

Поставщики продуктов питания

№	Наименование поставщика	Поставляемые продукты
1	ООО «Русмясомолторг»	Печень, мясо говядины, мясо свинины, куры
2	ООО «РодСторГрупп»	Молоко, сметана, кефир, варенец, ряженка, творог.
3	ИП Карлсон	Рыба
4	ООО «Метр»	Овощи, фрукты
5	АО «ППЗ Хабаровский»	Яйцо
6	ООО «Салерма -ДВ»	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, батон
7	ООО «Диал»	Бакалея
8	ООО «Тим 27»	Масло сливочное, сыр

Режим питания детей

Возраст	Завтрак	2 Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
2-3 года	8.10-8.40	10.00-10.30	11.30-12.00	15.00-15.30	16.40-17.10
3-4 года	8.15-8.45	10.05-10.35	11.40-12.10	15.05-15.35	16.50-17.20
4-5 лет	8.20-8.50	10.10-10.30	11.50-12.20	15.10-15.40	17.00-17.30
5-6 лет	8.25-8.55	10.15-10.45	11.55-12.25	15.15-15.45	17.05-17.35
6-7 лет	8.30-9.00	10.20-10.50	12.10-12.40	15.20-15.50	17.20-17.50

Утверждаю _____		ПОНЕДЕЛЬНИК															
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецеп			
				Белки		Жиры		Углеводы									
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Неделя 1, 1 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (рис)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140			
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576			
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79			
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465			
	Итого за прием пищи	345	415	7,005	8,338	10,2	11,712	27,42	34,625	240,45	300,2	2,22	3,19				
второй завтрак	сок	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	2,6	501			
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	2,6				
обед	Борщ с картофелем	150	180	1,41	1,692	6,715	13,258	5,73	6,876	92,95	107,54	7,025	8,03	94			
	Мак.изд. отварные	110	130	4,07	4,81	3,63	4,29	33,67	35,61	135,3	159,9	0	0	256			
	Гуляш из говядины	50	70	7,56	10,59	9,73	13,62	2,53	6,75	111	164,4	0,33	0,47	327			
	Салат витаминный	30	50	0,36	0,6	1,53	2,95	1,65	2,75	21,9	39,5	10,9	15,16	26			
	Кисель из сухофруктов	150	180	0,15	0,18	0,15	0,18	17,85	21,42	73,5	88,2	1,9	2,72	495			
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574			
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573			
	Итого за прием пищи	550	690	18,27	24,152	22,515	35,288	87,31	108,22	563,85	732,7	20,2	26,4				
полдник	Крендель сахарный	60	60	5,3	5,3	4,7	4,7	28,8	28,8	179	179	0	0	460			
	Ряженка	150	200	4,35	5,4	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4	470			
	Итого за прием пищи	210	260	9,65	10,7	8,45	9,7	34,8	36,8	254,75	280	1,05	1,4				
ужин	Суфле из творога паровое	110	140	14,3	18,2	5,5	7	14,3	18,2	163,9	208,6	0,33	0,42	284			
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406			
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459			
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573			
	Итого за прием пищи	350	380	17,05	20,95	7,676	9,176	35,85	39,75	280,54	325,24	3,826	3,916				
	итоги за день		1455	1745	51,975	64,14	48,841	65,876	185,38	219,391	1339,59	1638,2	27,26	34,89			

Утверждаю		ВТОРНИК												
Прием пищи	Наименование блюда			Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур ы
				Белки		Жиры		Углеводы						
		Вес блюда												
Неделя 1, 2 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (пшено)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	16,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75
	Кофейный напиток с с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465
	Итого за прием пищи	355	430	9,325	11,818	13,15	16,137	32,42	34,625	276,25	353,9	2,284	3,28	
второй завтрак	сок фруктовый	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	
обед	Суп картофельный с клецками	150	180	1,59	1,98	2,1	2,52	15,67	6,804	48	57,6	2,355	2,826	115+144
	Картофельное пюре	110	130	2,97	3,51	4,4	5,2	16,38	19,54	77	91	2,64	3,12	377
	Котлеты рыбные любительские	50	70	5,44	9,3	3,99	4,1	15	33	75,86	94	0	0	308
	Соус томатный	30	30	0,285	0,285	1,1	1,1	0,48	0,48	12,57	12,57	0	0	419
	Напиток лимонный	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	83,6	75,6	0,15	0,18	495
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Огурец свежий	30	50	0,21	0,35	1,8	3	0,54	0,9	19,2	32	1,99	13,65	14
	Итого за прием пищи	580	720	15,665	22,245	14,225	17	89,7	113,62	445,43	536	7,135	19,776	
полдник	Печенье	20	30	1,5	2,25	1,96	2,94	14,88	22,32	83	124,5	0	0	582
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	85,25	107	2,05	1,4	469
	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82
	Итого за прием пищи	344	404	6,46	8,66	6,545	8,85	36,66	46,37	235,4	298,7	20,73	20,08	
ужин	Голубцы ленивые с отварным мясом	160	200	7,44	9,92	14,28	19,04	11,44	15,25	204,4	272,53	14,77	19,69	363
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	360	400	9,14	11,62	14,53	19,29	29,65	33,46	285,4	353,5	14,77	19,69	
итоги за день		1739	2104	41,09	55,093	48,55	61,427	198,53	243,23	1285,48	1611	46,919	65,826	

