

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**САД (день первый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст	200	4.32	4.68	28.86	380.64	0	2021/16/4/
	Батон с маслом	45	3.105	5.325	21.36	118.86337	0	7.035
	Чай с лимоном	180	0.02	0	4.65	19.75	0	7.11/10/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.61122	0	7.031
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.8	39.6	0	7.346
Обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы и реп.лука с раст.маслом	50	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7.27/1/1
	Щи вегетарианские	180	0.79	1.38	4.04	32.1	0	7.8/2/2
	Гуляш из мяса свинины	80	15.26	14.77	3.716	231.2	0	7.11/8/1-1
	Каша перловая	130	3.05	3.69	23.25	145.29	0	7.142/5
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	8.91	40.45	0.05	2021/6/10
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
Полдник	Чай с сахаром	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
	Хлеб пшеничный	20	7.6	0.9	50.1	231	0	2021/103
	Рагу с овощами	150	5.55	6.88	32.42	230.87	0	7.н180/3
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1640.00</b>	<b>47.94</b>	<b>39.35</b>	<b>246.79</b>	<b>1722.21</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	150	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойгурт	180	5.133	5.867	7.333	92.96		7.403/10

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день первый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст	200	4.32	4.68	28.86	380.64	0	2021/16/4
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7.035/9
	Чай с лимоном	180	0.02	0	4.65	19.75	0	2021/29/10
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
	Яблоко	90	0.36	0.36	10.39	39.6	0	7.131-4
Обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы и реп.лука с раст.маслом	30	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7.27/1/3
	Щи вегетарианские	150	1.26	2.07	6.11	48.73	0	7.н146
	Котлета мясная	60	6.6	5.815	2.101	96.27	0	7.н163/6
	Каша перловая	110	3.05	3.69	23.25	145.32	0	7.142/4
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	36.2	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	
Полдник	Чай с сахаром	150	3.77	4.31	5.54	74.48	0	7.271/1
	Хлеб пшеничный	20	1.51	1.78	11.72	60.26	0	2021/103
	Рагу из овощей	130	15.48	19.21	11.52	314.89	0	7.180-4/1
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1413.00</b>	<b>41.21</b>	<b>47.47</b>	<b>151.70</b>	<b>1414.74</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	100	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	100	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	100	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойгурт	150	5.133	5.867	7.333	92.96	0	7.403/10

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)  
**САД (день второй)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая безмолочная с масл раст	150	2.03	2.77	14.36	89.06	0	2021/2/4/1
	Батон с маслом	45	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.035
	Чай	180	2.49	2.48	16.33	98.12	0	7.354/6
	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Салат из отварного карт, моркови, реп.лука с раст. маслом	50	1.12	6.8	12.9	107.79	0	7.28/1/1
	Суп-лапша на курином бульоне	180	1.97	2.99	14.01	104.59	0	7.20/2/21
	Капуста тушеная	130	2.17	3.14	8.89	69.69	0	7.112
	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	19.06	4.01	5.24	144.24	0	7.н114/2
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	17.08	67.34	0.05	2021/6/10
	Хлеб ржаной	40	6,60	1.2	41.8	181	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай с сахаром	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
	Тефтели рыбные с рисом	150	23.23	15.7	12.07	308.24	0	7.12/7/4
	Хлеб пшеничный	20	3.04	0.36	20.04	83.16	0	2021/103
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.52	0	7.308/6
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1500.00</b>	<b>62.46</b>	<b>47.27</b>	<b>214.40</b>	<b>1533.58</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт	180	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_ /Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день второй)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая безмолочная с масл раст	130	4.19	5.45	17.82	130.22	0	7.н080-7
	Батон с маслом	46	6.76	13.37	46.46	301.91	0	7.035/1
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.033/1
Обед	Салат из отварного картофель, морк,реп.лука, с раст.маслом	30	0.52	3.07	6.18	45.198	0	7.28/1/3
	Суп-лапша на курином бульоне	150	1.97	2.99	14.01	104.59	0	2021/22/2
	Капуста тушеная	120	2.34	3.85	11.15	87.01	0	11/3/2021
	Котлета из мяса куры	50	11.49	3.04	3.25	93.55	0	7.н114/4
	Компот из сухофруктов	150	0.35	0	14.25	49.9	0.035	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.н003-1
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай с сахаром	150	0	0	6.36	26.53	0	7.354/1
	Тфтели рыбные с рисом	120	18.59	12.56	9.66	246.59	0	7.12/7/1
	Хлеб пшеничный	20	2.28	0.27	15.03	62.37	0	2021/103
	Печенье	20	1.56	0.78	11.52	61.83	0	7.308/6
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1271.00</b>	<b>50.91</b>	<b>45.50</b>	<b>185.41</b>	<b>1329.77</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	100	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	100	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	100	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)  
**САД (день третий)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растит	150	2.18	5.05	20.05	138.8	0	2021/19/4
	Батон с маслом	45	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.035
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	7.10/10/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031/1
Обед	Салат из белокочанной капусты с консервами кукурузой и раст маслом.	50	0.9956	4.0592	5.1979	50.84265	0	7.425
	Рассольник с крупой	180	1.95	2.99	14.01	86.46	0	7.11/2/2
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами .	180	2.98	3.95	22.01	130.15	0	7.6/9/2
	Компот из изюма	180	0.49	0	18.71	69.05	0.05	7.078/1
	Хлеб ржаной	40	3.3	0.6	20.9	81.45	0	2021/103/2
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Полдник	Булочка Ягодка	75	6.13	8.09	44.8	304.44	0	2021/12/1.
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1365.00</b>	<b>22.74</b>	<b>31.45</b>	<b>188.29</b>	<b>1084.44</b>	<b>0.05</b>	<b>16</b>

