

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №232 «Рябинушка» комбинированного вида  
(МБДОУ «Детский сад №232«Рябинушка»)

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий

МБДОУ «Детский сад №232  
«Рябинушка»

Пахомова О.Н.  
Ф.И.О.  
приказ № 246-од от  
28.04.2022 года



Пахомова  
Ольга  
Николаевна

Подписано цифровой  
подписью: Пахомова  
Ольга Николаевна  
Дата: 2021.04.16  
12:30:23 +07'00'

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ**  
(возрастная категория 1,5-3 года; 3-7 лет)

Барнаул, 2020

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	88	Каша манная на сухом молоке	200	250	11,43	14,29	9,64	12,05	54,90	68,63	382,00	477,50	0,00	0,00
	253	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	200	0,06	0,08	0,02	0,03	9,99	13,32	40,00	53,33	0,03	0,03
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
			<b>392,00</b>	<b>506,00</b>	<b>16,26</b>	<b>20,93</b>	<b>20,16</b>	<b>25,18</b>	<b>79,51</b>	<b>102,11</b>	<b>594,05</b>	<b>755,48</b>	<b>0,10</b>	<b>0,13</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	57	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	250	1,45	1,82	3,93	4,91	10,19	12,74	82,00	102,50	8,23	10,29
	81	Суп фасолевый со сметаной	200	250	4,25	5,32	4,22	5,27	13,06	16,32	107,80	134,75	4,65	5,81
	161	Шницель	50	80	7,43	9,18	7,07	8,76	9,60	12,76	124,75	173,00	0,85	1,13
	195	Макаронные изделия отварные	110	130	6,80	8,70	6,80	9,00	21,20	28,86	177,20	231,50	0,50	0,60
	228	Соус красный основной (томатный)	35	50	0,48	0,69	1,37	1,95	2,16	3,09	21,70	31,00	0,00	0,39
	241	Компот из сухофруктов	150	200	0,40	0,53	0,02	0,03	24,99	33,32	101,70	135,60	0,36	0,48
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>815,00</b>	<b>1050,00</b>	<b>25,03</b>	<b>31,98</b>	<b>23,81</b>	<b>30,42</b>	<b>104,52</b>	<b>139,46</b>	<b>725,13</b>	<b>960,33</b>	<b>15,29</b>	<b>19,40</b>
Полдник	417	Булочка гребешок	50	70	10,25	14,35	5,75	8,05	33,00	46,20	188,00	263,20	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	4,35	3,75	3,75	5,00	6,00	8,00	75,00	100,00	1,05	1,40
			<b>200,00</b>	<b>270,00</b>	<b>14,60</b>	<b>18,10</b>	<b>9,50</b>	<b>13,05</b>	<b>39,00</b>	<b>54,20</b>	<b>263,00</b>	<b>363,20</b>	<b>1,05</b>	<b>1,40</b>
Ужин	319	Картофель в молоке	200	250	5,70	7,13	5,21	6,51	18,84	23,55	145,20	181,50	0,91	1,14
	263	Чай с сахаром	180	200	0,06	0,07	0,02	0,03	9,99	11,10	40,00	44,44	0,03	0,03
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	209	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,08	62,08	0,00	0,00
			<b>450,00</b>	<b>530,00</b>	<b>13,14</b>	<b>15,43</b>	<b>10,03</b>	<b>11,34</b>	<b>44,21</b>	<b>55,06</b>	<b>318,28</b>	<b>382,02</b>	<b>0,94</b>	<b>1,17</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1857,00</b>	<b>2356,00</b>	<b>69,03</b>	<b>86,44</b>	<b>63,50</b>	<b>79,99</b>	<b>267,24</b>	<b>350,83</b>	<b>1900,46</b>	<b>2461,03</b>	<b>17,38</b>	<b>22,09</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1900,46</b>		<b>Сад 2461,03</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У					
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	251	Запеканка творожная	120	150	22,43	28,04	15,20	19,00	13,68	17,10	280,80	351,00	0,30	0,38
	113	Соус молочный (сладкий)	30	30	0,59	0,59	1,36	1,36	4,00	4,00	30,45	30,45	0,10	0,10
