,01	4,21	400,00	4,41	33,00	35,30	170,10	190,30	
ИТОГО	250,00	310,00	8,71	9,21	402,90	7,61	35,80	38,80	234,10	256,30	
УЖИН											
Венигрет	200,00	220,00	0,91	1,89	13,10	15,21	11,21	12,48	180,36	193,89	
Чай с сахаром	170,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40	
Батон	30,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50	
ИТОГО	400,00	460,00	2,47	3,82	13,58	15,81	29,85	35,83	260,18	294,79	
ИТОГО	1545,00	1800,00	54,44	63,39	458,38	69,54	180,40	207,71	1421,08	1587,99	

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша молочная «Дружба»	160,00	170,00	3,35	4,44	3,80	5,20	15,60	24,20	106,40	156,40	
Чай с молоком	150,00	185,00	1,89	1,95	2,21	5,00	11,98	13,91	84,20	125,29	
Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,50	
Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,34	29,34	
ИТОГО	350,00	400,00	6,80	8,31	9,79	14,10	38,30	51,55	270,74	374,53	
2-й ЗАВТРАК											
Сок фруктовый	100,00	100,00	0,40	0,40			9,80	9,80	42,00	42,00	
ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	9,80	9,80	42,00	42,00	
ОБЕД											
Суп из овощей на курином бульоне	160,00	200,00	1,97	2,23	22,13	25,28	17,41	19,56	94,56	99,47	
Рыба запеченная в омлете	70,00	80,00	13,80	14,90	8,21	9,27	3,79	4,48	140,15	160,95	
Салат из свеклы с солёным огурцом	30,00	80,00	0,42	0,63	4,81	5,04	3,79	3,88	59,80	63,40	
Компот из сухофруктов	150,00	200,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52	
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80	
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00	
ИТОГО	450,00	620,00	18,10	21,34	35,46	40,04	53,88	65,85	421,71	485,14	
ПОЛДНИК											
0	Какао	150,00	200,00	3,91	4,85	4,01	5,04	38,01	42,73	181,11	195,71
0	Булочка "Нежная"	50,00	50,00	3,01	3,29	6,81	7,07	23,12	27,67	162,12	171,38
	ИТОГО	200,00	250,00	6,92	8,14	10,82	12,11	61,13	70,40	343,23	367,09
УЖИН											
27	Творожно-рисовый пудинг	180,00	200,00	8,30	11,96	4,91	5,38	23,21	28,81	221,10	257,68
21	Соус молочный	40,00	50,00	1,17	1,27	2,40	2,67	3,00	8,16	58,00	61,00
63	Чай с сахаром	180,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
	ИТОГО	400,00	450,00	9,49	13,26	7,31	8,05	34,17	46,92	308,12	356,08
	ИТОГО	1500,00	1820,00	41,71	51,45	63,38	74,30	197,28	244,52	1385,80	1624,84

Наименование блюда	Выход блюд (гр.)		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша геркулесрвая молочная	160,00	170,00	4,48	5,12	5,94	6,62	31,00	32,64	200,30	210,30
Чай с сахаром	150,00	185,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
Батон	35,00	40,00	1,54	1,90	0,48	0,60	10,68	13,40	50,80	63,30
Масло сливочное 72,5%	5,00	5,00	0,02	0,02	3,30	3,30	0,04	0,04	29,30	29,30
ИТОГО	350,00	400,00	6,06	7,07	9,72	10,52	49,68	56,03	309,42	340,30
2-й ЗАВТРАК										
Фрукты (яблоко)	100,00	100,00	0,40	0,40			11,30	11,30	46,00	46,00
ИТОГО	100,00	100,00	0,40	0,40	0,00	0,00	11,30	11,30	46,00	46,00
ОБЕД										
Суп крестьянский	160,00	200,00	1,18	2,18	7,36	8,50	11,27	12,72	135,47	138,47
Сметана	10,00	10,00	0,33	0,33	2,40	2,40	0,38	0,38	24,72	24,72
Ленивые голубцы с мясом	110,00	180,00	5,89	6,56	6,02	6,64	3,98	4,93	98,00	106,21
Компот из сухофруктов	130,00	150,00	0,05	0,06			9,30	11,55	36,00	43,52
Хлеб ржаной	20,00	30,00	0,48	1,45	0,18	0,25	10,05	12,07	46,20	57,80
Хлеб пшеничный	20,00	30,00	1,38	2,07	0,13	0,20	9,54	14,31	45,00	60,00
ИТОГО	450,00	600,00	9,31	12,65	16,09	17,99	44,52	55,96	385,39	430,72
ПОЛДНИК										
2 Чай с молоком	170,00	200,00	2,12	2,73	2,40	2,55	12,46	14,67	85,20	127,24
Печенье	30,00	30,00	4,90	6,12	3,86	3,90	25,76	32,20	154,40	193,00
ИТОГО	200,00	230,00	7,02	8,85	6,26	6,45	38,22	46,87	239,60	320,24
УЖИН										
Каша манная молочная	180,00	220,00	2,12	2,73	2,40	2,55	12,46	14,67	85,20	127,24
53 Чай с сахаром	200,00	200,00	0,02	0,03			7,96	9,95	29,02	37,40
Батон	20,00	30,00	1,24	1,70	0,28	0,90	8,68	11,40	40,80	53,30
ИТОГО	400,00	450,00	3,38	4,46	2,68	3,45	29,10	36,02	155,02	217,94
ИТОГО	1500,00	1780,00	26,18	33,43	34,75	38,41	172,82	206,18	1135,43	1355,20