

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Приём пищи		Пищевые вещества										Витамин		№ рецептуры	
		Наименование блюда	возраст		белки, г		жиры, г		углеводы, г		Энергетическая ценность				
День 1 (понедельник)		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		
ЗАВТРАК	Каша вязкая "ДРУЖБА" из пшена и риса с маслом сливочным	150	200	0,00400	0,00500	0,00415	0,00700	0,02011	0,03000	145,25000	209,80000	нет	7,091/1	7,091/1	
	Какао с молоком	180	200	0,00200	0,00310	0,00325	0,00300	0,02157	0,01500	100,70000	112,00000	нет	7,14/10/1	7,285	
	Батон йол. с маслом сливочным, сыром	25/4/6	30/6/9	0,00040	0,00500	0,00555	0,00800	0,01336	0,02000	108,10040	140,00000	нет	7,189-1	7,357/4	
	Сок фруктовый с мякотью		100		0,00050		0,00010		0,01000		46,00000	нет		7,031/8	
10:00	Сок фруктовый	100	100	0,00050		0,00010		0,01000		46,00000		нет	7,033/2	7,031	
ОБЕД	Зеленый горошек	20	20	0,00057	0,00057	0,00030	0,00003	0,00117	0,00117	7,00000	7,00000	нет	7,017-2	7,017-2	
	Борщ со сметаной	150	200	0,00110	0,00200	0,00330	0,00500	0,00660	0,01000	61,85020	99,40000	нет	7,136	7,2/2	
	Бифштекс рубленный паровой	50	70	0,00700	0,00800	0,00400	0,00600	0,00020	0,00030	142,50000	200,00000	нет	7,13/8/3	7,13/8/1	
	Каша гречневая рассычатая с овощами	120	130	0,01000	0,00450	0,00300	0,00400	0,05000	0,09000	170,00000	200,00000	нет	7,368-1;	7,44/3/2	
	Соус молочный	20	20	0,00040	0,00040	0,00120	0,00100	0,00150	0,00100	17,00000	17,40000	нет	7,4/11/2	7,1/11/1,	
	Компот из сухофруктов	150	200	0,00100	0,00050	0,00002	0,00003	0,01355	0,02000	51,00000	55,00000	да	7,6/10/2	7,6/10	
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	46,00000	46,00000	нет	7,050	7,050	
	Хлеб ржаной	40	40	0,00200	0,00100	0,00050	0,00050	0,01700	0,01700	72,40000	72,40000	нет	7,003	7,003	
	Запеканка из творога	100	100	0,00300	0,00500	0,01400	0,01500	0,01267	0,02200	278,76500	400,00000	нет	7,9/5	7,9/5	
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00180	0,00150	0,00000	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7,050	7,050	
	Сгущенное молоко	20	20	0,00250	0,01000	0,00200	0,00200	0,01150	0,00100	65,55000	65,50000	нет	7,351	7,351	
ИТОГО:	Биокефир	130	150	0,00500	0,00600	0,00400	0,00500	0,00400	0,00400	72,80000	84,00000	нет	7,403/5	7,403/7	
				0,04277	0,05457	0,04717	0,06026	0,20323	0,26147	1 431,11560	1 800,70000				