	250	Какао с молоком	180	200	3,67	4,08	3,19	3,54	15,82	17,58	107,00	118,89	1,43	1,59
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
	7	Сыр (порциями)	7	10	1,61	2,42	2,1	3,05	3,12	4,5	25,56	36,8	0,04	0,07
			<b>379</b>	<b>446</b>	<b>33,07</b>	<b>41,69</b>	<b>32,35</b>	<b>40,06</b>	<b>51,24</b>	<b>63,34</b>	<b>615,86</b>	<b>761,78</b>	<b>1,94</b>	<b>2,24</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	136	Суп «Свекольный» со сметаной	200	250	1,63	2,04	0,25	0,31	11,28	14,10	87,84	109,80	7,02	8,78
	433	Плов из мяса говядиты	150	250	15,00	25,00	13,86	23,10	25,09	41,83	285,00	475,00	0,39	0,65
	241	Компот из кураги	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>570</b>	<b>790</b>	<b>21,18</b>	<b>33,22</b>	<b>14,53</b>	<b>23,94</b>	<b>80,52</b>	<b>116,08</b>	<b>567,57</b>	<b>849,78</b>	<b>8,41</b>	<b>10,53</b>
	417	Растегай	50	70	3,54	5,00	6,57	9,20	27,87	39,00	145,00	215,00	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	4,35	5,80	3,75	5,00	6,30	8,40	76,00	108,60	0,45	0,60
	368	Фрукт	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>300</b>	<b>370</b>	<b>8,39</b>	<b>11,30</b>	<b>10,72</b>	<b>14,60</b>	<b>49,32</b>	<b>62,55</b>	<b>267,00</b>	<b>369,60</b>	<b>10,45</b>	<b>10,60</b>
	202	Ленивые голубцы	130	200	12,61	18,91	30,38	45,28	7,54	10,74	254,05	327,02	17,41	25,70
	209	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,08	62,08	0,00	0,00
	418	Сок	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>300</b>	<b>380</b>	<b>20,49</b>	<b>27,65</b>	<b>35,58</b>	<b>50,48</b>	<b>38,07</b>	<b>46,30</b>	<b>433,13</b>	<b>529,10</b>	<b>27,41</b>	<b>35,70</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1549</b>	<b>1986</b>	<b>83,13</b>	<b>113,86</b>	<b>93,18</b>	<b>129,08</b>	<b>219,15</b>	<b>288,27</b>	<b>1883,56</b>	<b>2510,26</b>	<b>48,21</b>	<b>59,06</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1883,56</b>		<b>Сад 2510,26</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	173	Каша рисовая молочная	200	250	2,67	3,34	4,86	6,08	33,80	42,25	188,75	235,94	0,00	0,00
	253	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	200	2,85	3,17	2,41	2,68	14,36	15,96	91,00	101,11	1,17	1,30
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
	7	Сыр (порциями)	7	10	1,61	2,42	2,1	3,05	3,12	4,5	25,56	36,8	0,04	0,07
			<b>429</b>	<b>516</b>	<b>11,90</b>	<b>15,49</b>	<b>19,87</b>	<b>24,91</b>	<b>65,90</b>	<b>82,87</b>	<b>477,36</b>	<b>598,50</b>	<b>1,28</b>	<b>1,47</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	38	Суп паутинка на курином бульоне	150	250	1,60	2,69	1,70	2,84	10,28	17,14	62,85	104,75	4,95	8,25
	414	Курица отворная	50	80	8,43	12,58	8,65	12,86	8,98	13,30	164,00	218,66	0,50	0,66
	143	Капуста тушеная	150	180	3,10	4,13	4,86	6,47	14,25	19,00	112,65	150,20	25,80	34,40
	241	Компот из изюма	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>570</b>	<b>800</b>	<b>17,68</b>	<b>25,58</b>	<b>15,63</b>	<b>22,70</b>	<b>77,66</b>	<b>109,59</b>	<b>534,23</b>	<b>738,59</b>	<b>32,25</b>	<b>44,41</b>
Полдник		Вафли/ печенье	50	70	10,25	14,35	5,75	8,05	33,00	46,20	188,00	243,20	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	7,50	10,00	4,80	6,40	5,25	7,00	102,00	136,00	0,90	1,20