Утверждаю _____		СРЕДА												
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепту ры
				Белки		Жиры		Углеводы						
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 1, 3 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (овсяной)	140	180	3,08	3,96	2,66	3,42	11,58	14,22	81,2	144,4	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Какао с молоком	180	200	2,97	3,3	2,61	2,9	12,42	13,8	84,6	94	0,63	0,7	462
	Итого за прием пищи	345	415	7,175	8,478	9,72	11,032	27,6	34,245	236,05	333,58	2,224	3,19	
второй завтрак	сок	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	
обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	180	1,74	2,088	2,49	3,988	13,27	18,78	149,65	170,38	2,28	2,74	129
	Рис отварной	110	130	2,76	3,26	3,98	4,7	21,49	33,67	160,82	190,06	0	0	385
	Печень говяжья по- строгановски	70	90	13,65	17,55	6,58	8,46	5,32	6,84	135,1	173,7	2,8	3,6	356
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,075	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	495
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Итого за прием пищи	540	660	23,32	29,72	13,89	18,228	81,035	112,19	638,37	782,94	5,23	6,52	
полдник	Пряник	20	40	1,18	1,77	0,94	1,41	15	22,5	73,2	109,8	0	0	581
	Компот из свежих яблок с лимоном	150	180	0,225	0,27	0,15	0,18	10,65	12,78	45	54	2,48	2,97	487
	Итого за прием пищи	170	220	1,405	2,04	1,09	1,59	25,65	35,28	118,2	163,8	2,48	2,97	
ужин	Омлет натуральный	110	130	11,06	12,75	2,74	3,66	12,87	13,83	90,62	107,5	0,47	0,5	300
	Салат из капусты белокач.	30	50	0,435	0,725	1,83	3,05	2,52	4,2	38,2	47	7,1	8,5	1
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	340	380	13,285	15,265	4,82	6,96	33,78	36,42	211,62	237,3	10,97	12,4	
итоги за день		1525	1845	50,08	56,251	29,615	37,96	178,165	233,29	1385,32	1780,24	44,369	28,08	

Утверждаю		ЧЕТВЕРГ																	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая		Витамин С		№ рецепт					
				Белки		Жиры		Углеводы		ценность									
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад						
Неделя 1, 4 день. Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	16,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140					
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	1,35	1,66	576					
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79					
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75					
	Чай с молоком	180	200	1,44	1,6	1,17	1,3	10,35	11,5	57,6	64	0,27	0,3	460					
	Итого за прием пищи	355	430	8,245	10,62	12,07	14,94	30,53	32,525	254,65	329,9	2,324	2,88						
второй завтрак	сок	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501					
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3						
обед	Щи из св.капусты с картофелем	150	180	1,59	1,98	2,1	2,52	15,67	6,804	48	57,6	2,355	2,826	115/144					
	Пюре из гороха с маслом	110	130	2,75	3,25	2,893	3,419	21,67	25,61	140,4	147,68	1,14	1,52	389					
	Тефтели из говядины паровые	50	70	9,5	13,3	8,5	11,9	6,25	1,75	121,5	170,1	0	0	348					
	Напиток из шиповника	150	180	0,5	0,6	0,2	0,24	13,72	16,47	58,5	70,2	60	72	496					
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573					
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574					
	Итого за прием пищи	520	640	19,06	25,41	14,453	19,07	83,19	85,444	497,6	618,8	63,5	76,35						
полдник	Булочка домашняя	60	60	3,2	3,2	2,7	2,7	38,8	38,8	109	109	0	0	542					
	Кефир	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4	470					
	Итого за прием пищи	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4						
ужин	Пудинг из творога паровой	110	140	5,84	8,98	5,2	6,62	20,38	65,94	203,13	288,53	4,16	4,28	283					
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406					
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573					
	Итого за прием пищи	350	380	8,5	11,64	7,376	8,796	41,75	87,31	317,97	403,4	4,256	4,376						
итоги за день		1475	1800	40,66	54,71	37,749	60,27	171,57	263,15	1189	1814	44,37	50,2						

Утверждаю		ПЯТНИЦА													
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепт	
				Белки		Жиры		Углеводы							
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Неделя 1, 5 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (манка)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	19,74	25,38	121	147	0,744	0,83	231	
	Батон	20	35	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576	
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	75	
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465	
	Итого за прием пищи	345	420	7,005	8,338	10,2	11,712	35,58	45,205	270,45	330,18	2,324	3,19		
второй завтрак	сок	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501	
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3		
обед	Суп картофельный с фрикадельками (рыбными)	150	180	2,67	3,204	2,85	3,42	24,605	28,526	114,75	185,7	0	0	123	
	Жаркое по-домашнему	160	200	15,04	18,8	11,44	14,3	20,64	25,8	245,6	307	12	15	328	
	Салат из свеклы отварн. с чесно.	30	50	1,44	0,7	3,21	3,05	1,95	3,75	42,3	45,5	1,38	2,6	34	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	465	
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573	
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574	
	Итого за прием пищи	550	690	24,32	29,524	18,34	21,85	88,825	110,98	595,45	787	13,53	17,78		
полдник	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82	
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	80,25	107	1,05	1,4	469	
	Вафли	20	30	0,78	1,17	6,12	9,18	12,5	18,75	108,2	162,3	0	0	580	
	Итого за прием пищи	170	230	5,13	6,97	10,1	14,48	19,325	27,85	188,45	269,3	1,05	1,4		
ужин	Бигус	160	200	14,4	18	11,64	19,3	4,68	5,2	191,7	263	21,95	25,5	329	
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573	
	Итого за прием пищи	360	400	16,19	19,79	11,89	19,55	23,07	23,59	274,5	345,8	25,35	28,9		
итоги за день		1525	1890	53,15	65,372	50,62	67,742	203,12	222,77	1390,4	1791	44,53	54,27		