Пищевые вещества																		
Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки,г		жиры,г		углеводы,г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры					
День 2 (вторник)		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		если	сад				
ЗАВТРАК	Каша Геркулесовая молочная с маслом	150	200		0,00450		0,00600		0,00800		0,02200		0,03000	157,20000	250,00000	нет	7.8/4/2	8.8/4
	Кофейный напиток с молоком	180	200		0,00800		0,00200		0,00240		0,01500		0,01600	101,65000	140,00000	нет	7.084-2	8.13/10
	Батон йод со сливочным маслом	25/6	30/6		0,00196		0,00200		0,00600		0,01340		0,01700	103,60000	120,00000	нет	7.035/2	7.035/3
	Сок фруктовый	100	100		0,00050				0,00010		0,01000			46,00000		нет	7.033/2	7.031
10:00	фрукты	100	100		0,00105		0,00063		0,00007		0,01526		0,00720	62,30000	63,00000	нет	7.183-1	7.183-1
ОБЕД	Салат из моркови с растительным маслом	40	60		0,00047		0,00078		0,00270		0,00535		0,00678	43,73340	72,23400	нет	7.10/1/2	7.057/1
	Рассольник со сметаной	150	200		0,00150		0,00150		0,00300		0,01000		0,05900	76,40000	160,00000	нет	7.9/2/3	7.9/2
	Биточки из мяса кур	50	70		0,00492		0,01500		0,00800		0,01000		0,01600	159,00000	250,00000	нет	7.5/9/3	7.5/9/1
	Макаронные изделия отварные	110	130		0,00400		0,01000		0,00500		0,04000		0,03500	180,00000	158,00000	нет	7.1151-6	7.1151-1
	Компот из кураги и изюма	150	200		0,00030		0,00031		0,00000		0,01800		0,01900	80,00000	120,00000	да	7.138	7.138
полдник	Хлеб пшеничный	20	20		0,00160		0,00150		0,00180		0,01000		0,01000	46,20000	50,00000	нет	7.050	7.050
	Хлеб ржаной	40	40		0,00270		0,00270		0,00050		0,00300		0,01700	72,40000	72,40000	нет	7.003	7.003
	Хлеб пшеничный	20	20		0,00150		0,00150		0,00180		0,01000		0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050
	Рагу овощное	110	130		0,00160		0,00200		0,00260		0,01099		0,01400	95,00000	150,00000	нет	7.180-7	7.180-4/1
ИТОГО:	Конфета шок /кондитерское изд.	20	20		0,00080		0,00080		0,00790		0,01084		0,01084	113,80000	113,80000	нет	8.115	8.115
	Чай с сахаром	150	200		0,00700		0,00900		0,00000		0,00000		0,00000	28,45000	40,00000	нет	7.354/3	4.354/3
					0,04240		0,05572		0,04787		0,20384		0,26782	1 411,93340	1 805,63400			

Пищевые вещества																
Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки,г		жиры,г		углеводы,г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры			
		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		если	сад		
День 3 (среда)	ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная со сливочным маслом		150	200	0,00450	0,00450	0,00010	0,00450	0,02500	0,02500	166,40000	175,00000	нет	7.14/4/2	8.14/4
		Какао с молоком		180	200	0,00290	0,00310	0,00270	0,00320	0,02100	0,03000	127,00000	150,00000	нет	7.14/10/1	7.285
		Батон йол. с маслом сливочным ,сыром		25/4/6	30/6/9	0,00340	0,00500	0,00550	0,00800	0,01340	0,02000	108,10000	145,80000	нет	7.189-1	7.357/4
		Напиток из шиповника		100	100	0,00020	0,00020	0,00000	0,00000	0,01000	0,01000	45,00000	45,00000	нет	7.15/10/3	7.15/10/3
10:00	фрукты	100	100	0,00105		0,00007		0,01526		62,30000		нет	7.183-1	7.183-1		
	Салат из отварной свеклы с раст. маслом	40	60	0,00050	0,00080	0,01000	0,00400	0,00450	0,00600	46,55000	80,00000	нет	7.20/1/2	7.20/1		
ОБЕД	Суп из овощей вегетарианский со сметаной	150	200	0,00130	0,00200	0,01600	0,01000	0,00750	0,00900	68,90000	140,00000	нет	7.170	7.н170		
	Тефтели рыбные	60	70	0,003	0,0035	0,0026	0,0035	0,017	0,03	100	150	нет	7.149с-1	7.149с-4		
	Картофель отварной	120	130	0,0003	0,001	0,001	0,0036	0,02	0,028	120	140	нет	7.63с/1	7.1/3/2		
	Кисель из концентрата	150	200	0,02000	0,02000	0,00000	0,00000	0,00000	0,02500	90,00000	110,00000	нет	7.248	7.248		
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050		
	Хлеб ржаной	40	40	0,00010	0,00010	0,00050	0,00050	0,01700	0,01700	72,40000	72,40000	нет	7.003	7.003		
	Суфле творожное с яблоком	100	100	0,00100	0,00540	0,00100	0,01500	0,01350	0,02300	180,00000	350,00000	нет	7.19/5	7.н166-2		
	Джем	20	20	0,00001	0,00008	0,00000	0,00000	0,01400	0,01400	53,00000	53,00000	нет	7.1/1/7	7.1/1/7		
ИТОГО:	Биокефир	130	150	0,00100	0,00600	0,00420	0,00500	0,00500	0,00400	72,80000	100,00000	нет	7.403/5	7.403/7		
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050		
				0,04226	0,05468	0,04727	0,06090	0,20316	0,26100	1 404,85000	1 803,60000					

