

Приложение 5

к приказу от 21.03.2024г № 34/1-од

Утверждаю:

И.о. заведующего

МБДОУ – детский сад № 97

Гейдарова Н.С.



Десятидневное меню МБДОУ- детский сад № 97



Номер рецептуры	Наименование изделий (блюда)	Выход	Белки, кг	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	Завтрак	дети/сад				
7.н066	Каша манная молочная со сливочным маслом на 100г	200	2,3	3,31	10,64	88,01
8.13/10	Кофейный напиток с молоком на 100г	200	1,4	1,4	7,07	51,75
7.4/13	Багон с маслом и сыром на 100г	30/5/10	10,98	17,3	35,62	318,0
	Второй завтрак					
7.031/1	10-00 Сок	100				
	Обед					
7.170	Суп из овощей вегетарианский со сметаной	200	0,001	0,004	0,009	87,798
7.н070-1	Жаркое по-домашнему	230	0,016	0,017	0,028	359,75
8.6/10	Компот из сухофруктов	200	0,0004	0	0,019	81
8.104/1	Хлеб ржаной	39/20	7,6	0,90	50,1	231,0
	Уплотнённый полдник					
7.308	печенье					
7.039	Запеканка творожная	145	0,017	0,022	0,019	392,34
7.1/1/9	Джем	15	0,0006	0	0,010	39,76
7.403/12 /	Биокефир /	200	0,005	0,006	0,008	112,00
7.15/10/1	напиток из шиповника	180	0,24	0	10,91	45,00
8.103	Хлеб пшеничный на 100г	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – вторник

Утверждаю: и.о. заведующего Н.С. Гейдарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак	дети/сад				
7.043	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200	0,004	0,0066	0,0219	180,002
7.285/1	Какао с молоком	200	0,001	0,001	0,010	63,2
7.н035/2	Батон с маслом на 100г	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	100				
	Обед					
7.31/2/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	180	0,001	0,004	0,010	90,261
7.114	Котлета из мяса кури на 100г	80	13,94	14,56	6,19	235,26
4.8/3	Капуста тушёная на 100г	130	2,33	1,89	11,59	68,92
8.6/10	Компот из сухофруктов на 100г	200	0,25	0,02	9,00	28,43
8.103	Хлеб пшеничный на 100г	20	7,60	0,90		231,0
8.104/1	Хлеб ржаной на 100г	39	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
7.21/1/	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным	60	0,0007	0,0053	0,0054	75,6
7.130/6	маслом / Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	65	0,00056	0,00224	0,00272	30,7
7.6/12/6	Ватрушка со сметаной /	50	0,004	0,007	0,026	207,715
7.103/4	манник	68	0,00755	0,00937	0,04409	312,11
7.022-6	Чай с лимоном	200	0	0	0,012	54,38
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – среда

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
Завтрак						
		дети/ сад				
4.8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	0,0052	0,07	0,025	195,05
8.13/10	Кофейный напиток с молоком на 100г	200	1,40	1,41	7,07	51,75
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	10,98	17,13	35,62	318,0
Второй завтрак						
10-00	Фрукты	100				
ОБЕД						
4.11/2	Рассольник с крупой и сметаной на 100г	200	0,93	2,34	7,01	56,49
7.н149	Биточки рыбные из горбуши	60	0,011	0,005	0,0056	125,886
7.180-2	Рагу из овощей	130	0,0024	0,004	0,012	109,42
7.4/11/1	Компот из кураги и изюма	200	0,00015	0	0,009	39,51
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0
8.104/1	Хлеб ржаной	39	6,69	1,21	42,33	183,32
Уплотнённый полдник						
7.н132/4	Макаронные изделия в молоке с маслом	150	0,0034	0,004	0,011	109,17
7.354/3	Чай с сахаром	200	0,1	0	0,009	37,9
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0