Утверждаю	ПОНЕДЕЛЬНИК													
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур
				Белки		Жиры		Углеводы						
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 2, 1 день. Завтрак	Каша "Дружба"	140	180	3,36	4,99	3,5	7,76	11,58	29,16	120,5	206,46	0,644	1,39	229
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465
	Итого за прием пищи	355	430	9,33	12,488	13,15	19,397	27,42	48,985	305,75	443,34	2,28	3,84	
второй завтрак	сок	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	
обед	Суп картофельный с фрикадельками	150	180	2,67	3,204	2,85	3,42	24,605	28,526	114,75	185,7	0	0	123
	Плов из отварной курицы	160	200	4,75	6,65	6,53	7,75	9,1	1,55	83,21	102,5	0,17	0,25	367
	Салат из капусты белокач.	30	50	0,435	0,725	1,83	3,05	2,52	4,2	38,2	47	7,1	8,5	1
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,075	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	495
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Итого за прием пищи	550	690	13	17,399	12,045	15,3	77,18	87,176	428,96	584	7,42	8,93	
полдник	Булочка ванильная	60	60	4,045	4,045	5,17	5,17	19	19	160,02	160,02	6,65	6,65	541
	Варенец	150	200	4,5	5,8	3,75	5	6,3	8	76,5	101	1,05	1,4	470
	Итого за прием пищи	150	200	4,5	5,8	3,75	5	6,3	8	76,5	101	1,05	1,4	
ужин	Пудинг из творога паровой	110	140	5,84	8,98	5,2	6,62	20,38	65,94	203,13	288,53	4,16	4,28	283
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	2720	3380	67,3	88,449	70,636	93,62	302,93	421,07	2188,21	2941,5	39,8	47,97	
итоги за день		3875	4850	94,7	54,298	47,047	60,429	208,14	254,01	1424,16	1820,4	45	50,38	

Утверждаю				ВТОРНИК															
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепт					
				Белки		Жиры		Углеводы											
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад						
Неделя 2, 2 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (овсяной)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140					
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576					
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79					
	Чай с молоком	180	200	1,44	1,6	1,17	1,3	10,35	11,5	57,6	64	0,27	0,3	460					
	Итого за прием пищи	345	415	5,925	7,138	9,12	10,512	25,53	32,525	218,85	276,18	1,86	2,79						
второй завтрак	сок	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501					
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	44,058	43	59,8	2	2,6						
обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	180	1,74	2,088	2,49	3,988	13,27	18,78	149,65	170,38	2,28	2,74	129					
	Суфле из печени	50	70	11,4	14,2	8,75	10,05	10	4,2	146	164,4	0	0	345					
	Картофельное пюре	110	130	2,97	3,5	4,4	5,2	16,38	7,54	77	91	2,64	3,12	377					
	Напиток лимонный	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	83,6	75,6	0,15	0,18	495					
	Салат из свеклы отвар. с чесно.	30	50	1,44	0,7	3,21	3,05	1,95	3,75	42,3	45,5	1,38	2,6	34					
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574					
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573					
	Итого за прием пищи	550	690	22,72	27,308	19,69	23,368	83,23	86,07	627,75	720,08	6,45	8,64						
полдник	Печенье	20	30	1,5	2,25	1,96	2,94	14,88	22,32	83	124,5	0	0	582					
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	80,25	107	1,05	1,4	469					
	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82					
	Итого за прием пищи	344	404	6,46	8,66	6,545	8,85	36,66	46,37	230,4	298,65	19,7	20,08						
ужин	Солянка из свинины	150	200	9,476	11,199	14,384	17,999	3,369	4,799	186	208	0,538	0,399	363					
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573					
	Итого за прием пищи	350	400	11,176	12,899	14,634	18,249	21,579	23,009	267	289	0,538	0,399						
итоги за день		1689	2059	46,781	56,655	50,084	61,109	177,09	434,236	1387	1643,71	30,58	34,509						

Утверждаю _____				СРЕДА										
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепту
				Белки		Жиры		Углеводы						
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 2, 3 день. Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	16,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465
	Итого за прием пищи	345	415	7,005	8,338	10,2	11,712	32,42	34,625	240,45	300,2	2,224	3,19	
второй	сок	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	
обед	Свекольник	150	180	5,37	7,9	5,745	5,894	14,5	18,4	91,2	119,44	3,345	4,014	98
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	4,07	4,81	3,63	4,29	33,67	45,61	135,3	159,9	0	0	202
	Бефстроганов из отварного мяса	50	70	6,6	6,6	3	3	9,3	9,3	176	176	6,5	6,5	359+408
	Огурец свежий	30	50	0,21	0,35	1,8	3	0,54	0,9	19,2	32	1,99	13,65	14
	Кисель из изюма	150	180	0,225	0,27	0,075	0,09	7,125	8,55	30	36	3,04	3,4	459
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Итого за прием пищи	550	690	21,2	26,21	15,01	17,264	91,015	117,57	580,9	696,5	14,88	27,564	
полдник	Вафля	20	30	0,78	1,17	6,12	9,18	12,5	18,75	108,2	162,3	0	0	580
	Компот из свежих яблок с лимоном	150	180	0,225	0,27	0,15	0,18	10,65	12,78	45	54	2,48	2,97	487
	Итого за прием пищи	170	210	1,005	1,44	6,27	9,36	23,15	31,53	153,2	216,3	2,48	2,97	
ужин	Омлет с мясом	130	150	6,44	9,92	10,28	19,04	15,44	15,25	204,4	272,53	14,77	19,69	363
	Салат из моркови	30	50	0,57	0,95	2,67	4,45	2,31	3,85	35,4	59	2,1	3,5	21
	Чай с лимоном	180	180	0,54	0,54	0,09	0,09	18,09	18,09	75,6	75,6	0,18	0,18	459
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	360	400	9,07	12,93	13,2	23,74	45,68	47,03	362,2	453,9	17,05	23,37	
итоги за день		1465	1755	62,17	65,84	47,5	46,322	200,12	257,68	1211,9	1804	45,11	51,374	