	368	Свежие плоды и ягоды	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>300</b>	<b>370</b>	<b>18,25</b>	<b>24,85</b>	<b>10,95</b>	<b>14,85</b>	<b>53,40</b>	<b>68,35</b>	<b>336,00</b>	<b>425,20</b>	<b>10,90</b>	<b>11,20</b>
Ужин	257	Рыба запеченая	60	80	7,72	10,15	2,95	4,21	8,28	10,67	90,00	121,00	0,19	0,26
	206	Картофельное пюре	150	180	3,15	4,20	4,80	6,40	20,55	27,40	127,25	163,00	18,30	24,40
	209	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,08	62,08	0,00	0,00
	264	Чай с сахаром	150	200	0,06	0,08	0,02	0,03	9,99	13,32	40,00	53,33	0,03	0,03
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>430</b>	<b>540</b>	<b>18,31</b>	<b>22,67</b>	<b>12,57</b>	<b>15,44</b>	<b>54,20</b>	<b>71,80</b>	<b>390,33</b>	<b>493,41</b>	<b>18,52</b>	<b>24,69</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1729</b>	<b>2226</b>	<b>66,14</b>	<b>88,59</b>	<b>59,02</b>	<b>77,90</b>	<b>251,16</b>	<b>332,61</b>	<b>1737,92</b>	<b>2255,70</b>	<b>62,95</b>	<b>81,77</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1737,92</b>		<b>Сад 2255,70</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	44	Суп молочный с макаронными изделиями	200	250	5,70	7,13	5,21	6,51	18,84	23,55	145,20	181,50	0,91	1,14
	250	Какао с молоком	180	200	3,67	4,08	3,19	3,54	15,82	17,58	107,00	118,89	1,43	1,59
	209	Яйцо вареное 0,5	20	20	2,54	2,54	2,3	2,3	0,14	0,14	31,4	31,4	0	0
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
	7	Сыр (порциями)	7	10	1,61	2,42	2,1	3,05	3,12	4,5	25,56	36,8	0,04	0,07
			<b>449</b>	<b>536</b>	<b>18,29</b>	<b>22,72</b>	<b>23,30</b>	<b>28,51</b>	<b>52,54</b>	<b>65,93</b>	<b>481,21</b>	<b>593,23</b>	<b>2,45</b>	<b>2,89</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	76	Суп рассольник со сметаной	200	250	1,45	1,82	3,93	4,91	10,19	12,74	82,00	102,50	8,23	10,29
	200	Бефстроганов из печени говядиты	50	70	15,09	2,68	10,93	14,57	1,53	2,04	144,77	157,36	0,01	0,01
	206	Картофельное пюре	150	180	3,15	4,20	4,80	6,40	20,55	27,40	127,25	163,00	18,30	24,40
	241	Компот из чернослива и кураги	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>620</b>	<b>790</b>	<b>24,24</b>	<b>14,88</b>	<b>20,08</b>	<b>26,41</b>	<b>76,42</b>	<b>102,33</b>	<b>548,75</b>	<b>687,84</b>	<b>27,54</b>	<b>35,80</b>
Полдник	467	Булка, шаньга	50	70	3,54	5,00	6,57	9,20	27,87	39,00	145,00	215,00	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	7,50	10,00	4,80	6,40	5,25	7,00	102,00	136,00	0,90	1,20
	368	Фрукт	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>300</b>	<b>370</b>	<b>11,54</b>	<b>15,50</b>	<b>11,77</b>	<b>16,00</b>	<b>48,27</b>	<b>61,15</b>	<b>293,00</b>	<b>397,00</b>	<b>10,90</b>	<b>11,20</b>
Ужин	202	Ленивые вареники	120	150	22,43	28,04	15,20	19,00	13,68	17,10	280,80	351,00	0,30	0,38
	418	Сок	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>250</b>	<b>290</b>	<b>25,23</b>	<b>31,70</b>	<b>15,80</b>	<b>19,60</b>	<b>43,93</b>	<b>52,38</b>	<b>397,80</b>	<b>491,00</b>	<b>10,30</b>	<b>10,38</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1619</b>	<b>1986</b>	<b>79,30</b>	<b>84,80</b>	<b>70,95</b>	<b>90,52</b>	<b>221,16</b>	<b>281,79</b>	<b>1720,76</b>	<b>2169,07</b>	<b>51,19</b>	<b>60,27</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1720,76</b>		<b>Сад 2169,07</b>							