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день третий)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с масл растит	150	2.18	5.05	20.05	138.8	0	2021/19/4
	Батон с маслом	46	4.41	9.38	18.72	148.2	0	7.035/1
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.033/1
Обед	Салат из белокочанной капусты с конс кукурузой и раст маслом	30	0.78	2.3	3.99	32.58	0	7.425/1.
	Рассольник с крупой	150	1.19	2.25	10.5	71.85	0	7.11/2/3
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами .	150	2.98	3.95	22.01	130.15	0	7.6/9/3
	Компот из изюма	150	0.38	0	14.04	57.35	0.035	7.078
	Хлеб ржаной	20	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.н003-1
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Полдник	Булочка Ягодка 60г	60	6.13	8.09	44.8	304.44	0	12/12/2021
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1171.00</b>	<b>18.91</b>	<b>31.14</b>	<b>170.19</b>	<b>1029.97</b>	0.035	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**САД (день четвертый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный) 150г	150	2.81	4.32	39.98	220.6	0	2021/6-1/6
	Батон с маслом	54	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	7.10/10/1
Второй завтрак	Яблоко	100	0.42	0.42	12.46	42.93	0	7.346
	Сок фруктовый	100	0.51	0.1	10.27	42.24	0	7.031
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50	0.832	4.448	6.335	63.05443	0	7.20/1/1
	Уха рыбацкая	180	7.83	4.07	10.86	108.15	0	7.30/2/3-2
	Гуляш из мяса кури (кура)	70	10.12	10.89	2.95	138.0794	0	7.н190-4с
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5.295	4.816	32.59	169.735	0	7.н076
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	17.08	67.34	0.05	2021/6/10
	Хлеб ржаной	40	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Ватрушка с повидлом	80	7.35	8.62	49.25	329.37	0	7.150/1
Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1	
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1599.00</b>	<b>42.43</b>	<b>43.69</b>	<b>245.89</b>	<b>1472.29</b>	0.05	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день четвертый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный) 130г	130	12.34	14.98	12.71	234.6	0	2021/6-1/5
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7,035/9
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Яблоко	90	0.36	0.36	10.39	39.6	0	7.131-4
	Сок фруктовый	80	5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0.554	2.971	4.22	41.68	0	7.20/1/2
	Уха рыбацкая	150	6.45	3.23	8.27	85.17	0	7.30/2/3-1
	Гуляш из мяса куры (кура)	60	8.082	8.082	8.54	2.41	0	7.н190-3с
	Каша гречневая рассыпчатая	120	5.295	4.816	32.59	169.735	0	7.н076/2
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.н003-1
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Ватрушка с повидлом	50	3.9	6	22.13	155.9	0	7.150/3
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1365.00</b>	<b>45.56</b>	<b>45.83</b>	<b>173.26</b>	<b>1069.10</b>	0.035	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**САД (день пятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет безмолочный запеченый или паровой 150г	150	9.6	11.9	0.58	396.28	0	2021/2/6-1
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	0.82	0.18	9.39	32.96	0	7.008
Обед	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и раст.маслом	50	2.24	15.2	6.92	169.14	0	7.19/1/1
	Борщ (безмолочное меню) 200г	200	1.38	3.65	8.79	74.5	0	2021/2/2/
	Картофельное пюре без молока	150	3.28	4.71	25.03	165.18	0	2021/4/3/1
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
	Компот из яблок	180	0.04	0.03	7.39	30.89	0.05	7.197/1
	Рыба отварная 80г	80	28.7	8.97	0	214.62	0	2021/1/7/
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Пюре гороховое со сливочным маслом	150	6.44	3.01	16.19	124.27	0	7.362-1
	Вафли	22	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.015/2
	Хлеб пшеничный	20	7.6	0.9	50.1	231	0	2021/103
	Чай с сахаром	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1712.00</b>	<b>78.89</b>	<b>57.00</b>	<b>287.52</b>	<b>2169.51</b>	0.05	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Яблоко	120	0.42	0.42	12.46	42.93		7.008
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день пятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	4.9	7.16	21.17	185.9	0	2021/2/6-1
	Батон с маслом	40	2.73	506	19.12	127.13	0	7.035/9
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
	Яблоко	90	0.36	0.36	10.39	39.6	0	7.131-4
Обед	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и раст.маслом	30	0.46	1.93	1.98	25.55	0	7.19/1/3
	Борщ (безмолочное меню)	150	1.38	3.65	8.79	74.5	0	2021/2-22
	Картофельное пюре без молока	110	9.31	8.16	2.8	133.06	0	2021/4/3
	Компот из яблок	150	1.93	3.52	13.43	88.45	0	7.197/2
	Рыба отварная	60	13.57	1.92	7.73	134.26	0	7.1/7/6
	Хлеб ржаной	20	2.28	0.27	15.03	62.3	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Хлеб пшеничный	15	2.797	0.33	18.438	76.51	0	7.144
	Вафли	15	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.221/2
	Чай	150	0	0	6.36	26.53	0	7.354
	Пюре гороховое со сливочный маслом	120	5.27	7.76	23.58	169.83	0	7.362-1
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1363.00</b>	<b>46.05</b>	<b>541.65</b>	<b>179.51</b>	<b>1271.76</b>	0.035	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Яблоко	100	0.42	0.42	12.46	42.93		7.346
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	100	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биокефир	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.403/7