Утверждаю _____			ЧЕТВЕРГ													
Прием пищи	Итого за прием пищи	Пищевые вещества								Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепту		
		Всего		Белки		Жиры		Углеводы								
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
Неделя 2, 4 день. Завтрак	Мак.изд.отварные с сыром	110	130	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	120,5	117	0,644	0,83	259		
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576		
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79		
	Какао с молоком	180	200	1,44	1,6	1,17	1,3	10,35	11,5	57,6	64	0,27	0,3	462		
второй завтрак	Итого за прием пищи	315	365	5,925	7,138	9,12	10,512	25,53	32,53	248,35	276,18	1,864	2,79			
	сок	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501		
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6			
обед	Суп картофельный с рыбой	150	180	1,74	2,088	2,49	3,988	13,27	18,78	149,65	170,38	2,28	2,74	119		
	Рагу овощное	110	130	3,03	3,59	5,65	6,68	11,31	13,37	107,9	127,52	15,6	17,33	152		
	Биточки мясные паровые	50	70	5,91	6,3	7,57	8,86	15,3	18,27	127,9	145,25	0,11	0,169	350		
	Напиток из шиповника	150	180	0,5	0,6	0,2	0,24	13,72	16,47	58,5	70,2	60	72	496		
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573		
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574		
	Итого за прием пищи	520	640	15,9	18,86	16,67	20,758	79,48	101,7	573,15	686,55	77,99	92,239			
полдник	Снежок	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4	470		
	Булочка с изюмом	60	60	4,2	4,2	6,7	6,7	27,8	27,8	189	189	0	0	542		
	Итого за прием пищи	210	260	8,55	10	10,45	11,7	33,8	35,8	264,75	290	1,05	1,4			
ужин	Суфле из творога паровое	110	140	14,3	18,2	5,5	7	14,3	18,2	163,9	208,6	0,33	0,42	284		
	Соус сметанный	30	30	0,96	0,96	1,928	1,928	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406		
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573		
	Итого за прием пищи	340	370	16,96	20,86	7,678	9,178	35,67	39,57	278,74	323,44	0,426	0,516			
итоги за день		1485	1785	47,84	57,51	44,02	52,278	184,58	222,7	1408	1635,97	83,33	99,545			

Утверждаю _____		ПЯТНИЦА													
Прием п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества								Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур	
		Жиры				Углеводы									
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Неделя 2, 5 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (гречка)	140	180	3,31	5,18	4,53	5,83	13,79	17,73	112,14	144,18	0,63	0,81	140	
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576	
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79	
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	1,17	0,7	465	
	Итого за прием пищи	345	415	6,955	9,198	11,23	13,042	29,63	37,555	261,59	327,36	2,75	3,17		
завтрак	сок	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	69	2	2,6	501	
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	69	2	2,6		
обед	Суп картофельный с бобовыми	150	180	1,78	2,536	3,16	4,6	12,76	16,512	80,85	83,34	6,48	3,42	113	
	Пюре картофельное	110	130	2,97	3,5	4,4	5,2	16,38	7,54	77	91	2,64	3,12	377	
	Печень тушенная в сметанном соусе	100	100	3	6,2	9,5	13,5	4,5	3,5	109,5	153,3	0,8	1,12	321	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	465	
	Гренки из пшеничного хлеба	20	30	1,49	2,23	0,15	0,23	9,15	13,73	43,98	65,97	0	0	143	
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574	
	Итого за прием пищи	570	670	12,89	19,01	17,885	24,37	74,58	79,422	457,33	572,21	10,07	7,84		
полдник	Пряник	20	40	1,18	1,77	0,94	1,41	15	22,5	73,2	109,8	0	0	581	
	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	10,68	10,68	82	
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	80,25	107	1,05	1,4	469	
	Итого за прием пищи	344	414	6,14	8,18	5,525	7,32	36,78	46,55	220,6	283,95	11,73	12,08		
ужин	Рыбные хлебцы паровые	130	150	9,57	9,57	3,28	3,28	13,57	13,57	147,14	147,14	4,85	4,85	304	
	Салат из капусты белокачанной с огурцом	30	50	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	63	63	0	0	14	
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573	
	Итого за прием пищи	360	400	16,46	8,13	8,13	8,13	32,26	32,26	292,94	292,94	8,25	8,25		
итоги за день		1525	1825	32,92	54,12	46,733	60,086	204,9	262,27	1405,3	1784,6	44,15	50,87		

