

МЕНЮ	на 6 день (понедельник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	160	4.67	4.86	25.83	166.00	182.1
Чай с лимоном	150	0.10	0.02	8.50	34.17	412
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	8.45	11.09	50.40	331.82	
второй завтрак						
Сок фруктовый	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
Щи из свежей капусты с карто фелем на мясокостном бульоне со сметаной	150	1.04	2.93	5.10	50.10	73
	3	0.08	0.45	0.11	4.80	
Бефстроганов из отварного мяса	60	7.76	6.22	1.65	93.50	294
Пюре картофельное с морковью	100	1.91	3.08	12.02	84.00	340
Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
Компот из сухофруктов	150	0.33	0.02	20.83	84.75	394
	503	13.76	13.10	59.03	411.55	
полдник						
Пудинг из творога запеченый	60	9.08	6.45	14.62	153.00	249
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28.00	411
Батон нарезной	15	1.16	0.36	8.01	38.10	
	225	10.28	6.82	29.62	219.10	
ИТОГО:	1178.00	32.89	31.05	148.84	1006.47	

МЕНЮ	на 6 день (понедельник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	сад					
завтрак						
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	180	5.32	4.53	28.11	174.00	182.1
Чай с лимоном	180	0.12	0.02	10.20	41.00	412
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	7.75	5.27	54.33	291.20	
второй завтрак						
Сок фруктовый	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне со сметаной	180	1.25	3.52	6.11	61.02	73
	3	0.08	0.45	0.11	4.80	
Бефстроганов из отварного мяса	80	10.34	8.29	2.19	124.50	294
Пюре картофельное с морковью	120	2.29	3.70	14.42	100.80	340
Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
Компот из сухофруктов	180	0.40	0.02	24.99	101.70	394
	613	17.66	16.48	71.97	510.82	
полдник						
Пудинг из творога запеченый	80	12.11	8.60	19.49	204.00	249
Чай с сахаром	180	0.48	0.012	8.388	33.60	411
Батон нарезной	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	280	14.13	9.09	38.56	288.40	
ИТОГО:	1393.00	39.94	30.88	174.66	1134.42	

МЕНЮ	на 7 день (вторник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	160	4.60	4.17	15.07	116.16	100
Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	414
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	10.62	12.38	41.77	317.81	
второй завтрак						
Фрукты (яблоко)	100	0.40	0.30	10.30	46.00	368 а
обед						
Салат из свеклы	40	0.57	2.44	3.44	38	34
Суп картофельный на мясокостном бульоне	150	1.41	1.70	9.98	60.75	83
Тефтели мясные тушеные в соусе	60	8.14	9.04	10.30	155.00	304
	40	0.56	2.00	2.35	29.64	372
Капуста, тушеная с морковью в молоке	100	2.00	2.80	4.60	52.00	429-П
Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
Напиток из шиповника	150	0.510	0.210	14.230	61.000	417
	580	15.83	18.59	64.22	490.79	
полдник						
Рыба запеченая в омлете	60	10.30	3.56	2.57	84.00	263
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28.00	411
Батон нарезной	15	0.00	0.00	0.70	2.80	
	225	10.34	3.57	10.26	114.80	
ИТОГО:		37.19	34.84	126.54	969.40	

МЕНЮ	на 7 день (вторник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	сад					
завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.18	4.69	16.95	130.68	100
Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	414
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	11.71	13.31	47.38	353.33	
второй завтрак						
Фрукты (яблоко)	100	0.40	0.30	10.30	46.00	368 а
обед						
Салат из свеклы	40	0.57	2.44	3.44	38	34
Суп картофельный на мясокостном бульоне	180	1.69	2.04	11.98	72.90	83
Тефтели мясные тушеные в соусе	75	10.23	11.75	12.93	198.75	304
	55	0.71	2.81	3.22	40.76	372
Капуста, тушеная с морковью в молоке	120	2.40	3.36	5.52	62.40	429-П
Хлеб ржано-пшеничный	50	2.64	0.40	19.32	94.40	
Напиток из шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79.00	417
	700	18.85	23.05	75.08	586.21	
полдник						
Рыба запеченая в омлете	75	11.91	3.40	2.41	88.13	263
Чай с сахаром	180	0.48	0.012	8.388	33.60	411
Батон нарезной	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	275	13.93	3.89	21.48	172.53	
ИТОГО:		44.89	40.55	154.23	1158.07	

МЕНЮ	на 8 день (среда) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
Каша жидкая "Дружба"	160	4.21	9.33	20.05	180.96	266-П
Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	416
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	11.04	18.26	49.08	401.61	
второй завтрак						
Кисломолочный продукт	100	2.80	3.20	4.10	156.00	420
обед						
Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	150	4.39	4.22	13.26	107.80	87
Гуляш из отварного мяса	60	7.71	6.21	1.98	94.50	293
Макароны отварные с маслом	105	3.88	2.37	18.60	111.15	219
Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
Чай с лимоном	150	0.10	0.02	8.50	34.17	412
	505	18.72	13.22	61.66	442.02	
полдник						
Сырники с морковью	60	10.30	3.26	2.57	84.00	247
Сок фруктовый	150	0.00	0.00	15.15	64.00	418
Батон нарезной	15	1.16	0.36	8.01	38.10	
	225	11.46	3.62	25.73	186.10	
ИТОГО:		44.02	38.30	140.57	1185.73	

