

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая	N рецептуры
			Б	Ж	У		
01 день ясли							
Завтрак 1	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,13	3,94	24,61	154,45	N 219т
	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,4	29,5	N 65
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4	25,2	139	N 62
итого за завтрак 1		340	8,93	7,94	57,22	322,95	
Обед	Суп картофельный с клецками	125	1,03	1,55	6,29	43,25	N 91т
	клецки мучные	25					N 128т
	Плов из птицы	180	18,4	16,88	30,59	348	N 321т
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	N 495п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		520	21,96	18,85	73,9	554,4	
Полдник	Суп молочный с крупой гречневой	150	4,48	4,11	12,81	106,8	N 101т
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	89,16	N 416т
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
итого за полдник		325	9,54	7,05	38,24	255,31	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 01 день ясли		1188	40,43	33,84	169,36	1132,66	
02 день ясли							
Завтрак 1	Суп молочный с крупой рисовой	150	3,61	3,81	12,62	99,3	N 101т
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,82	N 414т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	Сыр	12	3,12	3,12		41,28	N 110
итого за завтрак 1		352	12,3	9,4	44,19	311,36	
Обед	Свекольник	150	1,23	2,85	6,44	56,25	N 98п
	Тефтели мясные (1-й вариант)	60	6,41	7,16	8,39	123,75	N 303т
	Соус томатный	40	0,46	1,68	3,21	29,8	N 366т
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,8	N 339т
	Кисель из сока натурального	150	0,3	0,05	16,65	67,5	N 485п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		560	13,05	15,98	67,24	465,5	
Полдник	Вареники ленивые (отварные)	120	19,72	9,31	16,51	229,09	N 289п
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03		9,06	36,98	N 69
итого за полдник		295	21,75	9,6	37,82	325,42	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	

Итого за 02 день ясли		1210	47,1	34,97	149,26	1102,29	
03 день ясли							
Завтрак 1	Суп молочный с пшеном	150	4,35	4,11	13,93	106,8	N 101т
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	89,16	N 416т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	N 13
итого за завтрак 1		345	10,66	11,37	46,76	328,42	
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,58	0,58	14,67	70,5	N 107
итого за завтрак 2		150	0,58	0,58	14,67	70,5	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	2,9	0,23	6,58	40,15	N 120п
	бефстроганов из отварной говядины	80	12,32	12,64	5,65	185,6	N 326п
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	6,29	4,25	28,24	175,97	N 179т
	Компот из кураги	150	0,33	0,02	20,82	84,75	N 494п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		530	24,03	17,54	77,5	564,86	
Полдник	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,89	7,75	1,72	104,61	N 268п
	Салат из кукурузы консервированной	30	0,87	1,86	2,41	29,79	N 116
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
	Молоко кипяченое	150	4,57	4,07	7,56	85	N 419т
итого за полдник		285	14,33	13,96	23,94	278,75	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 03 день ясли		1313	49,61	43,46	162,87	1242,54	
04 день ясли							
Завтрак 1	суп молочный с макаронными изделиями	150	4,29	3,79	14,13	107,85	N 140п
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,82	N 414т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	N 13
итого за завтрак 1		345	9,91	10,41	45,75	316,13	
Обед	Суп картофельный с крупой рисовой	150	1,51	1,67	10,2	61,95	N 86т
	Биточки рубленые из птицы	60	11,21	2,75	6,07	93,75	N 323т
	Капуста тушеная	120	2,64	4,08	9,72	86,4	N 354п
	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,08	8,33	34,5	N 486п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		520	17,64	8,99	50,52	355	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	100	7,17	5,33	9,42	114,16	N 189п
	СОУС ИЗ КУРАГИ	40	0,21	0,01	5,93	24,78	N 437п

	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03		9,06	36,98	N 69
итого за полдник		315	9,41	5,63	36,66	235,27	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 04 день ясли		1183	36,96	25,03	132,93	906,41	
05 день ясли							
Завтрак 1	Суп молочный манный	150	4,12	3,79	12,08	98,85	N 99т
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,82	N 414т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
итого за завтрак 1		340	9,69	6,25	43,64	269,63	
Завтрак 2	Сок яблочный	120	0,6		12,12	50,67	N 418т
итого за завтрак 2		120	0,6	0	12,12	50,67	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	50,85	N 73т
	рагу из птицы	180	16,97	20,98	14,3	313,69	N 376п
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	N 495п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		520	20,54	24,33	56,41	527,69	
Полдник	Рыба, тушеная с овощами	80	7,66	3,85	2,2	74	N 261т
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,4	29,5	N 65
итого за полдник		255	9,66	4,13	21,85	162,85	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 05 день ясли		1238	40,49	34,72	134,03	1010,84	
06 день ясли							
Завтрак 1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом и сахаром	120	6,64	4,49	33,53	201	N 179т
	Кофейный напиток	150			9,4	37,57	N 11Киров
	Пряник	50	3,13	3,63	35,13	186	N 135
итого за завтрак 1		320	9,77	8,11	78,05	424,57	
Обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	1,56	1,52	9,87	59,4	N 130п
	Котлеты рубленые из птицы	60	9,48	9,86	10,1	167,25	N 322т
	Капуста тушеная	120	2,64	4,08	9,72	86,4	N 354п
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	N 495п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		520	16,21	15,87	66,7	476,2	
Полдник	Драчена	80	8,02	11,01	4,75	150,57	N 242т