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

САД (день шестой)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая безмолочная с маслом растит	150	2.56	3.72	10.48	92.98	0	2021/15/4
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай с лимоном	180	0.02	0	4.65	19.75	0	7.11/10/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.8	39.6	0	7.346
Обед	Салат из отварной свеклы и моркови с раст.маслом	50	1.3	4.08	21.54	19.89	0	7.13/1/1
	Суп крестьянский с крупой( безм меню)	200	0.96	3.65	6.52	61.011	0	2021/38/3
	Котлета мясная	70	14.97	12.64	2.45	203.99	0	7.н163/7
	Картофель и овощи тушеные в соусе	130	2.91	3.17	13.81	98.12	0.05	7.н227/2
	Компот их сухофруктов	180	0.49	0.03	8.91	40.45	0.05	2021/6/10
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
	Картофель, запеченный с яйцом 200г	200	10.02	13.64	44.95	367.3	0	2021/8/3/
	Печенье	20	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.308/6
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1650.00</b>	<b>44.21</b>	<b>48.34</b>	<b>216.55</b>	<b>1360.62</b>	0.05	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день шестой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая безмолочная с маслом растит 150г	150	3.76	3.98	29.73	361.44	0	2021/15/4.
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7,035/9
	Чай с лимоном	180	0.02	0	4.65	19.75	0	2021/29/10
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
	Яблоко	90	0.36	0.36	10.39	39.6	0	7.131-4
Обед	Салат из отварной свеклы и моркови с раст.маслом	30	1.13	6.8	12.93	107.96	0	7.13/1/3
	Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню) 150	150	1.37	3.37	8.66	72.65	0	7.264
	Котлета мясная	60	14.97	12.64	2.45	203.99	0	7.н163/6
	Картофель и овощи тушеные в соусе	120	2.91	3.17	13.81	98	0	7.н227/2
	Компот из сухофруктов	150	0.25	0.01	9	39.18	0.05	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	36.2	0	7.н003-1
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Картофель, запеченный с яйцом 150г	150	10.02	13.64	44.95	367.3	0	2021/8/3,
	Печенье	20	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.308/6
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1395.00</b>	<b>39.89</b>	<b>49.98</b>	<b>194.31</b>	<b>1581.81</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**САД (день седьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая рассыпчатая	150	2.5	2.74	20.31	119.94	0	2021/43/4
	Батон с маслом	51	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.175/1
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	7.10/10/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с луком и сол огурцом с раст масл	50	0.9	5.38	6.63	76.16	0	7.29/1/1
	Уха рыбацкая	180	3.42	1.16	5.52	55.05	0	7.30/2/2
	Бигус с мясом куры	180	8.85	4.07	5.91	100.09	0	7.350/1
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	25.445	99.948	0.05	7.248
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Шанежка с картофелем	70	7.42	6.53	39.03	265.16	0	7.148/2
	Чай	180	0	0	5.91	24.64	0	7.10/10/1
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1386.00</b>	<b>34.40</b>	<b>27.79</b>	<b>186.81</b>	<b>1118.71</b>	0.05	12

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день седьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая рассыпчатая	130	2.51	2.75	20.31	119.95	0	7.45/3/2
	Батон с маслом	46	9.3	14.74	40.65	305.87	0	7.035/1
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
Обед	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с луком и сол огурцом с раст масл	30	0.9	5.38	6.63	76.16	0	7.29/1/3
	Уха рыбацкая	150	7.83	4.07	10.86	108.15	0	7.30/2/3-1
	Бигус с мясом куры	180	8.85	4.07	5.91	100.09	0	7.350/1
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0	0	12.73	55.27	0.05	7.248
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	36.2	0	7.н003-1
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Шанежка с картофелем	50	5.68	7.93	31.2	216.16	0	4.296
	Чай 150	150	0	0	6.05	25.27	0	7.354/1
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1171.00</b>	<b>36.89</b>	<b>39.28</b>	<b>159.16</b>	<b>1115.65</b>	<b>0.035</b>	<b>12</b>