Пищевые вещества

Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки, г		жиры, г		углеводы, г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад
День 4 (четверг)														
	Каша манная молочная со сливочным маслом	150	200	0,00400	0,00520	0,00400	0,00550	0,02200	0,02800	170,00000	210,00000	нет	7.5/4/2	8..5/4
	Кофейный напиток с молоком	180	200	0,00250	0,00300	0,00250	0,00300	0,01500	0,01500	120,00000	140,00000	нет	7.084-2	8.13/10
	Батон йод с маслом	25/6	30/6	0,01000	0,00200	0,00600	0,00600	0,01400	0,01600	150,00000	170,00000	нет	7.035/2	7.35/3
10:00	Сок фруктовый с мякотью / фрукты		100		0,00050		0,00010		0,01000		46,00000	нет		7.031/8; 7.090-1; 7.341
	Сок фруктовый /фрукты	100	100	0,00050		0,00010		0,01000		46,00000		нет	7.033/2	7.031
	Салат из квашеной капусты с раст. маслом	40	60	0,00069	0,00103	0,00243	0,00365	0,00464	0,00695	40,03200	60,04800	нет	7.425/4/2	7.425/4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	0,00140	0,00300	0,00082	0,00110	0,01000	0,01350	55,00000	100,00000	нет	4.18/2	4.18/2
обед	Плов из мяса кур	180	200	0,00900	0,01800	0,00600	0,01000	0,03000	0,07000	228,00000	400,00000	нет	7.4/9/2	7.4/9/1
	Компот из чернославя и изюма	150	200	0,00020	0,00033	0,00000	0,00000	0,00024	0,00024	72,30000	100,00000	да	7.5/10/2	7..5/10
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00020	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	50,00000	нет	7.050	7.050
	Хлеб ржаной	40	40	0,00270	0,00270	0,00050	0,00050	0,02000	0,01700	72,40000	80,00000	нет	7.003	7.003
ПОЛДНИК	омлет натуральный	100	100	0,00500	0,01600	0,02200	0,02700	0,02000	0,06000	200,00000	250,00000	нет	7.038/1	7.038/1
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	50,00000	нет	7.050	7.050
	Печенье	20	20	0,00210		0,00105		0,02100		100,00000	100,00000			
	Чай с лимоном	150	200	0,00040	0,00005	0,00000	0,00000	0,01500	0,01000	56,16000	50,00000	нет	7.022/2	7.022/2
ИТОГО:				0,04149	0,05481	0,04740	0,06045	0,20188	0,26669	1 402,29200	1 806,04800			