Утверждаю _____		ПОНЕДЕЛЬНИК													
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецеп	
				Белки		Жиры		Углеводы							
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Неделя 1, 1 день. Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	91	117	0,644	0,83	139	
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576	
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79	
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75	
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,52	2,25	2,25	12,24	12,24	79,2	79,2	1,17	1,17	465	
	Итого за прием пищи	355	430	9,325	11,538	13,15	15,887	27,42	33,265	276,25	345,1	2,82	3,75		
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	2,6	501	
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	2,6		
обед	Свекольник	150	180	1,44	1,73	4,4	3,6	5,1	7,12	53,1	83,72	2,61	3,13	98	
	Яйцо отварное	40	40												
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	2,76	3,26	3,98	4,7	28,09	33,67	160,82	190,06	0	0	202	
	Гуляш из говядины	50	70	7,56	10,59	9,73	13,62	2,53	6,75	111	164,4	0,33	0,47	327	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,15	0,18	0,15	0,18	17,85	21,42	73,5	88,2	1,9	2,72	476	
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574	
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573	
	Итого за прием пищи	560	680	16,63	22,04	19,02	23,09	79,45	103,77	527,62	699,6	4,84	6,32		
полдник	Булочка ванильная	60	60	5,3	5,3	4,7	4,7	28,8	28,8	179	179	0	0	541	
	Ряженка	150	200	4,35	5,4	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4	470	
	Итого за прием пищи	210	260	9,65	10,7	8,45	9,7	34,8	36,8	254,75	280	1,05	1,4		
ужин	Пудинг из творога паровой	110	140	5,84	8,98	5,2	6,62	20,38	65,94	203,13	288,53	4,16	4,28	283	
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406	
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,3	0,09	0,1	8,55	9,5	36	40	3,4	1	459	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573	
	Итого за прием пищи	350	380	8,59	11,76	7,376	8,806	41,93	88,44	319,77	409,17	7,656	5,376		
итоги за день		1575	1880	44,695	56,788	48,096	57,633	193,7	277,425	1421,39	1802,8	18,37	19,45		

Утверждаю		ВТОРНИК																	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепту ры					
				Белки		Жиры		Углеводы											
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад						
Неделя 1, 2 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (овсяной)	140	180	3,08	3,96	2,66	3,42	11,58	14,22	81,2	144,4	0,644	0,83	140					
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576					
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79					
	Чай с молоком	180	200	1,44	1,6	1,17	1,3	10,35	11,5	57,6	64	0,27	0,3	460					
	Итого за прием пищи	345	415	5,645	6,778	8,28	9,432	25,53	31,945	209,05	303,58	1,864	2,79						
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501					
	Итого за прием пищи	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3						
обед	Суп картофельный с бобовыми	150	180	1,78	2,536	3,16	4,6	12,76	16,512	80,85	83,34	6,48	3,42	113					
	Картофельное пюре	110	130	2,97	3,51	4,4	5,2	16,38	19,54	77	91	2,64	3,12	377					
	Соус томатный	30	30	0,92	0,92	2,1	2,1	1,72	1,72	29,47	29,47	0,162	0,162						
	Котлеты или биточки рыбные	50	70	5,44	9,3	3,99	4,1	15	33	75,86	94	0	0	307					
	Салат из свеклы отварной с чесноком	30	50	1,44	0,7	3,21	3,05	1,95	3,75	42,3	45,5	1,38	2,6	34					
	Напиток из шиповника	150	180	0,5	0,6	0,2	0,24	13,72	16,47	58,5	70,2	60	72	496					
	Гренки из пшеничного хлеба	20	30	1,49	2,23	0,15	0,23	9,15	13,73	43,98	65,97	0	0	143					
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574					
	Итого за прием пищи	570	710	27,49	34,8	14,23	18,48	86,15	102,24	532,35	674,34	7,79	10,05						
полдник	Пряник	20	30	1,5	2,25	1,96	2,94	14,88	22,32	83	124,5	0	0	582					
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	85,25	107	2,05	1,4	469					
	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82					
	Итого за прием пищи	170	210	1,63	2,31	1,015	1,5	30,075	40,59	136,8	185,4	0,15	0,18						
ужин	Бигус	160	200	14,4	18	11,64	19,3	4,68	5,2	191,7	263	21,95	25,5	329					
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573					
	Итого за прием пищи	360	400	16,1	19,7	11,89	19,55	22,89	23,41	272,7	344	21,95	25,5						
итоги за день		1420	1750	38,24	49,39	37,9	49,82	190,005	244,6	1385,32	1780,24	44,369	26,37						