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)  
САД (день восьмой)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Батон с маслом	45	5.03	7.47	19.65	138.43	0	7,175/1
	Картофель отварной 75	75	2.37	1.8	20.7	115.76	0	2021/1/3/
	Яйцо отварное - 40 гр	40	4.79	4.05	0.27	62.8	0	7.1/6/8
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Огурец консервированный	40	1.67	4.735	8.32	66.846	0	7.367
	Суп гороховый	200	7.72	5.16	17.65	132.8	0	7.н086
	Котлета мясная	70	14.97	12.64	2.45	203.99	0	7.н163/7
	Картофельное пюре с морковью 150г (бм)	150	2.75	3.61	19.46	309.96	0	2021/5/33
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	8.91	40.45	0.05	2021/6/10
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
	Сдоба обыкновенная	70	5.34	6.96	25.95	202.9	0	7.8/12/3
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1375.00</b>	<b>52.23</b>	<b>47.76</b>	<b>187.53</b>	<b>1547.51</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день восьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Яйцо отварное - 20 гр	20	4.79	4.05	0.27	62.8	0	2021/1/6.
	Картофель отварной 75	75	2.37	1.8	20.7	115.76	0	2021/1/3/
	Батон с маслом	40	9.3	14.74	40.65	305.87	0	7.034
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
Обед	Огурец консервированный	30	1.67	4.735	8.32	66.846	0	7.367
	Суп гороховый	150	7.72	5.16	17.65	132.8	0	7.н086
	Котлета мясная	60	14.97	12.64	2.45	203.99	0	7.н163/6
	Картофельное пюре с морковью 120 г(бм)	120	2.23	3.09	14.71	90.87	0	2021/5/3.
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	36.2	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Сдоба обыкновенная	50	5.34	6.96	25.95	202.9	0	7,8/13
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1128.00</b>	<b>50.21</b>	<b>53.52</b>	<b>171.42</b>	<b>1356.90</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**САД (день девятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Макаронные изделия отварные	150	2.3	3.01	7.51	72.78	0	7.н132/4
	Батон с маслом	45	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.175/1
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	0.36	0.27	9.27	42.3		7.346
Обед	Салат из белокочанной капусты и моркови с раст маслом	50	2.94	3.82	5.96	77.4	0	7.5/1/1
	Свекольник	180	6.28	7.74	13.63	141.53	0	7.5/2/2
	Жаркое по-домашнему с мясом куры	180	18.1	8.3	28.27	278.78	0	7.н070-2/2
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	8.91	40.45	0.05	2021/6/10
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай с сахаром	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
	Рыба отварная под маринадом	150	28.76	8.97	0	214.6	0	7.2/7.1/
	Хлеб пшеничный	20	7.6	0.9	50.1	231	0	2021/103
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.55	0	7.308/6
<b>Итого за 9 день</b>		<b>1580.00</b>	<b>80.29</b>	<b>42.03</b>	<b>223.49</b>	<b>1586.75</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день девятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Макаронные изделия отварные	130	3.85	3.17	26.77	160.98	0	7.н151-1
	Батон с маслом	40	9.3	14.74	40.65	305.87	0	7.034
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
	Груша	90	0.4	0.3	10.3	47		7.187/3
Обед	Салат из белокочанной капусты и моркови с раст мас	30	2.93	3.8	5.93	77.4	0	7.5/1/3
	Свекольник	150	4.92	5.93	10.47	108.55	0	4.34
	Жаркое по-домашнему с мясом куры	180	18.1	8.3	28.27	278.78	0	7.н070-2/2
	Компот из сухофруктов	150	0.25	0.01	9	39.18	0.05	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	36.2	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай с сахаром	150	3.77	4.31	5.54	74.48	0	7.271/1
	Рыба отварная под маринадом	60	16.45	10.53	4.59	175.56	0	7/2.7.1
	Хлеб пшеничный	20	1.51	1.78	11.72	60.26	0	1/7/1900
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.55	0	7,308/6
<b>Итого за 9 день</b>		<b>1303.00</b>	<b>65.45</b>	<b>54.29</b>	<b>193.94</b>	<b>1522.34</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**САД (день десятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом растит	150	4.32	5.56	27.84	398.6	0	2021/11/4
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.8	39.6	0	7.346
Обед	Салат из моркови с растит.маслом	50	1.31	4.11	11.31	77.54	0	7.057/
	Суп-пюре из картофеля	180	2.54	5.01	16.01	115.27	0	7.25/2/2
	Печень по строгоновски	70	10.34	21.04	1.45	266	0	7.40/7
	Макаронные изделия отварные	130	3.85	3.17	26.77	160.98	0	7.н151-1
	Компот из сухофруктов	180	0.29	0.01	10.79	41.01	0.05	7.6/10/1,
	Хлеб ржаной	40	6.6	1.2	41.8	181	0	7.003
	Соль	50	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Запеканка капустная 150г	150	5.48	7.78	25.5	204.5	0	2021/64/3.
	Чай с сахаром	180	0	0	5.91	24.64	0	7.354/6
	Вафли	20	1.6	0.2		11.1		7.046с
	Хлеб пшеничный	20	7.6	0.9	50.1	231	0	2021/103
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1645.00</b>	<b>47.75</b>	<b>54.70</b>	<b>265.14</b>	<b>1934.05</b>	0.05	

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 учебный год (зимний период)

**Ясли (день десятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшенная безмолочная с маслом растит 150г	150	4.9	7.16	21.17	185.9	0	2021/11/4.
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7,035/9
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	46	0	7.033/1
	Яблоко	90	0.36	0.36	10.39	39.6	0	7.131-4
Обед	Салат из моркови с растит.маслом	40	1.1	5.95	12.15	109.48	0	7.057/3
	Суп-пюре из картофеля	150	2.54	5.01	16.01	115.27	0	7.25/2/3
	Оладьи из печени	60	9.31	8.16	2.8	134.4	0	7.3.36/1
	Макаронные изделия отварные	110	4.66	4.05	21.75	152.85	0	2021/46/3
	Компот из сухофруктов	150	0.29	0.01	10.79	41.01	0.05	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	36.2	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Запеканка капустная	120	5.27	7.76	23.58	169.83	0	2021/64/3.
	Хлеб пшеничный	20	1.51	1.78	11.72	60.26	0	7.351
	Вафли	15	1.3	0.2		10		7.221/2
	Чай с сахаром	150	3.77	4.31	5.54	74.48	0	7.271/1
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1378.00</b>	<b>39.55</b>	<b>50.27</b>	<b>179.41</b>	<b>1309.41</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**САД (день первый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст	200	4.32	4.68	28.86	380.64	0	2021/16/4/
	Батон с маслом	45	3.105	5.325	21.36	118.8634	0	7.035
	Чай 200	200	0.07	0.01	9.44	40.54	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.61122	0	7.031
	Яблоко	120	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.008
Обед	Салат из помидоров 60 гр	70	0.74	3.12	3.27	42.87	0	7.288/5
	Щи вегетарианские	200	1.72	2.86	7.77	58.57	0	7.н146
	Гуляш из мяса свинины	80	15.26	14.77	3.716	231.2	0	7.11/8/1-1
	Каша перловая	150	2.79	4.047	18.36	115.91	0	7.142/5
	Компот из сухофруктов	200	0.49	0.03	17.08	67.34	0.05	7.115/1
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Хлеб ржаной	33	2.17	0.39	13.79	60.03	0	7,003-9
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Картофель отварной	150	2.85	3.25	24.86	150.7	0	2021/1/3,
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1753.00</b>	<b>76.95</b>	<b>39.00</b>	<b>165.38</b>	<b>1377.74</b>	0.05	14