Пищевые вещества

Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки, г		жиры, г		углеводы, г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры	
		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		если	сад
День 5 пятница ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	200	0,00500	0,00500	0,00500	0,00600	0,01000	0,02300	160,00000	207,00000	нет	7.2/4/2	4.2/4
	Какао с молоком	180	200	0,00290	0,00300	0,00270	0,00300	0,01000	0,01500	127,00000	150,00000	нет	7.14/10/1	7.285
	Батон йод с маслом сыром	25/4/6	30/6/9	0,00350	0,00500	0,00550	0,00800	0,01000	0,02000	108,10000	160,00000	нет	7.189-1	7.357/4
	Сок фруктовый с мякотью / фрукты		100		0,00050		0,00010		0,01000		46,00000	нет		7.031/8; 7.090-1; 7.341
	Сок фруктовый /фрукты	100	100	0,00050		0,00010		0,01000		46,00000		нет	7.033/2	7.031
10-00 ОБЕД	Огурец консервированный	20	20	0,00015	0,00015		0,00002	0,00046	0,00046	2,60000	2,60000		7.367/1	7.367/1
	Суп- пюре гороховый	150	200	0,00750	0,00850	0,00200	0,00220	0,02000	0,02500	138,00000	200,00000	нет	7.29/2/3	7.29/2
	Жаркое по - домашнему	140	180	0,00400	0,01100	0,02000	0,03000	0,09000	0,06800	310,00000	410,00000	нет	7.н070/3	7.н070/1
	Напиток из клюквы /вишни замороженной	150	200	0,00010	0,00010	0,00000	0,00000	0,01200	0,01600	48,50000	65,00000	да	7.15/13	7.15/15; 7.15/13
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	50,00000	нет	7.050	7.050
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной ГРЕНКИ)	40	40	0,00270	0,00270	0,00050	0,00050	0,00300	0,00300	72,40000	72,40000	нет	7.34/2/7	7.34/2/7
	Манник	68	68	0,00760	0,00800	0,00940	0,00950	0,02800	0,06000	320,00000	400,00000		7.103/4	7.103/4
	Чай с сахаром	150	200	0,00700	0,00900	0,00000	0,00000	0,00000	0,00900	28,40000	40,00000	нет	7.354/3	7.354/3
ИТОГО:				0,04245	0,05445	0,04702	0,06112	0,20346	0,25946	1 407,20000	1 803,00000			

Пищевые вещества

Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки, г		жиры, г		углеводы, г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры	
		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		если	сад
День 6 (понедельник)	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	0,00500	0,00500	0,00500	0,00700	0,02400	0,02100	173,60000	200,00000	нет	7.11/4/2	7.174
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	200	0,00250	0,00300	0,00250	0,00300	0,01500	0,01600	101,60000	120,00000	нет	7.084-2	8.13/10
	Батон йод смаслом слив. с сыром	25/4/6	30/6/9	0,00350	0,00500	0,00550	0,00800	0,01340	0,02000	108,10000	150,00000	нет	7.189-1	7.357/4
	Сок фруктовый с мякотью		100		0,00050		0,00010		0,01000		46,00000	нет		7.031/8; 7.090-1; 7.341
10:00	Сок фруктовый	100	100	0,00050		0,00010		0,01000		46,00000		нет	7.033/2	7.031
	Зеленый горошек	20	20	0,00057	0,00057	0,00030	0,00003	0,00117	0,00117	7,00000	7,00000	нет	7.017-2	7.017-2
	Свекольник со сметаной	150	200	0,00130	0,00180	0,00300	0,00460	0,01000	0,01500	74,20000	110,00000	нет	7.258/2	7.258
ОБЕД	Запеканка картофельная с отварным мясом	150	200	0,00090	0,00200	0,00600	0,00800	0,04100	0,09000	278,00000	440,00000	нет	7.н041	7.н041/4
	Соус молочный	20	20	0,00040	0,00036	0,00100	0,00100	0,00150	0,00126	15,00000	20,00000	нет	7.1/11/1,	7.1/11/1,
	Компот из сухофруктов	150	200	0,00040	0,00050	0,00002	0,00003	0,01350	0,02100	49,00000	90,00000	да	7.6/10/2,	7.6/10,
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00010	0,00400	0,00018	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050
	Хлеб ржаной	40	40	0,00270	0,00270	0,00050	0,00050	0,01700	0,02000	72,40000	80,00000	нет	7.003	7.003
	Пудинг из творога с изюмом	100	100	0,01800	0,01200	0,01680	0,01800	0,02150	0,02200	250,00000	300,00000	нет	7.17/5	7.17/5
ПОЛДНИК	Сгущенное молоко	20	20	0,00150	0,01000	0,00200	0,00200	0,01150	0,00100	65,50000	65,50000	нет	7.351	7.351
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00018	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050
	Бюксфир	130	150	0,00370	0,00600	0,00420	0,00500	0,00500	0,00400	72,00000	84,00000	нет	7.403/5	7.403/7
ИТОГО:				0,04257	0,05493	0,04728	0,06086	0,20457	0,26243	1 404,80000	1 804,90000			