День – четверг

Утверждаю: и.о. заведующего Н.С. Гейдарова



	Наименование изделий (блюд)	Выход	Бел ки	Жи ры	Угле воды	Энерг ценность
	Завтрак	дети/сад				
8.11/4	Каша пшённая молочная с маслом сливочным на 100г	200	3,23	3,16	15,65	115,34
8.12/10	Чай с молоком на 100г	200	0,66	0,71	5,61	33,45
7.н035/2	Батон с маслом	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	100				
	Обед					
4.5/2	Свекольник со сметаной	200	0,0017	0,0045	0,014	106,66
7.5/1 / 7.014	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом / огурец порционный	60 50	0,001 0,00023	0,004 0,00003	0,007 0,0011	64,23 4,06
7.190	Гуляш из кури на 100г	80	9,05	9,88	2,91	151,144
7.44/3/4	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	0,005	0,006	0,036	221,99
8.6/10	Компот из сухофруктов на 100г	200	0,25	0,02	9,00	28,43
8.103,8.104/1	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20 / 39	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
7.н166	Суфле творожное	150	0,019	0,024	0,015	402,696
7.387/1	Кисель с плодово – ягодным вкусом	200	0	0	0,016	70,27
4.12/11	Стушённое молоко для запеканок на 100г	18	5,22	6,17	40,44	231,11
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – пятница

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Геидарова

	Наименование изделий (блюда)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак	дети/сад				
7.н026-1	Каша из гречи и риса молочная «Дружба» со сливочным маслом на 100г	200	2,79	3,63	11,88	95,79
8.13/10	Кофейный напиток с молоком на 100г	200	1,40	1,41	7,07	51,75
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	10,98	17,13	35,62	318,0
7.031/8	Второй завтрак	100				
8.30/2	Обед	200	3,42	1,16	5,52	55,05
7.19/1 / 7.098/3	Уха рыбацкая на 100г	60	0,0013	0,0091	0,0041	101,48
4.10/8	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом / помидор порционный	50	0,00065	0,00012	0,00295	13,57
7.047	Печень в молочном соусе	80	14,03	7,92	5,33	163,38
7.15/10/1	Пюре розовое	150	0,0027	0,0047	0,018	135,395
8.104/1	Напиток из шиповника на 100г	180	0,24	0	10,91	45,00
8.103	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
7.н038/7	Уплотнённый полдник	140	0,011	0,014	0,003	206,15
7.354/3	Омлет натуральный	200	0	0	0,009	37,9
7.308	Чай с сахаром	30				
8.103	Печенье	20/30	7,60	0,90	50,10	231,0

5 день – понедельник

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова



	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак	дети/ сад				
4.2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	0,004	0,005	0,022	166,03
8.13/10	Кофейный напиток с молоком на 100г	200	1,40	1,41	7,07	51,75
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	10,98	17,13	35,62	318,0
	Второй завтрак					
7.031/1	10-00 Сок	100				
	Обед					
7.9/2/4	Рассольник со сметаной	200	0,003	0,007	0,023	185,49
4.27/8	Кнели мясные паровые на 100г	80	22,28	19,60	42,88	475,91
7.020	Соус молочный на 100г	25	2,36	5	6,92	90,60
4.8/3	Капуста тушеная на 100г	130	2,33	1,89	11,59	68,92
7.15/15	Напиток из клюквы на 100гр	200	0,07	0	7,56	29,09
8.104/1	Хлеб ржаной, 8.103Хлеб пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
4.11/5	Запеканка из творога с изюмом	150	0,019	0,023	0,025	433,78
7.1/1/9	Джем	15	0,0006	0	0,010	39,76
4.79/2	Биокефир /	200	0,006	0,012	0,008	168
7.15/10/1	напиток из шиповника	180	0,24	0	10,91	45,0
8.103 7.308	Хлеб пшеничный, печенье	20,30	7,60	0,90	50,10	231,0