Рацион ясли/сад

День 5

Летне-осенний сезон. Возрастная категория: Д/сад

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	86	Каша гречневая молочная с маслом	200	250	4,66	5,83	0,68	0,85	0,66	0,83	189,20	236,50	0,00	0,00
	253	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,17	2,41	2,68	14,36	15,96	91,00	101,11	1,17	1,30
	209	Яйцо вареное 0,5	20	20	2,54	2,54	2,3	2,3	0,14	0,14	31,4	31,4	0	0
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
			<b>442</b>	<b>526</b>	<b>14,82</b>	<b>18,10</b>	<b>15,89</b>	<b>18,93</b>	<b>29,78</b>	<b>37,09</b>	<b>483,65</b>	<b>593,66</b>	<b>1,24</b>	<b>1,40</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	39	Суп картофельный со сметаной	200	250	2,24	2,80	4,09	5,11	13,20	16,50	92,30	115,38	6,03	7,54
	282	Тефтели из говядины	50	70	9,32	12,43	7,07	9,43	9,64	12,85	129,00	185,33	0,09	0,12
	211	Горошница	200	250	23,00	28,75	1,60	2,00	50,80	63,50	259,60	337,00	0,00	0,00
	241	Компот из чернослива, изюма	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>670</b>	<b>860</b>	<b>39,11</b>	<b>50,16</b>	<b>13,18</b>	<b>17,07</b>	<b>117,79</b>	<b>153,00</b>	<b>675,63</b>	<b>902,69</b>	<b>7,12</b>	<b>8,76</b>
Полдник		Вафли/ печенье	50	70	10,25	14,35	5,75	8,05	33,00	46,20	188,00	243,20	0,00	0,00
	419	Молоко кипяченое	100	200	2,90	5,80	3,20	6,40	4,70	9,40	60,00	120,00	1,30	2,60
	368	Свежие плоды и ягоды	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>250</b>	<b>370</b>	<b>13,65</b>	<b>20,65</b>	<b>9,35</b>	<b>14,85</b>	<b>52,85</b>	<b>70,75</b>	<b>294,00</b>	<b>409,20</b>	<b>11,30</b>	<b>12,60</b>
Ужин	257	Рыба запеченая	60	80	7,72	10,15	2,95	4,21	8,28	10,67	90,00	121,00	0,19	0,26
	42	Свекла отварная	130	150	1,34	2,02	0,14	0,22	7,96	11,96	35,20	52,80	2,88	4,32
	368	Сок	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>320</b>	<b>370</b>	<b>11,86</b>	<b>15,83</b>	<b>3,69</b>	<b>5,03</b>	<b>46,49</b>	<b>57,91</b>	<b>242,20</b>	<b>313,80</b>	<b>13,07</b>	<b>14,58</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1682</b>	<b>2126</b>	<b>79,44</b>	<b>104,74</b>	<b>42,11</b>	<b>55,88</b>	<b>246,91</b>	<b>318,75</b>	<b>1695,48</b>	<b>2219,34</b>	<b>32,73</b>	<b>37,34</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1695,48</b>		<b>Сад 2219,34</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	168	Каша ячневая на сухом молоке с маслом	200	250	9,54	11,93	15,87	19,84	39,51	49,39	299,50	345,40	1,35	1,69
	254	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	200	2,85	3,17	2,41	2,68	14,36	15,96	91,00	101,11	1,17	1,30
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
			<b>422</b>	<b>506</b>	<b>17,16</b>	<b>21,66</b>	<b>28,78</b>	<b>35,62</b>	<b>68,49</b>	<b>85,51</b>	<b>562,55</b>	<b>671,16</b>	<b>2,59</b>	<b>3,09</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	47	Суп "Московский" со сметаной	150	250	4,31	6,64	3,14	5,18	10,35	13,44	108,00	135,00	8,96	11,20
	204	Отварные макаронные изделия	110	130	6,80	8,70	6,80	9,00	21,20	28,86	177,20	231,50	0,50	0,60
	228	Соус красный основной (томатный)	35	50	0,48	0,69	1,37	1,95	2,16	3,09	21,70	31,00	0,00	0,39
	241	Компот из сухофруктов	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>515</b>	<b>720</b>	<b>16,14</b>	<b>22,21</b>	<b>11,73</b>	<b>16,66</b>	<b>77,86</b>	<b>105,54</b>	<b>501,63</b>	<b>662,48</b>	<b>10,46</b>	<b>13,29</b>