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	150	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойгурт	180	5.133	5.867	7.333	92.96		7.403/10

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день первый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст	150	4.32	4.68	28.86	380.64	0	2021/16/4.
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7,035/9
	Чай	180	0.07	0.01	9.44	40.54	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.61122	0	7.031
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.344
Обед	Салат из помидоров 45 гр	45	0.56	2.347	2.45	31.55	0	7,288/3
	Щи вегетарианские	150	1.26	2.07	6.11	48.73	0	7.н146
	Котлета мясная	60	6.6	5.815	2.101	96.27	0	7.н163/6
	Каша перловая	150	2.79	4.047	18.36	115.91	0	7.142/5
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.115/1
	Хлеб ржаной	33	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7,003-9
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Картофель отварной	150	2.85	3.25	24.86	150.7	0	2021/1/5,
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1463.00</b>	<b>22.38</b>	<b>27.86</b>	<b>160.51</b>	<b>1167.66</b>	0.035	14

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	100	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	100	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	100	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойгурт	150	5.133	5.867	7.333	92.96	0	7.403/10

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)  
**САД (день второй)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая безмолочная с масл раст	200	4.06	5.53	28.7	356.2	0	2021/2/4/1
	Батон с маслом с сыром	51	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.175/1
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с раст масл	60	0.69	4.1	8.24	60.16	0	4,13/1
	Суп-лапша на курином бульоне	200	1.97	2.99	14.01	104.59	0	2021/22/2/
	Капуста тушеная	150	2.91	3.17	13.81	98.12	0.05	2021/11/3.
	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	15.79	4.02	2.5	107.49	0.05	2021/5/9.
	Компот из изюма	200	0.49	0.03	17.08	67.34	0.05	7.078
	Хлеб ржаной	55	3.3.	0.6	20.9	81.45	0	7,003-4
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Тефтели рыбные с рисом	150	23.23	15.7	12.07	308.24	0	7.12/7/4
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	20.04	83.16	0	7.062
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.52	0	7.308/6
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1711.00</b>	<b>59.04</b>	<b>44.29</b>	<b>195.84</b>	<b>1575.52</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт	180	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день второй)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая безмолочная с масл раст	150	4.19	5.45	17.82	130.22	0	2021/2/4.
	Батон с маслом с сыром	50	4.41	9.38	18.72	148.2	0	7.357/6
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с раст масл	45	0.52	3.07	6.18	45.198	0	2021/033/4
	Суп-лапша на курином бульоне	150	1.97	2.99	14.01	104.59	0	2021/22/2.
	Капуста тушеная	120	2.34	3.85	11.15	87.01	0	2021/11/3.
	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	11.49	3.04	3.25	93.55	0	2021/9/2.
	Компот из изюма	150	0.35	0	14.25	49.9	0.035	7.078
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Тефтели рыбные с рисом	120	18.59	12.56	9.66	246.59	0	7,12/7/4
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	15.03	62.37	0	7.052
	Печенье	15	1.56	0.78	11.52	61.83	0	7.005
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1335.00</b>	<b>48.56</b>	<b>41.51</b>	<b>157.67</b>	<b>1176.06</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	100	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	100	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	100	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)  
**САД (день третий)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растит	200	2.18	5.05	20.05	138.8	0	2021,/19/4/
	Батон с маслом с сыром	51	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.175/1
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031/1
	Яблоко	120	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.008
Обед	Салат из огурцов с раст маслом	70	0.612	2.57	2.64	33.214	0	7.291/2
	Рассольник "Ленинградский"	200	1.95	2.99	14.01	86.46	0	7.165-1
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами .	250	2.98	3.95	22.01	130.15	0	4.38/8
	Компот из кураги	200	0.49	0	18.71	69.05	0.05	7.110
	Хлеб ржаной	55	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7.003-4
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Булочка Ягодка 75г	75	6.13	8.09	44.8	304.44	0	2021/12/1.
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1726.00</b>	<b>65.28</b>	<b>30.38</b>	<b>186.15</b>	<b>1109.75</b>	<b>0.05</b>	<b>13</b>