Пищевые вещества													
Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки,г		жиры,г		углеводы,г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры
День 7 (вторник)		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад
ЗАВТРАК	Макаронные изделия в молоке с маслом сливочным	150	200	0,00350	0,00500	0,00450	0,05700	0,01200	0,01800	109,20000	160,00000	нет	7.132
	Какао с молоком	180	200	0,00280	0,00310	0,00270	0,00100	0,01000	0,01600	126,60000	150,00000	нет	7.14/10/1
	Батон йол. с маслом сливочным	25/6	30/6	0,00200	0,00250	0,00600	0,00010	0,01400	0,01600	103,60000	120,00000	нет	7.035/2
	Сок фруктовый	100	100	0,00050	0,00050	0,00010		0,01000		46,00000	50,00000	нет	7.033/2
10:30	фрукты	100	100	0,00040	0,00063	0,00040	0,00010	0,01100	0,02000	62,30000	70,00000	нет	7.183-1
ОБЕД	Салат из моркови с растительным маслом	40	60	0,00047	0,00078	0,00270	0,00246	0,00535	0,00678	43,73340	72,23400	нет	7.10/1/2
	Суп -пюре из картофеля	150	200	0,00200	0,00250	0,00200	0,00001	0,00970	0,05400	75,00000	150,00000	нет	7.25/2/3
	Капуста тушеная	120	130	0,01000	0,00260	0,00500	0,00010	0,00700	0,01200	120,00000	150,00000	нет	7.н233
	Биточки из мяса кур	50	70	0,00900	0,02400	0,01400	0,00100	0,00810	0,00900	170,00000	220,00000	нет	7.5/9/3
	Компот из кураги и изюма	150	200	0,00030	0,00040	0,00000	0,00000	0,02000	0,02000	71,10000	80,00000	да	7.138
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00100	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050
	Хлеб ржаной (ГРЕНКИ)	40	40	0,00270	0,00270	0,00050	0,00010	0,01400	0,00300	72,40000	50,00000	нет	7.34/2/7
	Каша кукурузная молочная с маслом сливоч.	150	200	0,00350	0,00450	0,00500	0,00010	0,05000	0,04000	169,00000	295,00000	нет	7.4/4/2
ПОЛДНИК	Печенье / кондитерское изд.	20	20	0,00210	0,00210	0,00104	0,00001	0,00160	0,01540	91,60000	100,00000	нет	7.308/6
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00001	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050
	Чай с лимоном	150	200	0,00040	0,00003	0,00000	0,00000	0,01330	0,01500	56,16000	40,56000	нет	7.022/2
ИТОГО:				0,04267	0,05434	0,04754	0,06299	0,20605	0,26518	1 409,09340	1 800,19400		