Полдник	410	Булочка, шаньга, булочка "Сюрприз"	50	70	3,60	5,01	6,27	8,76	26,96	37,80	129,00	230,60	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	4,35	5,80	3,75	5,00	6,30	8,40	76,00	108,60	0,45	0,60
			<b>200</b>	<b>270</b>	<b>7,95</b>	<b>10,81</b>	<b>10,02</b>	<b>13,76</b>	<b>33,26</b>	<b>46,20</b>	<b>205,00</b>	<b>339,20</b>	<b>0,45</b>	<b>0,60</b>
Ужин	319	Картофель в сметане	200	250	5,70	7,13	5,21	6,51	18,84	23,55	145,20	181,50	0,91	1,14
	263	Чай с сахаром и молоком	180	200	0,06	0,07	0,02	0,03	9,99	11,10	40,00	44,44	0,03	0,03
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	209	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,08	62,08	0,00	0,00
			<b>450</b>	<b>530</b>	<b>13,14</b>	<b>15,43</b>	<b>10,03</b>	<b>11,34</b>	<b>44,21</b>	<b>55,06</b>	<b>318,28</b>	<b>382,02</b>	<b>0,94</b>	<b>1,17</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1587</b>	<b>2026</b>	<b>54,39</b>	<b>70,11</b>	<b>60,56</b>	<b>77,38</b>	<b>223,82</b>	<b>292,31</b>	<b>1587,46</b>	<b>2054,86</b>	<b>14,44</b>	<b>18,14</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1587,46</b>		<b>Сад 2054,86</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
	235	Пудинг творожно-манный	120	150	18,17	22,71	12,91	16,14	29,20	36,50	306,00	382,50	0,23	0,29
	351	Соус молочный (сладкий)	30	30	0,59	0,59	1,36	1,36	4,00	4,00	30,45	30,45	0,10	0,10
	248	Какао с молоком	180	200	3,67	4,08	3,19	3,54	15,82	17,58	107,00	118,89	1,43	1,59
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
	7	Сыр (порциями)	7	10	1,61	2,42	2,1	3,05	3,12	4,5	25,56	36,8	0,04	0,07
			<b>379</b>	<b>446</b>	<b>28,81</b>	<b>36,36</b>	<b>30,06</b>	<b>37,20</b>	<b>66,76</b>	<b>82,74</b>	<b>641,06</b>	<b>793,28</b>	<b>1,87</b>	<b>2,15</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	82	Суп гороховый со сметаной и сухариками	200	250	4,25	5,32	4,22	5,27	13,06	16,32	107,80	134,75	4,65	5,81
	292	Зразы картофельные с мясом говядины	150	210	11,29	18,25	7,94	12,84	23,30	37,65	204,20	335,40	3,30	5,40
	241	Компот из кураги	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>570</b>	<b>750</b>	<b>20,09</b>	<b>29,75</b>	<b>12,58</b>	<b>18,64</b>	<b>80,51</b>	<b>114,12</b>	<b>506,73</b>	<b>735,13</b>	<b>8,95</b>	<b>12,31</b>
Полдник	407	Булочка дорожная	50	70	3,39	4,80	6,98	9,80	29,07	37,00	151,00	213,00	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	4,35	5,80	3,75	5,00	6,30	8,40	76,00	108,60	0,45	0,60
	368	Фрукт	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>300</b>	<b>370</b>	<b>8,24</b>	<b>11,10</b>	<b>11,13</b>	<b>15,20</b>	<b>50,52</b>	<b>60,55</b>	<b>273,00</b>	<b>367,60</b>	<b>10,45</b>	<b>10,60</b>
Ужин	44	Суп молочный с макаронными изделиями	200	250	5,70	7,13	5,21	6,51	18,84	23,55	145,20	181,50	0,91	1,14
	209	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,08	62,08	0,00	0,00
	368	Сок	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>370</b>	<b>430</b>	<b>13,58</b>	<b>15,87</b>	<b>10,41</b>	<b>11,71</b>	<b>49,37</b>	<b>59,11</b>	<b>324,28</b>	<b>383,58</b>	<b>10,91</b>	<b>11,14</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1619</b>	<b>1996</b>	<b>70,72</b>	<b>93,07</b>	<b>64,18</b>	<b>82,75</b>	<b>247,16</b>	<b>316,52</b>	<b>1745,07</b>	<b>2279,59</b>	<b>32,18</b>	<b>36,19</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1745,07</b>		<b>Сад 2279,59</b>							