	Салат из свеклы с чесноком	80	1,12	4,88	6	72	N 34п
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03		9,06	36,98	N 69
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
итого за полдник		335	11,17	16,18	32,06	318,9	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 06 день ясли		1178	37,15	40,16	176,81	1219,67	
07 день ясли							
Завтрак 1	Суп молочный с хопьями овсяными "геркулес"	150	4,44	4,45	13,45	111,6	N 101т
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	89,16	N 416т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	Сыр	12	3,12	3,12		41,28	N 110
итого за завтрак 1		352	13,82	10,68	46,23	337	
Обед	Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,95	72,45	N 82т
	биточки рубленые	60	9,33	6,93	9,42	137,25	N 299т
	Пюре картофельное с морковью	120	2,29	3,7	14,41	100,08	N 340т
	Кисель из сока натурального	150	0,3	0,05	16,65	67,5	N 485п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		520	15,38	14,14	66,64	455,68	
Полдник	Сырники из творога запеченные	120	23,68	6,24	25,52	252,8	N 286п
	Повидло	25	0,15		15,75	63	N 139
	Чай без сахара	150	0,3	0,08	0,06	2,1	N 391т
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
итого за полдник		320	26,13	6,6	53,58	377,25	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 07 день ясли		1195	55,33	31,42	166,45	1169,93	
08 день ясли							
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	4,24	3,19	20,16	126,98	N 22
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,82	N 414т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	N 13
итого за завтрак 1		345	9,86	9,8	51,78	335,26	
Завтрак 2	Банан	150	2,22	0,15	30,99	91,53	N 308
итого за завтрак 2		150	2,22	0,15	30,99	91,53	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	3,07	3,21	9,68	79,95	N 87т
	бефстроганов из отварной говядины	100	15,4	15,8	7,07	232	N 326п
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,4	3,38	21,1	132,39	N 219т

	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	N 495п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		560	25,4	22,81	74,87	607,49	
Полдник	Котлеты рыбные любительские	60	8,37	2,93	6,78	87	N 272т
	Икра кабачковая	40	0,19	0,96	1,03	13,92	N 169
	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,4	29,5	N 65
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
итого за полдник		275	10,56	4,17	27,46	189,77	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 08 день ясли		1333	48,04	36,93	185,1	1224,04	

09 день ясли

Завтрак 1	Каша гречневая молочная жидкая	150	5,12	7,55	17,76	159,79	N 167
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	89,16	N 416т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	N 13
итого за завтрак 1		345	11,43	14,81	50,59	381,41	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	1,09	2,95	7,64	61,5	N 63т
	Птица в соусе с томатом	80	11,26	12,2	2,54	164,66	N 367п
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,8	N 339т
	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,08	8,33	34,5	N 486п
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110
итого за обед		540	17,09	19,47	51,07	448,86	
Полдник	пудинг рисовый	120	4,68	4,62	32,76	191,4	N 248п
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	40	0,27		5,8	23,24	N 484п
	хлеб пшеничный	25	2	0,29	12,25	59,35	N 109
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03		9,06	36,98	N 69
итого за полдник		335	6,98	4,91	59,87	310,97	
На весь день	Соль	3					N 128
итого за на весь день		3	0	0	0	0	
Итого за 09 день ясли		1223	35,5	39,19	161,53	1141,25	

10 день ясли

Завтрак 1	Каша манная молочная жидкая	150	4,66	4,93	23,43	156,9	N 227п
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,01	11,97	75,82	N 414т
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,46	19,6	94,96	N 109
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	N 13
итого за завтрак 1		345	10,28	11,55	55,05	365,18	

Обед	Суп картофельный	150	1,4	1,7	9,98	60,75	N 83т	
	Кнели куриные с рисом	60	13,31	2,68	3,64	93	N 329т	
	Капуста тушеная	120	2,64	4,08	9,72	86,4	N 354п	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	N 495п	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4	N 110	
итого за обед		520	19,89	8,88	60,36	403,3		
Полдник	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,06	2,56	5,28	48,8	N 47п	
	Булочка "Ванильная"	60	5,3	4,7	28,8	179	N 541п	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,4	29,5	N 65	
	хлеб пшеничный	15	1,2	0,17	7,35	35,61	N 109	
итого за полдник		305	7,56	7,43	48,83	292,9		
На весь день	Соль	3					N 128	
итого за на весь день		3	0	0	0	0		
Итого за 10 день ясли		1173	37,73	27,87	164,24	1061,39		
Итого за весь период		12234	428,34	347,58	1602,57	11211,02		
Среднее значение за период		1223,4	42,83	34,76	160,26	1121,1		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			3,82	3,1	14,29			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575996

Владелец Михайлова Татьяна Анатольевна

Действителен с 28.02.2022 по 28.02.2023