Пищевые вещества														
Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки,г		жиры,г		углеводы,г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры	
		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад		если	сад
День 8 (среда)	Каша рисовая молочная с маслом сливочн.	150	200	0,00470	0,02200	0,00550	0,00690	0,03000	0,03800	187,00000	250,00000	нет	7.7/4/2	8,7/4
		180	200	0,00250	0,00300	0,00250	0,00300	0,01500	0,01500	101,60000	104,00000	нет	7.084-2	8.13/10
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	25/4/6	30/6/9	0,00400	0,00500	0,00550	0,00800	0,01300	0,02000	108,10000	150,00000	нет	7.189-1	7.357/4
		100	100	0,00020	0,00020	0,00000	0,00000	0,01000	0,01000	45,00000	45,00000	нет	7.15/10/3	7.15/10/3
10:00	Напиток из шиповника	100	100	0,00040		0,00040		0,01000		40,00000		нет	7.183-1	7.183-1
		40	60	0,00050	0,00080	0,01000	0,00400	0,00450	0,00600	46,55000	80,00000	нет	7.20/1/2	7.20/1
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с раст. маслом	150	200	0,00010	0,00170	0,00210	0,00280	0,00600	0,00800	46,40000	65,00000	нет	7.н145	7.н145
		50	70	0,01400	0,00100	0,00100	0,00750	0,00630	0,00800	140,00000	200,00000	нет	7.н355	7.н355
	Биточки рыбные	120	130	0,00010	0,00300	0,00300	0,00400	0,02200	0,08100	79,00000	245,00000	нет	7.64с/5	7.64с
		150	200	0,00025	0,00400	0,00000	0,00000	0,02000	0,02500	60,00000	53,00000	да	7.5/10/2	8,5/10
	Картофельное пюре Компот из черносливя и изюма	20	20	0,00010	0,00150	0,00018	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050
		40	40	0,00270	0,00260	0,00050	0,00050	0,01700	0,01700	72,40000	80,00000	нет	7.003	7.003
	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	100	100	0,00800	0,00100	0,01000	0,01700	0,01300	0,01300	260,00000	280,00000	нет	7.9/5	7.9/5
		20	20	0,00008	0,00100	0,00000	0,00000	0,01400	0,00008	53,00000	61,00000	нет	7.1/1/7	7.1/1/7
ПОЛДНИК	Желе Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	46,20000	46,20000	нет	7.050	7.050
		130	150	0,00400	0,00600	0,00420	0,00500	0,00520	0,00400	72,80000	95,00000	нет	7.403/5	7.403/7
ИТОГО:	Бюкефир			0,04313	0,05430	0,04668	0,06230	0,20600	0,26508	1 404,25000	1 800,40000	нет	7.403/5	7.403/7

Пищевые вещества

Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки, г		жиры, г		углеводы, г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры	
День 9 (четверг)		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад
ЗАВТРАК	омлет натуральный	100	100	0,00900	0,00890	0,01000	0,01100	0,00200	0,00200	160,10000	174,00000	нет	7.038/1	7.038/1
	Какао с молоком	180	200	0,00290	0,00310	0,00270	0,00200	0,02100	0,01600	70,00000	135,00000	нет	7.14/10/1	7.285
	Батон йод. с маслом сливочным	25/6	30/6	0,00200	0,00250	0,00600	0,00600	0,01500	0,02000	103,60000	115,40000	нет	7.035/2	7.035/3
	Сок фруктовый с мякотью / фрукты		100		0,00050		0,00010		0,01000		28,00000	нет		7.031/8; 7.090-1; 7.341
10.00:	Сок фруктовый	100	100	0,00050		0,00010		0,01000		28,00000		нет	7.033/2	7.031
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с раст. маслом	40	60	0,00069	0,00103	0,00243	0,00365	0,00464	0,00695	20,00000	30,00000	нет	7.425/4/2	7.425/4
	Суп рыбный	150	200	0,00600	0,00800	0,00200	0,00300	0,01000	0,14000	100,00000	150,00000	нет	7.н161	7.н161
	Гуляш из отварного мяса говядины	50	70	0,00200	0,00100	0,01000	0,01600	0,01300	0,00010	220,00000	280,00000	нет	7.12/8	7.12/8/2
	Рис припущенный с овощами	120	130	0,00600	0,01400	0,00600	0,00650	0,04000	0,00100	200,00000	300,00000	нет	7.179/2	7.179
	Кисель из концентрата	150	200	0,00000	0,00100	0,00000	0,00000	0,02000	0,01200	89,00000	120,00000	нет	7.248	7.248
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00018	0,00180	0,01000	0,01000	46,00000	50,00000	нет	7.050	7.050
	Хлеб ржаной	40	40	0,00260	0,00270	0,00050	0,00050	0,02000	0,00300	72,00000	80,00000	нет	7.003	7.003
	Сдоба обыкновенная	60	60	0,00500	0,00560	0,00400	0,00410	0,03370	0,03500	210,00000	220,00000	нет	07.08.2012	07.08.2012
	Молоко кипяченое	150	200	0,0042	0,0056	0,0048	0,0064	0,00705	0,0094	86	118	нет	4.79	4.79
ИТОГО:			0,04239	0,05543	0,04871	0,06105	0,20639	0,26545	1 404,70000	1 800,40000				