	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	177	Каша пшеничная молочная	200	250	9,99	12,49	16,50	20,63	33,96	42,45	304,60	385,75	1,36	1,70
	253	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,17	2,41	2,68	14,36	15,96	91,00	101,11	1,17	1,30
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
	7	Сыр (порциями)	7	10	1,61	2,42	2,1	3,05	3,12	4,5	25,56	36,8	0,04	0,07
			<b>429</b>	<b>516</b>	<b>19,22</b>	<b>24,64</b>	<b>31,51</b>	<b>39,46</b>	<b>66,06</b>	<b>83,07</b>	<b>593,21</b>	<b>748,31</b>	<b>2,64</b>	<b>3,17</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	38	Суп вермешелевый на курином бульоне	150	250	1,60	2,69	1,70	2,84	10,28	17,14	62,85	104,75	4,95	8,25
	183	Суфле из птицы	50	70	10,20	14,56	10,30	12,40	0,90	1,20	139,31	192,41	0,01	0,02
	143	Капуста тушеная	150	180	3,10	4,13	4,86	6,47	14,25	19,00	112,65	150,20	25,80	34,40
	241	Компот из изюма и шиповника	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>570</b>	<b>790</b>	<b>19,45</b>	<b>27,56</b>	<b>17,28</b>	<b>22,24</b>	<b>69,58</b>	<b>97,49</b>	<b>509,54</b>	<b>712,34</b>	<b>31,76</b>	<b>43,77</b>
Полдник		Вафли/ печенье	50	70	10,25	14,35	5,75	8,05	33,00	46,20	188,00	243,20	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	4,35	5,80	3,75	5,00	6,30	8,40	76,00	108,60	0,45	0,60
	368	Фрукт	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>300</b>	<b>370</b>	<b>15,10</b>	<b>20,65</b>	<b>9,90</b>	<b>13,45</b>	<b>54,45</b>	<b>69,75</b>	<b>310,00</b>	<b>397,80</b>	<b>10,45</b>	<b>10,60</b>
Ужин	258	Рыбное суфле	60	80	9,03	11,88	3,04	4,05	5,99	7,67	87,00	115,00	0,62	0,82
	209	Яйцо вареное 1/2	20	20	2,54	2,54	2,30	2,30	0,14	0,14	31,04	31,04	0,00	0,00
	368	Сок	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>210</b>	<b>240</b>	<b>14,37</b>	<b>18,08</b>	<b>5,94</b>	<b>6,95</b>	<b>36,38</b>	<b>43,09</b>	<b>235,04</b>	<b>286,04</b>	<b>10,62</b>	<b>10,82</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1509</b>	<b>1916</b>	<b>68,14</b>	<b>90,93</b>	<b>64,63</b>	<b>82,10</b>	<b>226,47</b>	<b>293,40</b>	<b>1647,79</b>	<b>2144,49</b>	<b>55,47</b>	<b>68,36</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1647,79</b>		<b>Сад 2144,49</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	251	Запеканка творожная	120	150	22,43	28,04	15,20	19,00	13,68	17,10	280,80	351,00	0,30	0,38