день – вторник

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак	дети/сад				
4.8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	0,005	0,007	0,025	195,05
8.14/10	Какао с молоком	200	0,0037	0,003	0,023	153,8
7.н035/2	Батон с маслом	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	100				
	Обед					
4.20/2	Суп – лапша на курином бульоне на 100г	200	0,88	1,53	6,09	44,48
7.180-2	Рагу из овощей	130	0,002	0,004	0,012	109,42
7.019	Биточки из курицы на 100г	80	14,14	14,61	7,90	242,81
8.6/10	Компот из сухофруктов	200	0,25	0,02	9,00	28,43
8.104/1 8.103	Хлеб пшеничный, ржаной	20 /39	7,60	0,90	50,10	231,0
	Уплотнённый полдник					
7.150/3	Вагрушка с повидлом / сдоба обыкновенная на 100г	50/50	6,58/ 0,00463	6,04 0,00335	54,94	323,56
7.13/1/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом /	50	0,00056	0,003	0,006	53,8967
7.130/6	Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	65	0,00056	0,00224	0,00272	30,7162
7.354/3	Чай с сахаром	200	0	0	0,009	37,9
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – среда

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова



	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак					
7.127	Каша пшеничная молочная с маслом	200	0,005	0,007	0,022	198,815
7.118/3	Чай с молоком	200	0,0018	0,001	0,012	79,2
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	10,98	17,13	35,62	318,0
	Второй завтрак					
10 -00	Фрукты	100				
	Обед					
7.н145-6	Щи со сметаной	180	0,001	0,002	0,007	58,4332
7.332	Салат из свёклы с изюмом /	60	0,0009	0,0022	0,010	63,99
7.098/3	Помидор порционный	50	0,00065	0,00012	0,00295	13,57
7.041	Запеканка картофельная с отварным мясом	230	0,020	0,022	0,022	410,42
7.3/10	Компот из яблок и чернослива	200	0,0001	0	0,017	70,75
8.104/1, 8.103	Хлеб ржаной, пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
4.14/7	Суфле из рыбы	100	0,012	0,003	0,002	130,115
7.022-6	Чай с лимоном	200	0,00003	0	0,012	54,38
8.103	Хлеб пшеничный	20/30	7,60	0,90	50,10	231,0

1) день – четверг

Утверждаю: и.о. заведующего Н.С. Геидарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Бел ки	Жи ры	Угле волы	Энерг цельность
	Завтрак	дети/ сад				
7.095	Каша кукурузная молочная с маслом	200	0,004	0,006	0,022	182,60
8.13/10	Кофейный напиток с молоком на 100г	200	1,40	1,41	7,07	51,75
7.н035/2	Батон с маслом	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	100				
	Обед					
8.27/2	Суп – пюре из разных овощей на 100г	200	1,22	1,95	5,15	45,72
4.4/9	Плов из мяса кур	180	0,017	0,016	0,026	346,32
7.4/11/11	Компот из кураги и изюма	200	0,0001	0	0,0096	39,51
8.104/1, 8.103	Хлеб ржаной, пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
8.16/5	Запеканка из творога с яблоками на 100г	150	10,73	19,33	19,82	293,68
4.12/11	Сгущённое молоко для запеканок на 100г	18	5,22	6,17	40,44	231,11
7.354/3	Чай с сахаром	200	0	0	0,009	37,9
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0



0 день – пятница

Утверждаю: и.о. заведующего Н.С. Гейдарова



	Наименование изделий (блюд)	Выход	Бел ки	Жи ры	Угле воды	Энерг ценность
	Завтрак	дети/ сад				
4.16/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	0,004	0,006	0,024	189,78
8.14/10	Какао с молоком	200	0,003	0,003	0,015	111,93
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	10,98	17,13	35,62	318
	Второй завтрак					
10,00	Сок	100				
	Обед					
4.2/2	Борщ со сметаной	200	0,001	0,004	0,012	100,498
7.425/4/1	Салат из квашеной капусты с луком/	50	0,0008	0,003	0,005	50,04
7.014	Огурец порционный	50	0,00023	0,00003	0,0011	4,06
7.149с-10	Тефтели рыбные	75	0,011	0,004	0,004	134,58
7.021	Картофельное пюре	150	0,003	0,005	0,019	148,94
7.15/13	Напиток из вишни	200	0	0	0,016	62,05
8.104/1 8.103	Хлеб пшеничный, ржаной	20 /39	7,60	0,90	50,10	231,0
	Уплотнённый полдник					
7.н038/7	Омлет натуральный	140	0,011	0,014	206,15	159,76
7.308	Печенье, хлеб пшеничный	30/20	7,60	0,90	50,10	231,0
7.354/3	Чай с сахаром	200	0	0	0,009	37,9

