



МЕНЮ

1 день

Ясли 2-3 года 12 часов

2020

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	2,2	3,3	12,4	104,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	150	3,0	2,5	12,6	84,9
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	5,4	30
Итого	400	10,1	10	45,8	334,2
II Завтрак					
РЯЖЕНКА (ряженка)	150	2,1	2,3	10,2	70
Итого	150	2,1	2,3	10,2	70
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, картофель, масло подсолнечное) 5*	30	0,5	1,4	13,2	27,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сливочное, вода, соль., батон) 1*	150/10	3,5	2,7	11,3	83,3
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе) индейки, батон, вода, соль, масло сливочное) 2*	65	4,1	7,7	14,5	182
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия в/с, масло сливочное) 1*	100	3,84	3,12	0,73	19,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
Итого	545	14,64	15,42	77,33	477,88
Полдник					
ГУЛЯШ (МЕЛКОНАРЕЗАННЫЙ) ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА В ТОМАТНОМ СОУСЕ (говядина б/к, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука пшеничная, вода) 3*	40/40	10,5	12,5	25,2	269,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода, соль, масло сливочное)	100	2,39	3,05	25,03	136,78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАИ С САХАРОМ (вода, чай черный байховый, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
Итого	350	14,19	15,75	65,33	473,88
ВСЕГО		41,03	43,47	198,66	1355,96

Способ приготовления блюд: 1* - отварное блюдо 2* - запеченное блюдо 3* - тушеное блюдо 4* - выпечное блюдо 5*-холодное блюдо

Зав. производством
Зав. ГБДОУ



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"



МЕНЮ

2 день

Ясли 2-3 года 12 часов

2020

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	7	10,5	7,6	105,2
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной) 5*	20/15	1,6	0,6	20,6	92,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, лимон) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
ФРУКТЫ (банан)	100	1,5	0,5	4	96
Итого	452	10,2	11,6	45,5	347,9
II Завтрак					
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (свекла, масло подсолнечное, соль, сахар) 5*	30	0,4	1,1	3,4	24,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло сливочное, сметана, вода, соль, петрушка свеж) 1*	150/1010	4,0	6,2	7	104,3
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (С МОРКОВЬЮ) (РЫБНОЕ ФИЛЕ, морковь, батон нарезной, лук репчатый, яйца куриные, вода, масло сливочное, соль) 2*	80	7	4,2	20,7	123,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	1,8	3,3	14,2	95,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (груша, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	150	0,1	0,1	20,5	83,3
Итого	550	14,6	15,1	74,3	472,5
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, крупа манная, сахар, яйца куриные, изюм, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, масло подсолнечное, молоко сгущенное) 2*	80/30	11,4	12,1	47,2	380
КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода, сахар, крахмал картофельный) 1*	150	0,07	0,07	18,6	76,94
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	4	5	6
Итого	300	14,47	16,17	70,8	462,94
ВСЕГО		#ЗНАЧИ	45,27	200,6	1354,44

Зав. производством

2

Способ

блюдо:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо

Зав. ГБДОУ

5*-холодное блюдо

МЕНЮ

3 день
Ясли 2-3 года 12 часов

2020

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	6,5	1,2	8,1	128,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 5*	30/10	2,4	9,2	15,5	153,4
ЧАИ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,4	0,35	5,2	28
Итого	390	9,3	10,75	35,4	336,1
II Завтрак					
КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Итого	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИИ (томаты грунтовые)	20	0,2	0	0,8	4,8
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, вода, сметана, петрушка свеж) 1*	150/15/5	1,4	2,7	7,6	118
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) "ЕЖИКИ" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ (говядина, вода, крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная, сметана, соль) 2*	60/20	9,5	12,6	15,4	201,7
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, вода, соль, сахар) 3*	100	1,4	0,1	6,5	32,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок "Малышам")	150	0	0	18	72
Итого	540	13,8	15,6	56,8	470,1
Полдник					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко, масло сливочное, соль) 2*	130	8,1	12,1	15,2	179,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	1,2	20,6	104,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С" (шиповник сухой, сахар, вода) 1*	150	0,52	0,22	18,23	76,94
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	20	1,7	2,3	14	86
Итого	340	13,32	15,82	68,03	446,94
ВСЕГО		38,32	44,27	170,53	1323,04