	351	Соус молочный (сладкий)	30	30	0,59	0,59	1,36	1,36	4,00	4,00	30,45	30,45	0,10	0,10
	209	Яйцо вареное 0,5	20	20	2,54	2,54	2,30	2,30	0,14	0,14	31,04	31,04	0,00	0,00
	248	Какао с молоком	180	200	3,67	4,08	3,19	3,54	15,82	17,58	107,00	118,89	1,43	1,59
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
	7	Сыр (порциями)	7	10	1,61	2,42	2,1	3,05	3,12	4,5	25,56	36,8	0,04	0,07
			<b>399</b>	<b>466</b>	<b>35,61</b>	<b>44,23</b>	<b>34,65</b>	<b>42,36</b>	<b>51,38</b>	<b>63,48</b>	<b>646,90</b>	<b>792,82</b>	<b>1,94</b>	<b>2,24</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	81	Суп фасолевый со сметаной	200	250	4,25	5,32	4,22	5,27	13,06	16,32	107,80	134,75	4,65	5,81
	292	Жаркое по домашнему	180	250	24,48	30,60	6,28	7,85	21,76	27,20	241,18	321,48	8,54	10,68
	228	Соус красный основной (томатный)	35	50	0,48	0,69	1,37	1,95	2,16	3,09	21,70	31,00	0,00	0,39
	241	Компот из свежих фруктов	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>635</b>	<b>840</b>	<b>33,76</b>	<b>42,79</b>	<b>12,29</b>	<b>15,60</b>	<b>81,13</b>	<b>106,76</b>	<b>565,41</b>	<b>752,21</b>	<b>14,19</b>	<b>17,98</b>
Полдник	410	Булочка, шаньга, булочка "Сюрприз"	50	70	3,60	5,01	6,27	8,76	26,96	37,80	129,00	230,60	0,00	0,00
	251	Кисломолочный продукт	150	200	7,50	10,00	4,80	6,40	5,25	7,00	102,00	136,00	0,90	1,20
	368	Фрукт	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>300</b>	<b>370</b>	<b>11,60</b>	<b>15,51</b>	<b>11,47</b>	<b>15,56</b>	<b>47,36</b>	<b>59,95</b>	<b>277,00</b>	<b>412,60</b>	<b>10,90</b>	<b>11,20</b>
Ужин	91	Бефстроганов из печени говядины	50	70	15,09	2,68	10,93	14,57	1,53	2,04	144,77	157,36	0,01	0,01
	303	Рис отварной	120	150	3,65	4,38	35,83	5,37	36,75	44,10	209,70	251,64	0,00	0,00
	132	Чай с сахаром	180	200	0,06	0,07	0,02	0,03	9,99	11,10	40,00	44,44	0,03	0,03
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>380</b>	<b>460</b>	<b>21,10</b>	<b>10,29</b>	<b>46,98</b>	<b>20,17</b>	<b>63,37</b>	<b>77,37</b>	<b>465,47</b>	<b>547,44</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1714</b>	<b>2136</b>	<b>102,07</b>	<b>112,81</b>	<b>105,39</b>	<b>93,68</b>	<b>243,24</b>	<b>307,56</b>	<b>1954,78</b>	<b>2505,08</b>	<b>27,07</b>	<b>31,46</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1954,78</b>		<b>Сад 2505,08</b>							