Номер рецептуры	Наименование изделий (блюд)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак	ясли				
7.066	Каша манная молочная со сливочным маслом	150	0,003	0,003	0,015	116,65
7.219	Кофейный напиток на молоке	150	0,003	0,003	0,014	119,18
7.189	Батон с маслом и сыром	25/4/4	0,002	0,005	0,013	102,60
	Второй завтрак					
7.033/2	10-00 Сок 0,2	100	0,0005	0,0001	0,01	46
	Обед					
7.170	Суп из овощей вегетарианский со сметаной	180	0,001	0,004	0,009	87,79
7.н070-1	Жаркое по - домашнему	180	0,01	0,009	0,003	152,05
7.115/3	Компот из сухофруктов	180	0,0004	0	0,015	63,945
8.104/1 8.103	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
7.308	Печенье	20				
7.039	Запеканка творожная	120	0,014	0,017	0,015	314,19
7.1/1/8	Джем	10	0,0004	0	0,006	26,5
7.403/12 / 7.15/10/1	Биокефир / напиток из шиповника	150 150	0,004 0,2	0,004 0	0,006 0,81	84 42,00
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0

День – вторник

Утверждаю: и.о. заведующего Н.С. Гейдарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак	ясли				
7.043	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150	0,0034	0,005	0,016	135,94
7.220	Какао с молоком	150	0,0025	0,0024	0,013	91,29
7.н035/2	Батон с маслом	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	95				
	Обед					
7.31/2/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	180	0,001	0,004	0,010	90,261
7.114	Котлета из мяса куры на 100г	60	13,94	14,66	6,19	235,26
7.н233	Капуста тушёная	110	0,0023	0,0018	0,001	68,9138
7.115/3	Компот из сухофруктов	180	0,0004	0,00002	0,015	67,104
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0
8.104/1	Хлеб ржаной	39	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
7.21/1/2	Салат из отварной свёклы и моркови с растительным	40	0,0005	0,002	0,003	44,37
7.130/6	маслом / Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	45	0,00046	0,00214	0,00262	25,7
7.6/12/6	Ватрушка со сметаной /	50	0,004	0,007	0,026	207,715
7.103/4	манник	68	0,00755	0,00937	0,04409	312,11
7.022-6	Чай с лимоном	150	0,0003	0	0,011	46,47
8.103	Хлеб пшеничный на 100г	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – среда

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак	ясли				
4.8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	0,004	0,006	0,019	152,29
7.219	Кофейный напиток на молоке	150	0,003	0,003	0,014	119,18
7.189	Батон с маслом и сыром	25/4/4	0,002	0,005	0,013	102,609
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	95				
	ОБЕД					
4.11/2	Рассольник с крупой со сметаной на 100г	150	0,93	2,34	7,01	56,49
7.н149	Биточки рыбные из горбуши	40	0,007	0,003	0,003	81,58
7.180-2	Рагу из овощей	110	0,002	0,002	0,011	75,192
7.4/11	Компот из кураги и изюма	150	0,00015	0	0,009	39,515
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0
8.104/1	Хлеб ржаной	39	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
7.н132/4	Макаронные изделия в молоке с маслом	100	0,0022	0,002	0,007	70,93
7.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	0,008	36,95
8.103	Хлеб пшеничный на 100г	20	7,6	0,90	50,1	231,0

	Наименование изделий (блюд)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак	ясли				
7.174	Каша пшеничная молочная с маслом	150	0,003	0,004	0,015	127,16
7.118/3	Чай с молоком	150	0,001	0,001	0,009	61,29
7.н035/2	Батон с маслом на 100г	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	95				
	Обед					
4.5/2	Свекольник со сметаной	150	0,0013	0,0034	0,010	80,002
7.5/1/2	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом/ огурец порционный	40	0,0006	0,002	0,004	42,75
7.014	Гуляш из курьи на 100 г	40	0,0017	0,00002	0,009	3,06
7.190	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	60	9,5	9,88	2,91	151,44
7.44/3/4	Компот из сухофруктов	120	0,004	0,005	0,028	177,26
7.115/2	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	180	0,0002	0	0,017	70,038
8.103,8.104/1		20 / 39	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплетённый полдник					
7.н166	Суфле творожное	110	0,014	0,017	0,012	304,69
7.387/1	Кисель с плодово – ягодным вкусом	150	0	0	0,012	52,70
4.12/11	Стушённое молоко для запеканок на 100г	12	5,22	6,17	40,44	231,11
8.103	Хлеб пшеничный на 100г	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – пятница