Способ приготовления
 блюдо: 1* - отварное
 блюдо 2* - запеченное блюдо
 3* - тушеное блюдо
 4* - выпечное
 блюдо 5*-холодное
 блюдо

Зав. производством
 Зав. ГБДОУ

МЕНЮ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	3,1	9,1	12,8	102,5
БУТЕРБРОД С КЛУБНИЧНЫМ ВАРЕНЬЕМ (варенье, батон нарезной) 5*	20/15	1,6	0,6	20,8	92,7
КОФЕНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода, сахар, молоко) 1*	150	2,8	0,2	6,7	9,93
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	5,4	30
Итого	395	7,8	10,2	45,7	235,13
II Завтрак					
РЯЖЕНКА (ряженка)	150	2,1	2,3	10,2	70
Итого	150	2,1	2,3	10,2	70
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, картофель, масло подсолнечное) 5*	30	0,5	1,4	3,2	27,3
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (говядина б/к, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное, вода, соль, сметана, петрушка свеж) 1*	150/10/10	1,4	1,9	8,3	115,8
ПЛОВ (филе индейки, масло подсолнечное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль) 1*	100	9	11,8	21,5	179,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, сахар, лимонная кислота, вода) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
Итого	480	13,2	15,5	66,3	468,8
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, соль, крупа манная, сахар, яйца куриные, масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана, молоко сгущенное с сахаром) 2*	80/30	11,5	13,9	41,2	353,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар, вода, лимон) 1*	150/7	0,1	0	11,2	46
Итого	287	13,1	14,5	62,7	452,2
ВСЕГО		36,2	42,5	184,9	1226,13

Зав. ПРОИЗВОДСТВОМ _____

Способ приготовления блюд:

- 1*-отварное блюдо
- 2* - запеченное
- блюдо 3* - тушеное
- блюдо 4* -
- выпечное блюдо

Зав. ГБДОУ

5*-холодное блюдо

МЕНЮ

5 день

Ясли 2-3 года 12 часов

2020

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	1,2	3,2	11,6	36,7
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	150	3	2,5	12,6	84,9
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	4	96
Итого	420	10,3	10,1	43,6	332,6
II Завтрак					
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (огурец свежий)	20	0,2	0	0,5	2,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (бройлеры цыпята, макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода, соль, петрушка свеж) 1*	150/10	2,6	4	12,1	101,6
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (РЫБНОЕ ФИЛЕ , лук репчатый, вода, яйца куриные) 2*	80	6,6	8,9	33,3	242,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, молоко, морковь, масло сливочное, соль) 1*	100	3	1,9	13,3	81,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода) 1*	150	0,6	0,3	1,65	46
Итого	560	13,7	15	67,7	469,5
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ (капуста белокочанная, морковь, кабачки, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное, мука пшеничная, вода, сметана, соль) 3*	100	5,6	11,9	25,4	232,6
СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная, вода, сметана, соль) 2*	30	0,42	1,2	1,92	20,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ФРУКТОВЫЙ (сок "Малышам")	150	0	0	17,5	69,8
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная, сахар, молоко, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	5,8	2,5	31,8	108,3
Итого	350	13,12	15,8	85,12	471,9
ВСЕГО		39,32	43,3	206,42	1345,1

Зав. ПРОИЗВОДСТВОМ

Способ приготовления блюд:

1*-отварное блюдо
2* - запеченное
блюдо 3* - тушеное
блюдо 4* -

Зав. ГБДОУ

5*-холодное блюдо

МЕНЮ

выпечное блюдо

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, Г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	6,5	9,1	23	66
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной, джем)	20/15	1,6	0,6	24,2	105,9
ЧАИ С САХАРОМ (вода, чай черный байховый, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,4	0,35	5,2	28
Итого	385	8,5	10,05	59	226,3
II Завтрак					
КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Итого	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИИ (томаты грунтовые)	20	0,2	0	0,8	4,8
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сливочное, вода, соль, сметана, петрушка свеж) 1*	150/15/5	5,1	6,7	6,8	109,7
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон, вода, масло подсолнечное, сухари панировочные) 2*	50	3,1	4,9	11,1	93,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	2	3,3	14,2	95,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок "Малышам")	150	0	0	18	72
Итого	530	13	15,3	67,9	457,1
Полдник					
ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 5*	30	1,5	2,4	16,2	107,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко, соль, масло сливочное) 2*	130	8,1	12,1	15,2	179,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	1,2	20,6	104,8
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (курага, сахар, вода) 1*	150	0,6	0	10,3	84,2
Итого	320	13,2	15,7	62,3	475,5
ВСЕГО		36,6	43,15	199,5	1228,8

Зав. производством _____ : _____

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо

Зав. ГБДОУ

5*-холодное блюдо

МЕНЮ

7 день

Ясли 2-3 года 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль) 1*	150	7,1	11,1	17,91	49,08
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон) 5*	30/10	2,4	9,2	15,5	153,4
ЧАИ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, лимон) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	5,4	30
Итого	457	9,9	20,6	52,11	287,08
II Завтрак					
РЯЖЕНКА (ряженка)	150	2,1	2,3	10,2	70
Итого	150	2,1	2,3	10,2	70
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное) 5*	30	0,4	3	12,5	38,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, петрушка свеж., лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, вода, РЫБНОЕ ФИЛЕ, яйца куриные) 1*	150/50	2,9	2,5	11,8	80,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон нарезной, вода, лук репчатый, мука пшеничная, морковь, томатная паста, соль, сахар) 2*	60/30	8,9	9,4	21,6	86
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло сливочное, морковь, лук репчатый, лимонная кислота, мука пшеничная, сахар, соль) 3*	100	2,52	2,86	6,51	61,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
Итого	590	13,8	15,2	75	330,9
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, соль, крупа манная, сахар, яйца куриные , масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана, молоко сгущенное с сахаром) 2*	80/30	11,5	13,9	41,2	353,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ С САХАРОМ (молоко, сахар) 1*	180	0,5	1,1	13,4	75,8
Итого	340	13,5	15,6	64,9	482
ВСЕГО		39,3	53,7	202,21	1169,98

Зав. производством _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо
2* - запеченное блюдо
3* - тушеное блюдо
4* - выпечное блюдо

Зав ГБДОУ

5*-холодное блюдо

МЕНЮ

8 день

Ясли 2-3 года 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода, молоко, масло сливочное, сахар, соль) 1*	130	0,9	3,2	7,2	11,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной, сыр)	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	150	3	2,5	12,6	84,9
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	4,0	96
Итого	420	10	10,1	39,2	307,8
II Завтрак					
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИИ (томаты грунтовые)	20	0,2	0	0,8	4,8
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, вода, соль, сметана, петрушка свеж) 1*	150/10/5	3,7	5,5	4,4	85,4
КОТЛЕТА ИЗ ИНДЕЙКИ (филе индейки, батон, вода, сухари панировочные, масло сливочное, соль, масло подсолнечное) 2*	50	5,6	5,3	15,5	144,1
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, капуста белокочанная, масло сливочное, вода, масло подсолнечное, мука пшеничная, томатная паста, морковь, соль, сахар! лавровый лист) 3*	100	1,3	3,3	7,7	66,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 1*	150	0,1	0	20,4	82,9
Итого	525	13,5	14,5	65,8	465,7
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (говядина, батон нарезной, вода, масло сливочное, мука пшеничная, сметана, соль) 3*	50	7,3	7,4	3,8	113
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	2	3,3	14,2	95,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАИ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	20	1,7	2,3	14	86
Итого	340	12,3	13,2	47,1	362
ВСЕГО		38	40,2	162,1	1206,6