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день третий)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с масл растит	150	2.18	5.05	20.05	138.8	0	2021./19/4.
	Батон с маслом с сыром	50	4.41	9.38	18.72	148.2	0	7.357/6
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031/1
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.344
Обед	Салат из огурцов с растительным маслом	45	0.46	1.93	1.98	25.55	0	7.291/3
	Рассольник "Ленинградский"	150	1.19	2.25	10.5	71.85	0	7.165-1
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами .	180	2.98	3.95	22.01	130.15	0	4.38/8
	Компот из кураги	150	0.38	0	14.04	57.35	0.035	7.110
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Булочка Ягодка 60г	60	6.13	8.09	44.8	304.44	0	2021/12/12.
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1330.00</b>	<b>18.94</b>	<b>31.12</b>	<b>178.56</b>	<b>1058.58</b>	0.035	13

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**САД (день четвертый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный) 150г	150	2.81	4.32	39.98	220.6	0	2021/6-1/6
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Яблоко	120	0.42	0.42	12.46	42.93	0	7.008
	Сок фруктовый	100	0.51	0.1	10.27	42.24	0	7.031
Обед	Салат из помидоров 60 гр	60	0.74	3.12	3.27	42.87	0	7,288/5
	Уха рыбацкая	200	7.83	4.07	10.86	108.15	0	7,30/2
	(кура)	80	10.12	10.89	2.95	138.079	0	7.н076/1
	Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	150	5.295	4.816	32.59	169.735	0	2021/2/4.
	Компот из сухофруктов	200	0.49	0.03	17.08	67.34	0.05	7.115/1
	Хлеб ржаной	55	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7,003-4
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Ватрушка с повидлом	90	3.902	6.074	22.13	156.479	0	7.150
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1755.00</b>	<b>38.89</b>	<b>39.81</b>	<b>215.71</b>	<b>1279.21</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день четвертый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный) 130г	130	12.34	14.98	12.71	234.6	0	2021/6-1/5
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7,035/9
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.344
	Сок фруктовый	100	0.51	0.1	10.27	42.24	0	7.031
Обед	Салат из помидоров 45 гр	45	0.56	2.347	2.45	31.55	0	7,288/3
	Уха рыбацкая	150	6.45	3.23	8.27	85.17	0	7,30/2/2
	Гуляш из мяса кури (кура)	60	8.082	8.082	8.54	2.41	0	7.н076/1
	Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	150	5.295	4.816	32.59	169.735	0	2021/2/4.
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Ватрушка с повидлом	60	3.902	6.074	22.13	156.47882	0	7.150
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1430.00</b>	<b>41.07</b>	<b>45.27</b>	<b>171.65</b>	<b>1051.82</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**САД (день пятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет безмолочный запеченый или паровой 150г	150	9.6	11.9	0.58	396.28	0	2021/2/6-1
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Апельсин	130	0.82	0.18	9.39	32.96	0	7.210
Обед	Салат из огурцов с раст масл	60	0.612	2.57	2.64	33.214	0	4.14/1
	Борщ (безмолочное меню) 200г	200	1.38	3.65	8.79	74.5	0	2021/2/2/
	Картофельное пюре б/м	150	3.28	4.71	25.03	165.18	0	2021/4/3/1
	Хлеб ржаной	55	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7,003-4
	Компот из яблок	150	0.07	0.06	14.79	55.78	0.05	7.197
	Хлеб пшеничный	15	2.797	0.331	18.44	76.51142	0	7.144
	Рыба отварная 80г	80	28.7	8.97	0	214.62	0	2021/1/7/
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Пюре гороховое со сливочным маслом	130	8.2	3.13	20.6	152.29	0	7.362
	Вафли	20	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.015
	Чай с сахаром	200	0	0	11.81	49.76	0	7.354
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1710.00</b>	<b>63.35</b>	<b>42.45</b>	<b>198.29</b>	<b>1626.58</b>	0.05	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Яблоко	120	0.42	0.42	12.46	42.93		7.008
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день пятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет безмолочный запеченый или паровой 150г	150	9.6	11.9	0.58	396.28	0	2021/2/6-1
	Батон с маслом	41	2.73	506	19.12	127.13	0	7.035/9
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Апельсин	130	0.82	0.18	9.39	32.96	0	7.210
Обед	Салат из огурцов с растительным маслом	45	0.46	1.93	1.98	25.55	0	7.291/3
	Борщ (безмолочное меню) 150г	150	1.38	3.65	8.79	74.5	0	2021/2/-22
	Картофельное пюре	100	3.04	2.51	23.24	133.06	0	7.142/2
	Компот из яблок	130	0.07	0.06	14.79	55.78	0.035	4/3/2021
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	2021/103/2
	Хлеб пшеничный	15	2.28	0.27	15.03	62.3	0	7.144
	Биточки рыбные	70	10.26	2.12	6.29	99.86	0	7.н355
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Пюре гороховое со сливочным маслом	100	7.72	3.6	19.43	149.12	0	7.362
	Чай с сахаром	150	0	0	11.81	49.76	0	7.354
	Вафли	10	0.32	0.28	8.09	31.5	0	7.221
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1386.00</b>	<b>39.54</b>	<b>532.62</b>	<b>168.26</b>	<b>1357.87</b>	0.035	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Яблоко	100	0.42	0.42	12.46	42.93		7.346
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	100	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биокефир	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.403/7