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Геидарова



	Наименование изделий (блюд)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак	ясли				
7.н026-1	Каша из гречи и риса молочная «Дружба» со сливочным маслом на 100г	150	2,79	3,63	11,88	95,79
7.219	Кофейный напиток на молоке	150	0,003	0,003	0,014	119,18
7.189	Батон с маслом и сыром	25/4/4	0,002	0,005	0,013	102,60
	Второй завтрак					
7.0313/2	10-00 Сок 0.2л	100	0,0005	0,0001	0,01	46
	Обед					
7.30/2/4	Уха рыбацкая	150	0,007	0,002	0,009	111,25
7.19/1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом / помидор порционный	60	0,001	0,009	0,004	101,48
7.098/3		40	0,00045	0,0001	0,0028	12,5
4.10/8	Печень в молочном соусе	60	14,03	7,92	5,33	163,38
7.047	Пюре розовое	100	0,002	0,004	0,018	135,39
7.15/10/1	Напиток из пшопника на 100г	180	0,24	0	10,91	45,0
8.104/1 8.103	Хлеб пшеничный ,хлеб ржаной	20/39	7.60	0.90	50,10	231.0
	Уплотнённый полдник					
7.038/6	Омлет натуральный	130	0,011	0,014	0,002	208,208
7.308	Печенье	20				
7.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	0,008	36,95
8.103	Хлеб пшеничный	20	7.60		50,10	231.0

6 день – понедельник

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова

Наименование изделий (блюд)		Выход	Бел ки	Жи ры	Угле воды	Энерг ценность
Завтрак		ясли				
4.2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	0,003	0,004	0,016	122,31
7.219	Кофейный напиток на молоке	150	0,003	0,003	0,014	119,18
7.189	Батон с маслом и сыром	25/4/4	0,002	,005	0,013	102,60
Второй завтрак						
7.033/2	10-00 Сок 0,2л	100	0,0005	0,0001	0,01	46
Обед						
7.9/2/4	Рассольник со сметаной	150	0,001	0,004	0,013	106,74
4.27/8	Кнели мясные паровые, 7.020 соус молочный	60/20	22,28	19,60	42,88	475,91
7.н233	Капуста тушеная	110	0,0023	0,0018	0,011	68,913
7.15/15	Напиток из клюквы	150	0,07	0	7,56	29,09
8.104/1	Хлеб ржаной, 8.103 Хлеб пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
Уплотнённый полдник						
4.11/5	Запеканка из творога с изюмом	120	0,015	0,019	0,020	347,01
7.1/1/8	Джем	10	0,0004	0	0,006	26Ж.5
7.403/12 /	Биокефир /	150	0,004	0,004	0,006	84
7.15/10/1	напиток из шиповника	150	0,2	0	0,81	42,00
8.103,	Хлеб пшеничный, печенье	20,30	7,60	0,90	50,10	231,0

день – вторник

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Гейдарова



	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак	ясли				
4.8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	0,004	0,006	0,019	152,29
7.220	Какао с молоком	150	0,002	0,002	0,013	91,29
7.н035/2	Батон с маслом на 100г	25/8	5.97	22,27	40.58	359,36
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	95				
	Обед					
4.20/2	Суп - лапша на курином бульоне	150	0,88	1,53	6,09	44,48
7.019	Биточки из куры на 100г	60	14,14	14,61	7,90	242,81
7.180-2	Рагу из овощей	110	0,002	0,002	0,011	98,5999
7.115/3	Компот из сухофруктов	180	0,0002	0	0,017	75,192
8.103 8.104/1	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	20 /39	7.60	0.90	50,10	231.0
	Уплотнённый полдник					
7.150/3	Ватрушка с повидлом / слобка обыкновенная на 100г	50/50	6,58/ 0,00463	6.04 0,00335	54.94	323,56
7.13/1/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом /	50	0.00056	0,003	0.006	53,8967
7.130/6	Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	65	0,00056	0,00224	0,00272	30,7162
7.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	0,008	36.95
8.103	Хлеб пшеничный	20	7.60	0.90	50,10	231.0