Пищевые вещества

Приём пищи	Наименование блюда	возраст		белки, г		жиры, г		углеводы, г		Энергетическая ценность		Витамин	№ рецептуры	
		если	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад
День 10 (пятница) ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная со слив. маслом	150	200	0,00500	0,00550	0,00500	0,00800	0,02500	0,02250	180,00000	200,00000	нет	7.15/4/2	7.127
	Кофейный напиток с молоком	180	200	0,00240	0,00200	0,00250	0,00200	0,01500	0,01300	110,00000	120,00000	нет	7.084-2	8.13/10
	Батон йод. с маслом сливочным с сыром	25/4/6	30/6/9	0,002	0,0025	0,006	0,0065	0,014	0,017	130	150	нет	7.189-1	7.357/4
	Джем	8	10	0,00003	0,00004	0	0	0,00556	0,00695	30	26,5	нет	4.1/1/5	7.1/1/8
10.00: ОБЕД	Сок фруктовый с мякотью / фрукты		100		0,00050		0,00010		0,01000		48,00000	нет		7.031/8; 7.090-1; 7.341
	Сок фруктовый /фрукты	100	100	0,00050				0,01000		46,00000		нет	7.033/2	7.031
	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	40	60	0,00042	0,00063	0,00272	0,00409	0,00492	0,00737	42,19350	63,34000	нет	7.11/1/2	07.11.2001
	Суп крестьянский с крупой	150	200	0,00150	0,00150	0,00500	0,00520	0,00700	0,00750	110,00000	90,00000	нет	4.42	4.42
ПОЛДНИК	Тфетели из говядины с рисом "Ежики"	60	70	0,00700	0,01500	0,00700	0,01200	0,00900	0,06000	139,00000	250,00000	нет	7.н104	7.н104/1
	Гарнир овощной сборный	100	130	0,00300	0,00400	0,00900	0,00410	0,01200	0,01800	70,20000	150,00000	нет	7.36/3/3	7.36/3/2
	Напиток из клюквы / вишни замороженный	150	200	0,00010	0,00010	0,00000	0,00000	0,01200	0,01600	58,00000	90,00000	да	7.15/13/1	7.15/15; 7.15/13
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00150	0,00150	0,00018	0,00180	0,01000	0,01000	50,00000	46,20000	нет	7.050	7.050
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	40	40	0,00270		0,00050	0,00050	0,01700	0,00300	72,40000	72,40000	нет	7.003	7.003
	Макаронные изделия отварные	110	130	0,00400	0,01000	0,00500	0,01000	0,02500	0,03500	180,00000	270,00000	нет	7.н151-6	7.н151-1
	Хлеб пшеничный	20	20	0,00200	0,00150	0,00180	0,00180	0,01000	0,01000	50,00000	50,00000	нет	7.050	7.050
	конфеты-печенье / кондитерское изд.	20	25	0,00030	0,00020	0,00000	0,00000	0,01600	0,01963	60,80000	76,00000	нет	7.007-1	7.155-1
ИТОГО:	Чай с сахаром	150	200	0,00900	0,00900	0,00000	0,00000	0,00700	0,00000	30,00000	37,90000	нет	7.354/3	7.354/3
				0,04184	0,05456	0,04752	0,06018	0,20440	0,26332	1 400,78700	1 803,68000			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 56329272446943365375691549892248362578707919161

Владелец Кулькова Екатерина Викторовна

Действителен с 24.03.2023 по 23.03.2024