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**САД (день шестой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая безмолочная с маслом растит 200г	200	3.76	3.98	29.73	361.44	0	2021/15/4.
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай с лимоном	200	0.5	0.01	12.97	49.62	0	7.022-3
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	120	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.008
Обед	Салат из помидоров 60 гр	60	0.74	3.12	3.27	42.87	0	7,288/5
	Суп крестьянский (рис)	200	0.96	3.65	6.52	61.011	0	7.264
	Котлета мясная	70	14.97	12.64	2.45	203.99	0	7.н163/7
	Картофель и овощи тушеные в соусе	130	2.91	3.17	13.81	98.12	0.05	7.н227/2
	Компот их сухофруктов	200	0.32	0	18.17	67.89	0	7.115/1
	Хлеб пшеничный	15	2.33	0.27	15.38	71	0	7.144
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7,003-2
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Картофель, запеченный с яйцом 200г	200	10.02	13.64	44.95	367.3	0	2021/8/3/
	Вафли	20	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.015
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1815.00</b>	<b>86.77</b>	<b>47.36</b>	<b>219.66</b>	<b>1686.05</b>	0.05	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день шестой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая безмолочная с маслом растит 150г	150	3.76	3.98	29.73	361.44	0	2021/15/4.
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7.035/9
	Чай с лимоном	150	0.034	0.003	11.076	42.12	0	7.022-3
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.344
Обед	Салат из помидоров 45 гр	45	0.56	2.347	2.45	31.55	0	7,288/3
	Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню) 150	150	1.66	3.69	11.38	88.99	0	2021/38/2/
	Котлета из говядины	60	9.31	8.16	2.8	121.09	0	7,н163
	Картофель и овощи тушеные в соусе	130	2.34	3.85	11.15	87.01	0	7.н227/2
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Картофель, запеченный с яйцом 150г	150	10.02	13.64	44.95	367.3	0	2021/8/3,
	Печенье	15	1.56	0.78	11.52	61.83	0	7.005
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1435.00</b>	<b>33.17</b>	<b>42.10</b>	<b>193.39</b>	<b>1464.44</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**САД (день седьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая рассыпчатая 150г	150	5.37	7.95	23.11	169.49	0	2021/43/3.
	Батон с маслом с сыром	51	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7,175/1
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с луком и сол огурцом с раст масл	60	0.9	5.38	6.63	76.16	0	7.29/1
	Уха рыбацкая	200	7.83	4.07	10.86	108.15	0	7,30/2
	Бигус с мясом куры	230	20.358	9.3643	13.603	208.9	0	7.350
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	25.445	99.948	0.05	7.248
	Хлеб ржаной	55	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7,003-4
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Шанежка с картофелем	90	5.68	7.93	31.2	216.16	0	7.148
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1541.00</b>	<b>48.15</b>	<b>42.00</b>	<b>174.36</b>	<b>1183.51</b>	0.05	12

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (летний период)

**Ясли (день седьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая рассыпчатая 110г	110	3.98	5.35	17.36	135.84	0	2021/43/4.
	Батон с маслом с сыром	50	4.41	9.38	18.72	148.2	0	7.357/6
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с луком и сол огурцом с раст масл	40	0.58	3.59	4.8	55.92	0	7.29/1/2
	Уха рыбацкая	180	7.83	4.07	10.86	108.15	0	7,30/2/2
	Бигус с мясом куры	180	20.358	9.3643	13.6	208.1	0	7.350
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0	0	20.67	80.577	0.035	7.248
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Шанежка с картофелем	60	3.79	5.28	20.81	159.46	0	7.148
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1215.00</b>	<b>41.81</b>	<b>37.15</b>	<b>142.90</b>	<b>1042.85</b>	0.035	12

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заводу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_ /Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2023-2024 учебный год (зимний период)

**САД (день восьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Батон с маслом	45	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.035
	Картофель отварной 75	75	2.37	1.8	20.7	115.76	0	2021/1/3/
	Яйцо отварное - 40 гр	40	4.79	4.05	0.27	62.8	0	7.1/6/8
	Чай	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
Обед	Огурец консервированный	40	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7.367-4
	Суп гороховый	200	7.72	5.16	17.65	132.8	0	7.086
	Котлета мясная	70	14.97	12.64	2.45	203.99	0	7.н163/7
	Картофельное пюре с морковью 150г	150	2.75	3.61	19.46	309.96	0	2021/5/33
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	17.08	67.32	0.05	221/6/10
	Хлеб ржаной	40	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	7.354/6
	Сдоба обыкновенная	70	5.34	6.96	25.95	202.9	0	7.8/12/3
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1395.00</b>	<b>46.74</b>	<b>41.60</b>	<b>167.94</b>	<b>1405.43</b>	0.05	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023



УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 учебный год (зимний период)

**Ясли (день восьмой)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Яйцо отварное - 20 гр	20	4.79	4.05	0.27	62.8	0	2021/1/6.
	Картофель отварной 75	75	2.37	1.8	20.7	115.76	0	2021/1/3/
	Батон с маслом	45	4.41	9.38	18.72	148.2	0	7.035
	Чай 150	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.033/1
Обед	Огурец консервированный	30	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7.367
	Суп гороховый	150	7.92	5.52	14.18	132.8	0	7.н086
	Котлета мясная	60	11.77	9.98	2.1	160.72	0	7.н163/6
	Картофельное пюре с морковью 120г	120	2.23	3.09	14.71	90.87	0	2021/5/3.
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Сдоба обыкновенная	50	4.01	5.22	19.46	152.17	0	7,8/13
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1133.00</b>	<b>38.66</b>	<b>39.20</b>	<b>136.63</b>	<b>1054.92</b>	0.035	16

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	120	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Биойогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2023-2024 учебный год (зимний период)