8 день – среда

Утверждаю: и.о. заведующего Н.С.Гейдарова

	Наименование изделий (блюды)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак	ясли				
7.127	Каша пшеничная молочная с маслом	150	0,004	0,004	0,017	138,37
7.118/3	Чай с молоком	150	0,001	0,001	0,009	61,295
7.189	Батон с маслом и сыром	25/4/4	0,002	0,005	0,013	102,ж60
	Второй завтрак					
10-00	Фрукты	95				
	Обед					
7.н145-6	Щи со сметаной	180	0,0015	0,002	0,007	58,4332
7.332	Салат из свёклы с изюмом	40	0,0006	0,001	0,007	42,125
7.041	Запеканка картофельная с отварным мясом	180	0,013	0,013	0,018	277,386
7.3/10/1	Компот из яблок и чернослива	180	0,0001	0	0,015	63,67
8.104/1, 8.103	Хлеб ржаной, пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
4.14/7	Суфле из рыбы	80	0,009	0,002	0,007	70,935
7.022-6	Чай с лимоном	150	0,00003	0	0,011	46,47
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0

день – четверг.

Утверждаю: и.о.заведующего Н.С. Геидарова

	Наименование изделий (блюд)	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
		ясли					
	Завтрак						
7.095	Каша кукурузная молочная с маслом	150	0,003	0,003	0,017	125,51	
7.219	Кофейный напиток на молоке	150	0,003	0,003	0,014	119,18	
7.н035/2	Батон с маслом на 100г	25/8	5,97	22,27	40,58	359,36	
	Второй завтрак						
10-00	Фрукты	95					
	Обед						
7.27/2/4	Суп пюре из разных овощей	150	0,002	0,004	0,010	99,51	
4.4/9	Плов из мяса кур	150	0,014	0,013	0,022	288,606	
7.4/11	Компот из кураги и изюма	150	0,0001	0.	0,009	39,51	
8.104/1, 8.103	Хлеб ржаной, пшеничный	39/20	6,69	1,21	42,33	183,32	
	Уплотнённый полдник						
7.16/5/4	Запеканка из творога с яблоками	130	0,014	0,02	0,02	391,56	
4.12/11	Стушённое молоко для запеканок на 100г	12	5,22	6,17	40,44	231,1	
7.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	0,008	36,95	
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0	

0 день – пятница

Утверждаю: и.о. заведующей Н.С. Гейдарова



	Наименование изделий (блюд)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
	Завтрак	ясли				
4.16/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом слив.	150	0,003	0,004	0,018	142,33
7.285/1	Какао с молоком	150	0,002	0,002	0,013	91,э29
7.189	Батон с маслом и сыром	25/4/4	0,002	0,005	0,013	102,60
	Второй завтрак					
7.033/2	10-00 Сок	100	0,0005	0,0001	0,01	46
	Обед					
4.2/2	Борщ со сметаной	150	0,0013	0,0034	0,009	75,37
7.425/4/3	Салат из квашеной капусты с луком/	20	0,0003	0,001	0,002	20,016
7.014	Огурец порционный	40	0,00019	0,00002	0,009	3,06
7.149с-12	Тефтели рыбные	50	0,007	0,002	0,003	89,69
7.64-с	Картофельное пюре	115	0,002	0,002	0,016	109,80
7.15/13	Напиток из вишни	180	0,	0	0,016	62,05
8.103	Хлеб пшеничный	20	7,60	0,90	50,10	231,0
8.104/1	Хлеб ржаной	39	6,69	1,21	42,33	183,32
	Уплотнённый полдник					
7.н038/7	Омлет натуральный	140	0,011	0,014	0,003	206,15
7.308	Печенье, хлеб пшеничный	30/20	7,60	0,90	50,10	231,0
7.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	0,008	36,95