

УТВЕРЖДАЮ:
 _____/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2024-2025 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	118.86337	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 помидоров с раст.маслом	60	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7.288
	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
Итого за 1 день		1650.00	47.94	39.35	246.79	1722.21	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 (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	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 помидоров с раст.маслом	45	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7.288/1
	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
Итого за 1 день		1428.00	41.21	47.47	151.70	1414.74	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 (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	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
Итого за 2 день		1500.00	62.46	47.27	214.40	1533.58	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 (летний 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
	Тефтели 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
Итого за 2 день		1271.00	50.91	45.50	185.41	1329.77	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 (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	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 огурцов раст маслом.	60	0.9956	4.0592	5.1979	50.84265	0	7.291
	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.
Итого за 3 день		1375.00	22.74	31.45	188.29	1084.44	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 (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 маслом 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 огурцов с раст маслом	45	0.78	2.3	3.99	32.58	0	7.291.
	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
Итого за 3 день		1186.00	18.91	31.14	170.19	1029.97	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 (летний 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 помидоров растительным маслом	60	0.832	4.448	6.335	63.05443	0	7.288
	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
Итого за 4 день		1609.00	42.43	43.69	245.89	1472.29	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 (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	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 помидоров с растительным маслом	45	0.554	2.971	4.22	41.68	0	7.288/1
	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
Итого за 4 день		1370.00	45.56	45.83	173.26	1069.10	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 (летний 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 огурцов раст.маслом	60	2.24	15.2	6.92	169.14	0	7.291
	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
Итого за 5 день		1722.00	78.89	57.00	287.52	2169.51	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 (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 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 огурцов раст.маслом	45	0.46	1.93	1.98	25.55	0	7.291
	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
Итого за 5 день		1378.00	46.05	541.65	179.51	1271.76	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 (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	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 помидоров с раст.маслом	60	1.3	4.08	21.54	19.89	0	7.288
	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
Итого за 6 день		1660.00	44.21	48.34	216.55	1360.62	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 (летний 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 помидоров с раст.маслом	45	1.13	6.8	12.93	107.96	0	7.288/1
	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
Итого за 6 день		1410.00	39.89	49.98	194.31	1581.81	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 (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	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
Итого за 7 день		1386.00	34.40	27.79	186.81	1118.71	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 (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	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
Итого за 7 день		1171.00	36.89	39.28	159.16	1115.65	0.035	12

ПРИМЕЧАНИЕ: в 10-00 наименование блюд (яблоко) и в полднике (кефир) может быть изменено по заову 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(летний 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	Салат из огурцов с раст маслом	60	1.67	4.735	8.32	66.846	0	7.291
	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
Итого за 8 день		1395.00	52.23	47.76	187.53	1547.51	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 (летний 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	Салат из огурцов	45	1.67	4.735	8.32	66.846	0	7.291
	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
Итого за 8 день		1143.00	50.21	53.52	171.42	1356.90	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 (летний 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 помидоров с раст маслом	60	2.94	3.82	5.96	77.4	0	7.288
	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
Итого за 9 день		1590.00	80.29	42.03	223.49	1586.75	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 (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	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 помидоров с раст мас	45	2.93	3.8	5.93	77.4	0	7.288/1
	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
Итого за 9 день		1318.00	65.45	54.29	193.94	1522.34	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 (летний 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 огурцов растит.маслом	60	1.31	4.11	11.31	77.54	0	7.291
	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
Итого за 10 день		1655.00	47.75	54.70	265.14	1934.05	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 (летний 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 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 огурцов растит.маслом	45	1.1	5.95	12.15	109.48	0	7.291
	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
Итого за 10 день		1383.00	39.55	50.27	179.41	1309.41	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