**САД (день девятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Макаронные изделия отварные	150	6	3.86	41.74	478.46	0	8.43/3
	Батон с маслом	45	4.21	6.61	19.79	128.79	0	7.035
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	7.10/10/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.8	39.6	0	7.346
Обед	Зеленый горошек	30	0.74	3.12	3.27	42.87	0	7.1/1/3
	Свекольник	180	6.28	7.74	13.63	141.53	0	7.5/2/2
	Жаркое по-домашнему с мясом курицы	180	18.1	8.3	28.27	278.78	0	7.н070-2/2
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0.03	17.08	67.34	0.05	2021/6/10
	Хлеб ржаной	40	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7.003
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	7.354/6
Полдник	Рыба отварная под маринадом	150	28.76	8.97	0	214.6	0	7.2/7/1
	Хлеб пшеничный	20	3.04	0.36	20.04	83.16	0	2021/103
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.55	0	7.308/6
	<b>Итого за 9 день</b>	<b>1560.00</b>	<b>73.92</b>	<b>41.12</b>	<b>214.22</b>	<b>1736.59</b>	<b>0.05</b>	<b>15</b>

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:  
 \_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2023-2024 учебный год (летний период)

**Ясли (день девятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Макаронные изделия отварные	130	4.8	5.7	15.56	142.26	0	7.н151-1
	Батон с маслом	40	4.41	9.38	18.72	148.2	0	7.035/9
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.033/1
	Яблоко	90	0.36	0.27	9.27	38.7		7.131-4
Обед	Зеленый горошек	30	0.56	2.347	2.45	31.55	0	7.1/1/3
	Свекольник	150	4.92	5.93	10.47	108.55	0	4.34
	Жаркое по-домашнему с мясом кури	180	14.17	6.5	22.12	218.78	0	7.н070-2/2
	Компот из сухофруктов	150	0	0	9.54	39.8	0.035	7.6/10/2,
	Хлеб ржаной	20	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Рыба отварная 60г	60	16.45	10.53	4.59	175.56	0	2021/1/7.
	Хлеб пшеничный	20	2.28	0.27	15.03	62.37	0	2021/103
	Печенье	20	1.56	0.78	11.52	61.83	0	7.308/6
<b>Итого за 9 день</b>		<b>1303.00</b>	<b>50.37</b>	<b>41.83</b>	<b>155.35</b>	<b>1174.20</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2023-2024 учебный год (зимний период)

**САД (день десятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом растит	150	4.32	5.56	27.84	398.6	0	2021/11/4
	Батон с маслом	45	2.97	5.27	20.4	114.88	0	7.035
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Яблоко	100	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.346
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с раст.масло	50	0.612	2.57	2.64	33.214	0	7.13/1/1
	Суп картофельный вегетарианский	200	2.54	5.01	16.01	115.27	0	2021/13/6
	Печень говяжья по-строгоновски	70	15.7	13.11	7.68	233.7	0	7.249/1
	Макаронные изделия отварные	130	2.39	4.2	16.7	109.16	0	7.н151-1
	Компот из сухофруктов	180	0.49	0	18.71	69.05	0.05	7.6/10/1,
	Хлеб ржаной	40	3.3	0.6	20.9	81.45	0	7.003
	Соль	50	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай с сахаром	180	0	0	6.36	26.53	0	7.354/6
	Запеканка капустная 150г	150	5.48	7.78	25.5	204.5	0	2021/64/3.
	Хлеб пшеничный	20	2.797	0.3312	18.438	76.51142	0	2021/103
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1665.00</b>	<b>84.03</b>	<b>44.95</b>	<b>198.06</b>	<b>1573.74</b>	0.05	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7

Полдн ик	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023
-------------	-----------------	-----	------	------	------	-------	--	-------

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2023-2024 учебный год (зимний период)

**Ясли (день десятый)**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст.	150	9.6	11.9	0.58	396.28	0	2021/11/4
	Батон с маслом	40	2.72	5.175	18.69	107.6	0	7.035/9
	Чай	180	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	80	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.033/1
	Яблоко	90	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.131-4
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с раст.маслом	30	2.23	15.2	6.9	169.14	0	7.13/1/2
	Суп картофельный вегетарианский	200	2.54	5.01	16.01	115.27	0	2021/13/6
	Оладьи из печени	60	3.04	2.51	23.24	133.06	0	7.3.36/1
	Макаронные изделия отварные	110	0.07	0.06	13.43	88.45	0	7.н151-6
	Компот из сухофруктов	150	13.57	1.92	7.73	134.26	0	7.6/10/2
	Хлеб ржаной	20	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.н003-1
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Запеканка капустная	130	2.797	0.3312	18.438	76.51142	0	2021/64/3
	Хлеб пшеничный	20	0.56	0.49	14.23	55.61	0	7.050
	Чай с сахаром	150	0	0	6.36	26.53	0	7.354
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1563.00</b>	<b>38.83</b>	<b>43.07</b>	<b>184.42</b>	<b>1527.47</b>	0.035	15

**ПРИМЕЧАНИЕ:** в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по завозу фруктов и кисломолочных продуктов поставщиками в следующем порядке:

10-00	Апельсин	130	0.63	0.14	7.21	28		7.210
	Банан	130	1.05	0.07	15.26	62.3		7.129
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Полдник	Йогурт питьевой	150	4.99	3.19	8.49	84.86		7.023

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 502183754424259648339656506821166549734047792895

Владелец Стрельникова Татьяна Владимировна

Действителен с 09.01.2024 по 08.01.2025