	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (гр)						Энергетическая ценность (Ккал)		Витамин С	
					Б		Ж		У		ясли	сад	ясли	сад
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
Завтрак	86	Каша гречневая молочная с маслом	200	250	4,66	5,83	0,68	0,85	0,66	0,83	189,20	236,50	0,00	0,00
	209	Яйцо вареное	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,08	62,08	0,00	0,00
	253	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,85	3,17	2,41	2,68	14,36	15,96	91,00	101,11	1,17	1,30
	3	Батон	37	51	4,73	6,52	6,88	9,48	14,56	20,10	139,00	191,59	0,07	0,10
	6	Масло (порциями)	5	5	0,04	0,04	3,62	3,62	0,06	0,06	33,05	33,05	0,00	0,00
			<b>462</b>	<b>546</b>	<b>17,36</b>	<b>20,64</b>	<b>18,19</b>	<b>21,23</b>	<b>29,92</b>	<b>37,23</b>	<b>514,33</b>	<b>624,34</b>	<b>1,24</b>	<b>1,40</b>
Обед	320	Овощи натуральные свежие/соленые	20	20	0,60	0,60	0,00	0,00	0,18	0,18	0,98	0,98	0,70	0,70
	57	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	250	1,45	1,82	3,93	4,91	10,19	12,74	82,00	102,50	8,23	10,29
	161	Котлет из мяса говядины	50	80	7,43	9,18	7,07	8,76	9,60	12,76	124,75	173,00	0,85	1,13
	206	Картофельное пюре	150	180	3,15	4,20	4,80	6,40	20,55	27,40	127,25	163,00	18,30	24,40
	241	Компот из сухофруктов	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	20,83	27,77	84,75	113,00	0,30	0,40
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
	115	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,20	0,30	8,04	12,06	38,00	57,00	0,00	0,00
			<b>620</b>	<b>800</b>	<b>16,58</b>	<b>21,38</b>	<b>16,22</b>	<b>20,60</b>	<b>84,49</b>	<b>113,05</b>	<b>528,73</b>	<b>703,48</b>	<b>28,38</b>	<b>36,92</b>
Полдник		Вафли/ печенье	50	70	10,25	14,35	5,75	8,05	33,00	46,20	188,00	243,20	0,00	0,00
	419	Молоко кипяченое	100	200	2,90	5,80	3,20	6,40	4,70	9,40	60,00	120,00	1,30	2,60
	368	Фрукт	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
			<b>250</b>	<b>370</b>	<b>13,65</b>	<b>20,65</b>	<b>9,35</b>	<b>14,85</b>	<b>52,85</b>	<b>70,75</b>	<b>294,00</b>	<b>409,20</b>	<b>11,30</b>	<b>12,60</b>
Ужин	257	Рыба запеченая	60	80	9,03	11,88	3,04	4,05	5,99	7,67	87,00	115,00	0,62	0,82
	339	Овощи тушеные	130	180	2,15	2,58	4,81	5,77	14,70	17,64	110,70	132,84	1,72	2,07
	368	Сок	100	100	0,50	0,50	0,40	0,40	15,15	15,15	46,00	46,00	10,00	10,00
	114	Хлеб пшеничный	30	40	2,30	3,16	0,20	0,20	15,10	20,13	71,00	94,00	0,00	0,00
			<b>320</b>	<b>400</b>	<b>13,98</b>	<b>18,12</b>	<b>8,45</b>	<b>10,42</b>	<b>50,94</b>	<b>60,59</b>	<b>314,70</b>	<b>387,84</b>	<b>12,34</b>	<b>12,89</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1652</b>	<b>2116</b>	<b>61,57</b>	<b>80,79</b>	<b>52,21</b>	<b>67,10</b>	<b>218,20</b>	<b>281,62</b>	<b>1651,76</b>	<b>2124,86</b>	<b>53,26</b>	<b>63,81</b>
<b>Объем за день:</b>					<b>Ясли 1651,76</b>		<b>Сад 2124,86</b>							
<b>Объем за 10 дней:</b>					<b>Ясли 17525,04</b>	<b><u>1752,50</u></b>	<b>Сад 22724,28</b>	<b><u>2272,43</u></b>						