Утверждаю		СРЕДА																			
Прием пищи	Наименование блюда			Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур ы							
				Белки		Жиры		Углеводы													
		Вес блюда																			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад								
Неделя 1, 3 день. Завтрак	Каша "Дружба"	140	180	3,36	4,99	3,5	7,76	11,58	29,16	120,5	206,46	0,644	1,39	229							
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576							
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79							
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,52	2,25	2,25	12,24	12,24	79,2	79,2	1,17	1,17	465							
	Итого за прием пищи	345	415	7,005	8,728	10,2	14,722	27,42	47,625	269,95	380,8	2,764	4,22								
второй завтрак	сок фруктовый	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501							
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3								
обед	Рассольник ленинградский	150	180	1,57	1,94	3,06	3,67	7,95	9,54	65,7	78,84	4,26	5,11	100							
	Мак.изд. отварные	110	130	4,07	4,81	3,63	4,29	33,67	35,61	135,3	159,9	0	0	256							
	Печень говяжья по-строгановски	70	90	13,65	17,55	6,58	8,46	5,32	6,84	135,1	173,7	2,8	3,6	356							
	Кисель из изюма	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	495							
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573							
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574							
	Итого за прием пищи	540	660	24,46	31,12	14,105	17,5	88,57	104,89	528,9	661,2	7,21	8,89								
	полдник	Печенье	20	30	1,18	1,77	0,94	1,41	15	22,5	73,2	109,8	0	0	581						
Напиток лимонный		150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,075	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	282							
Итого за прием пищи		170	210	1,63	2,31	1,015	1,5	30,08	40,59	136,8	185,4	0,15	0,18								
ужин	Омлет натуральный	110	130	7,33	8,66	11	13	3,52	4,16	142,26	168,13	0,73	0,86	269							
	Салат из моркови	30	50	0,31	0,52	3,02	5,035	2,625	4,375	38,4	64	1,2	2	62							
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457							
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573							
	Итого за прием пищи	340	380	9,34	10,88	14,27	18,285	24,355	26,745	261,66	313,13	1,93	2,86								
итоги за день		1495	1795	42,935	53,788	39,69	52,157	200,31	261,65	1240,31	1609,6	14,054	19,15								

Утверждаю	ЧЕТВЕРГ													
Прием пищи	Наименование блюда													
		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепт
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 1, 4 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (манка)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	16,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	1,35	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75
	Какао с молоком	180	200	2,97	3,3	2,61	2,9	12,42	13,8	84,6	94	0,63	0,7	462
	Итого за прием пищи	355	430	9,775	12,32	13,51	16,54	32,6	34,825	281,65	359,9	2,684	3,28	
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	
обед	Уха рыбацкая	150	180	4,39	5,27	1,38	1,65	4,99	5,99	49,95	59,94	3,85	4,62	120
	Плов из говядины	160	200	13,05	16,32	14,59	18,24	27,71	34,64	294,4	368	0,7	0,88	330
	Салат из капусты белокачанной	30	50	0,435	0,625	1,8	3	2,52	4,2	28,2	47	5,1	8,5	1
	Компот из свежих яблок с лимоном	150	180	0,225	0,27	0,15	0,18	10,65	12,78	45	54	2,48	2,97	487
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Итого за прием пищи	550	690	22,82	28,77	18,68	24,06	71,75	92,42	546,75	702,1	12,13	16,97	
полдник	Крендель сахарный	60	60	5,3	5,3	4,7	4,7	28,8	28,8	179	179	0	0	460
	Снежок	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4	470
	Итого за прием пищи	210	260	9,65	11,1	8,45	9,7	34,8	36,8	254,75	280	1,05	1,4	
ужин	Суфле из творога паровое	110	140	14,3	18,2	5,5	7	14,3	18,2	163,9	208,6	0,33	0,42	284
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	350	380	16,96	20,86	7,676	9,176	35,67	39,57	278,74	323,44	0,426	0,516	
итоги за день		1565	1890	59,705	54,71	48,416	60,268	184,92	263,145	1404,89	1814	44,369	50,196	

Утверждаю _____		ПЯТНИЦА																
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепт				
				Белки		Жиры		Углеводы										
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад					
Неделя 1, 5 день. Завтрак	Суп молочный с крупой(пшено)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	19,74	25,38	121	147	0,744	0,83	140				
	Батон	20	35	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576				
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	75				
	Кофейный напиток с с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465				
	Итого за прием пищи	345	420	7,005	8,338	10,2	11,712	35,58	45,205	270,45	330,18	2,324	3,19					
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3	501				
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	43	69	2	3					
обед	Суп картофельный с клецками	150	180	1,59	1,98	2,1	2,52	15,67	6,804	48	57,6	2,355	2,826	4				
	Азу	160	200	2,68	3,369	2,8	3,51	9,264	11,544	72,8	91,26	0,51	647	32				
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	465				
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573				
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574				
	Итого за прием пищи	550	690	22,68	28,649	17,13	26,8	73,435	90,826	527,45	744,5	27,2	34,18					
полдник	Вафли	20	30	0,78	1,17	6,12	9,18	12,5	18,75	108,2	162,3	0	0	580				
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	80,25	107	1,05	1,4	469				
	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82				
	Итого за прием пищи	344	404	5,74	7,58	10,71	15,09	34,275	42,8	255,6	336,45	19,73	20,08					
ужин	Голубцы ленивые с отварным мясом	160	200	6,166	8,16	4,766	7,16	27,026	39,9	189,2	240,8	1,2	1,5	281				
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459				
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573				
	Итого за прием пищи	360	400	7,956	9,95	5,016	7,41	45,416	58,29	272	323,6	4,6	4,9					
итоги за день		1545	1880	43,05	54,82	48,878	63,136	203,118	265,48	1390,43	1791	44,53	57,52					