Зав. ПРОИЗВОДСТВОМ

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо
2* - запеченное
блюдо 3* - тушеное
блюдо 4* -

Зав. ГБДОУ

5* - холодное блюдо

выпечное блюдо

Зав. производством
Зав. ГБДОУ



МЕНЮ
10 день
Ясли 2-3 года 12 часов



МЕНЮ
9 день
Ясли 2-3 года 12 часов

2020

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 2*	130	7,8	9,8	5,8	141
БУТЕРБРОД С КЛУБНИЧНЫМ ВАРЕНЬЕМ (джем, батон нарезной) 5*	20/15	1,6	0,6	20,8	92,7
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,4	0,35	5,2	28
Итого	385	9,8	10,75	38,4	288,1
II Завтрак					
КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Итого	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (огурцы грунтовые)	20	0,2	0	0,5	2,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода, говядина б/к, яйца куриные , соль, петрушка свеж) 1*	150/40	1,6	8,8	11,7	68,1
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (капуста белокочанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	120	9,8	11,7	8,4	227,4
СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная, вода, сметана, соль) 1*	20	0,28	0,8	1,29	13,67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	12,7	61,2
КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода, сахар, крахмал картофельный) 1*	150	0,07	0,07	18,6	76,94
Итого	530	13,95	21,67	53,19	450,11
Полдник					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, мука пшеничная, яйца куриные , сахар, соль, масло подсолнечное, молоко сгущенное с сахаром) 2*	80/30	13,1	15,1	37,9	316,1
СОК ФРУКТОВЫИ (сок "Малышам")	180	0,5	0	29,7	122,4
Итого	290	13,6	15,1	67,6	438,5
ВСЕГО		39,25	49,62	169,49	1246,61

Способ приготовления
блюд: 1* - отварное
блюдо 2* -
запеченное блюдо
3* - тушеное блюдо
4* - выпечное
блюдо 5* - вареное
блюдо

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, Г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	3,1	9,1	12,8	102,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной) 5*	30/10	2,4	9,2	15,5	153,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода, сахар, молоко) 1*	150	2,8	0,2	6,7	9,93
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	4	96
Итого	420	9,8	19	39	361,83
И Завтрак					
ИОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (свекла очищенная, масло подсолнечное, соль, сахар) 5*	30	0,4	1,1	3,4	24,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное, вода, соль, сметана, петрушка свеж.) 1*	150/10/10	1,3	11,6	5,2	104,5
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (РЫБНОЕ ФИЛЕ, лук репчатый, вода, яйца <i>куриные</i> , сухари панировочные, масло подсолнечное) 2*	80	7,2	14,6	27,3	116,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	2,1	2,2	13,3	81,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (курага, сахар, вода, <i>лимонная кислота</i>) 1*	150	0,6	0	10,3	84,2
Итого	560	13,6	29,8	72,2	472,5
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННО-ТОМАТНОМ (говядина б/к, батон, вода, лук репчатый, масло сливочное, сметана, мука пшеничная, томатная паста, соль) 2*	60/20	4,5	6,7	10,4	210,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло сливочное, морковь, лук репчатый, <i>лимонная кислота</i> , мука пшеничная, сахар, соль) 3*	100	2,52	2,86	6,51	61,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, <i>лимон</i>) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, сахар, масло сливочное, масло подсолнечное, яйца куриные, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	4,9	4	14,5	92,3
Итого	437	13,32	13,76	53,21	459,75
ВСЕГО		26,64	27,52	106,42	919,5

Зав. производством _____

Зав. производством
Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное

МЕНЮ

12 день

Ясли 2-3 года 12 часов

блюдо

2020