МЕНЮ	на 8 день (среда) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	сад					
завтрак						
Каша жидкая "Дружба"	180	4.73	10.49	22.55	203.58	266-П
Какао с молоком	180	3.19	3.19	15.82	107.00	416
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	11.60	19.89	54.44	442.23	
второй завтрак						
Кисломолочный продукт	100	2.80	3.20	4.10	156.00	420
обед						
Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	180	4.83	4.64	14.58	118.58	87
Гуляш из отварного мяса	80	10.32	8.15	2.62	125.00	293
Макароны отварные с маслом	125	4.53	3.48	21.79	136.80	219
Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
Чай с лимоном	180	0.12	0.02	10.20	41.00	412
	615	23.10	16.79	73.34	539.38	
полдник						
Сырники с морковью	60	10.30	3.26	2.57	84.00	247
Сок фруктовый	180	0.00	0.00	18.18	76.80	418
Батон нарезной	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	260	11.84	3.74	31.43	211.60	
ИТОГО:		49.34	43.62	163.31	1349.21	

МЕНЮ	на 9 день (четверг) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
Каша овсянная (геркулес) жидкая с сахаром и маслом	160	2.85	5.01	19.23	133.00	199.2
Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	414
Бутерброды с повидлом	30	2.31	0.72	16.02	76.20	2
	10	0.00	0.00	6.10	24.40	
	350	7.50	7.73	51.98	303.60	
второй завтрак						
Сок фруктовый	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
Салат моркови	40	0.44	4.04	3.64	52.80	19-П
Борщ с фасолью и картофелем на мясокостном бульоне	150	2.10	3.10	8.70	71.00	69
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным на полив	100	8.84	6.93	18.74	172.82	308
	5	0.00	4.13	0.05	37.40	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
Компот из сухофруктов (курага)	150	0.33	0.02	20.83	84.75	394
	485	14.36	18.62	71.28	513.17	
полдник						
Котлеты рыбные запеченные	60	8.02	2.82	5.99	81.00	271
Капуста тушеная с яблоками	60	1.07	3.20	4.99	53.04	356
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28.00	411
Батон нарезной	15	1.16	0.36	8.01	38.10	1
	285	10.28	6.39	25.98	200.14	
ИТОГО:		32.54	32.78	159.03	1060.91	

МЕНЮ	на 9 день (четверг) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙ НОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	сад					
завтрак						
Каша овсянная (геркулес) жидкая с сахаром и маслом	180	3.21	5.64	21.63	149.63	199.2
Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	414
Бутерброды с повидлом	30	2.31	0.72	16.02	76.20	2
	10	0.00	0.00	6.10	24.40	
	400	8.37	8.77	58.11	341.23	
второй завтрак						
Сок фруктовый	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
Салат из моркови	50	0.55	5.05	4.55	66.00	19-П
Борщ с фасолью и картофе- лем на мясокостном бульоне	180	2.60	3.70	10.50	85.10	69
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным на полив	120	10.61	8.31	22.49	207.38	308
	5	0.00	4.13	0.05	37.40	
Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
Компот из сухофруктов (курага)	180	0.44	0.02	27.77	113.00	394
	585	17.51	21.71	89.51	626.88	
полдник						
Котлеты рыбные запеченные	80	10.64	3.76	7.67	107.00	271
Капуста тушеная с яблоками	80	1.42	4.27	6.65	70.72	356
Чай с сахаром	180	0.48	0.012	8.388	33.60	411
Батон нарезной	20	1.54	0.48	10.68	50.80	1
	360	14.08	8.52	33.39	262.12	
ИТОГО:		40.36	39.04	190.81	1274.23	

МЕНЮ	на 10 день (пятница) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом	160	2.12	3.89	26.86	151.00	199.1
Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	416
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	8.95	12.82	55.89	371.65	
второй завтрак						
Фрукты (яблоко)	100	0.40	0.30	10.30	46.00	368 а
обед						
Суп картофельный с клецками	150	1.26	2.02	7.28	52.35	91
Суфлеиз кур	54	7.85	9.58	1.94	125.28	413-П
Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	50	2.07	3.80	21.20	87.33	440-П
	50					
Напиток из шиповника	150	0.51	0.21	14.23	61.00	417
Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.40	19.32	94.40	1
	494	14.33	16.01	63.97	420.36	
полдник						
Омлет натуральный	65	5.73	11.04	1.10	127.00	229
Чай с лимоном	150	0.10	0.02	8.50	34.17	412
Батон нарезной	15	1.16	0.36	8.01	38.10	1
	230	6.99	11.42	17.61	199.27	
ИТОГО:		30.67	40.55	147.77	1037.28	

МЕНЮ	на 10 день (пятница) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	сад					
завтрак						
Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом	180	2.14	3.89	27.10	152.20	199.1
Какао с молоком	180	3.78	3.26	15.55	106.80	416
Бутерброды с сыром	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	9.60	13.36	58.72	390.65	
второй завтрак						
Фрукты (яблоко)	100	0.40	0.30	10.30	46.00	368 а
обед						
Суп картофельный с клецками	180	1.51	2.42	8.74	62.82	91
Суфлеиз кур	65	9.45	11.53	2.34	150.80	413-П
Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	60	2.48	4.56	25.44	104.80	440-П
	60					
Напиток из шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79.00	417
Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
	595	17.35	19.26	79.34	515.42	
Омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157.00	229
Чай с лимоном	180	0.12	0.02	10.20	41.00	412
Батон нарезной	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	285	9.18	13.96	22.39	248.80	
ИТОГО:		36.53	46.88	170.75	1200.87	