Утверждаю	ПОНЕДЕЛЬНИК													
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур
				Белки		Жиры		Углеводы						
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 2, 6 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (гречка)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	120,5	117	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75
	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,52	2,52	2,25	2,25	17,23	17,23	109,19	109,2	1,4	1,4	465
	Итого за прием пищи	355	410	9,33	11,538	13,15	15,887	32,41	38,255	335,74	375,08	3,05	3,98	
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	
обед	Щи из квашеной капусты с картофелем	150	180	0,98	1,17	2,69	3,22	2,31	2,77	37,35	44,82	2,55	3,06	106
	Печень тушенная в соусе сметанном	50	70	3,3	4,62	1,5	2,1	4,65	6,51	88	6,51	3,25	3,185	359
	Рис отварной	110	130	2,76	3,26	3,98	4,7	21,49	33,67	160,82	190,06	0	0	385
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,075	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	495
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Итого за прием пищи	520	640	12,2	15,87	9,005	11,1	69,405	95,85	478,97	490,19	5,95	6,425	
полдник	Булочка домашняя	60	60	4,2	4,2	6,7	6,7	27,8	27,8	189	189	0	0	542
	Кисломолочный продукт(кефир)	150	200	4,5	5,8	3,75	5	6,3	8	76,5	101	1,05	1,4	470
	Итого за прием пищи	210	260	8,7	10	10,45	11,7	34,1	35,8	265,5	290	1,05	1,4	
ужин	Пудинг из творога паровой	110	140	5,84	8,98	5,2	6,62	20,38	65,94	203,13	288,53	4,16	4,28	283
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	350	380	8,59	11,73	7,376	14,242	41,93	87,49	319,77	405,17	7,656	27,22	
итоги за день		1535	1820	39,33	54,298	47,047	60,429	208,136	254,011	1424,16	1820,38	44,96	50,38	

Утверждаю		ВТОРНИК														
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепт		
				Белки		Жиры		Углеводы								
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
Неделя 2, 7 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (рис)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140		
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576		
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79		
	Какао с молоком	180	200	2,97	3,3	2,61	2,9	12,42	13,8	84,6	94	0,63	0,7	462		
	Итого за прием пищи	345	415	7,455	8,838	10,56	12,112	27,6	34,825	245,85	306,18	2,22	3,19			
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501		
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	44,058	43	59,8	2	2,6			
обед	Суп макаронными изделиями и картофелем	150	180	1,74	2,088	2,49	3,988	13,27	18,78	149,65	170,38	2,28	2,74	129		
	Голубцы ленивые	50	70	5,5	7,7	6,2	6,2	2	2,8	86,5	121,1	3,6	5,04	333		
	Картофельное пюре	110	130	2,97	3,5	4,4	5,2	16,38	7,54	77	91	2,64	3,12	377		
	Напиток лимонный	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	83,6	75,6	0,15	0,18	495		
	Соус сметанный	30	30	0,44	0,44	2,8	2,8	0,72	0,72	29,91	29,91	0,03	0,03	408		
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574		
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573		
	Итого за прием пищи	550	670	15,82	20,548	16,73	19,268	74	86,07	555,86	661,19	8,7	11,11			
полдник	Печенье	20	30	1,5	2,25	1,96	2,94	14,88	22,32	83	124,5	0	0	582		
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	80,25	107	1,05	1,4	469		
	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82		
	Итого за прием пищи	344	404	6,46	8,66	6,545	8,85	36,66	46,37	230,4	298,65	19,7	20,08			
ужин	Рыбные хлебцы паровые	130	150	7,44	9,92	14,28	19,04	11,44	15,25	204,4	272,53	14,77	19,69	304		
	Салат из капусты белокач.	30	50	0,42	0,7	1,83	3,05	2,28	3,8	27,3	45,5	5,31	8,85	26		
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573		
	Итого за прием пищи	360	400	9,56	12,32	16,36	22,34	31,93	37,26	312,7	399,03	20,08	28,54			
итоги за день		1699	2019	39,795	51,016	50,29	62,7	180,29	248,583	1387,81	1724,85	52,73	36,98			

Утверждаю _____				СРЕДА												
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепту		
				Белки		Жиры		Углеводы								
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
Неделя 2, 8 день. Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	16,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140		
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576		
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79		
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	0,63	0,7	465		
	Яйцо отварное	40	40	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	63	63	0	0	267		
	Итого за прием пищи	385	455	12,11	13,44	14,8	16,312	32,72	34,925	303,45	363,2	2,224	3,19			
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501		
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6			
обед	Суп картофельный с фрикадельками (рыбными)	150	180	2,67	3,204	2,85	3,42	24,605	28,526	114,75	185,7	0	0	123		
	Мак.изд.отварные	110	130	2,76	3,26	3,98	4,7	28,09	33,67	160,82	190,06	0	0	256		
	Бефстроганов из отварного мяса	50	70	10	14	9,75	13,65	1,65	2,31	129	180,6	0	0	327		
	Кисель из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	495		
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574		
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573		
	Итого за прием пищи	520	640	19,79	24,92	14,65	17,14	74,75	72,704	450,35	545,9	13,01	15,406			
полдник	Пряник	20	40	1,18	1,77	0,94	1,41	15	22,5	73,2	109,8	0	0	581		
	Компот из свежих яблок с лимоном	150	180	0,225	0,27	0,15	0,18	10,65	12,78	45	54	2,48	2,97	487		
	Итого за прием пищи	170	220	1,405	2,04	1,09	1,59	25,65	35,28	118,2	163,8	2,48	2,97			
ужин	Солянка из свинины	150	200	9,476	11,199	14,384	17,999	3,369	4,799	186	208	0,538	0,399	363		
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573		
	Итого за прием пищи	350	400	11,266	12,989	14,634	18,249	21,759	23,189	268,8	290,8	3,938	3,799			
итоги за день		1465	1755	62,165	65,843	47,495	46,322	200,12	257,675	1211,9	1804	45,109	51,374			

Утверждаю _____				ЧЕТВЕРГ										
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецепту
				Белки		Жиры		Углеводы						
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 2, 9 день. Завтрак	Суп молочный с крупой (манка)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	16,58	14,8	91	117	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Сыр	10	15	2,32	3,48	2,95	4,425	0	0	35,8	53,7	0,06	0,09	75
	Чай с молоком	180	200	1,44	1,6	1,17	1,3	10,35	11,5	57,6	64	0,27	0,3	460
второй завтрак	Итого за прием пищи	355	430	8,245	10,62	12,07	14,937	30,53	32,53	254,65	329,88	1,924	2,88	
	сок	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	501
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	59,8	2	2,6	
обед	Борщ с картофелем	150	180	1,41	1,692	6,715	13,258	5,73	6,876	92,95	107,54	7,025	8,03	94
	Пюре из гороха с маслом	110	130	11,8	13,95	2,68	3,17	21,3	25,17	156,68	185,17	0	0	389
	Тефтели из говядины паровые	50	70	6,92	9,7	4,64	6,5	3,28	4,6	82,85	116	0	0	348
	Напиток из шиповника	150	180	0,5	0,6	0,2	0,24	13,72	16,47	58,5	70,2	60	72	496
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,8	70,2	0	0	573
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Итого за прием пищи	520	640	25,35	32,22	15	24,158	69,91	87,93	520,18	652,11	67,03	80,03	
полдник	Булочка с изюмом	60	60	3,61	3,61	6,88	6,88	23,94	23,94	129,58	129,58	0	0	460
	Варенец	150	200	4,35	5,8	3,75	5	6	8	75,75	101	1,05	1,4	470
	Итого за прием пищи	210	260	7,96	9,41	10,63	11,88	29,94	31,94	205,33	230,58	1,05	1,4	
ужин	Суфле из творога паровое	110	140	14,3	18,2	5,5	7	14,3	18,2	163,9	208,6	0,33	0,42	284
	Соус молочный сладкий	40	40	0,96	0,96	1,926	1,926	3,16	3,16	33,84	33,84	0,096	0,096	406
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0,09	0,09	8,37	8,37	34,2	34,2	0	0	457
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
	Итого за прием пищи	350	380	16,96	20,86	7,676	9,176	35,67	39,57	278,74	323,44	0,426	0,516	
итоги за день		1535	1840	59,015	73,76	45,47	60,281	176,15	205,09	1301,9	1595,81	72,425	87,426	

Утверждаю _____				ПЯТНИЦА										
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур
				Белки		Жиры		Углеводы						
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 2, 10 день. Завтрак	Суп молочный с крупой(пшено)	140	180	3,36	4,32	3,5	4,5	11,58	14,8	120,5	117	0,644	0,83	140
	Батон	20	30	0,125	0,218	0,35	0,612	3,5	6,125	33,25	58,18	0,95	1,66	576
	Масло сливочное	5	5	1	1	4,1	4,1	0,1	0,1	37	37	0	0	79
	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,52	2,8	2,25	2,5	12,24	13,6	79,2	88	1,17	0,7	465
	Итого за прием пищи	345	415	7,005	8,338	10,2	11,712	27,42	34,625	269,95	300,18	2,764	3,19	
второй завтрак	сок	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	69	2	2,6	501
	Итого за прием пищи	100	130	0,5	0,65	0,1	0,13	10,1	13,13	43	69	2	2,6	
обед	Суп -Харчо	150	180	4,77	5,75	5,64	6,76	7,32	8,78	99,15	18,98	0,39	0,46	109
	Картофельное пюре	110	130	2,97	3,51	4,4	5,2	16,38	19,54	77	91	2,64	3,12	377
	Суфле из печени	50	70	6,75	9,45	4,6	6,44	2,72	3,81	66	92,4	9,25	12,95	17
	Компот из сухофруктов	150	180	0,45	0,54	0,075	0,09	15,75	18,09	63,6	75,6	0,15	0,18	465
	Хлеб пшеничный	20	30	1,49	2,23	0,15	0,23	9,15	13,73	43,98	65,97	0	0	143
	Хлеб ржаной	40	50	3,2	4	0,6	0,75	16,04	20,05	82,4	103	0	0	574
	Итого за прием пищи	520	640	19,63	25,48	15,465	19,47	67,36	84	432,13	446,95	12,43	16,71	
полдник	Фрукты свежие	174	174	0,61	0,61	0,61	0,61	14,95	14,95	67,15	67,15	18,68	18,68	82
	Вафли	20	30	0,78	1,17	6,12	9,18	12,5	18,75	108,2	162,3	0	0	580
	Молоко кипяченое	150	200	4,35	5,8	3,975	5,3	6,825	9,1	80,25	107	1,05	1,4	469
ужин	Итого за прием пищи	170	230	5,13	8,18	10,095	14,48	19,33	27,85	188,45	269,3	1,05	1,4	
	Бигус	160	200	14,4	18	11,64	19,3	4,68	5,2	191,7	263	21,95	25,5	329
	Чай с лимоном	180	180	0,27	0,27	0,09	0,09	8,55	8,55	36	36	3,4	3,4	459
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	1,52	0,16	0,16	9,84	9,84	46,8	46,8	0	0	573
итоги за день	Итого за прием пищи	200	200	16,46	8,13	0,25	8,13	18,39	32,26	82,8	292,94	3,4	8,25	
		1335	1615	48,725	54,12	46,733	60,086	204,86	262,271	1405,3	1784,58	44,15	50,87	

