

УТВЕРЖДАЮ:
 _____/Т.В.Стрельникова

10-ти дневное (безмолочное) меню на 2022-2023 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	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	Огурец консервированный.	40	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7,367-4
	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	18.356	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,
Итого за 1 день		1723.00	76.51	35.92	162.98	1340.07	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	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 (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	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 с лимоном	200	0.07	0.01	9.44	40.54	0	2021/29/1
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	Огурец консервированный.	40	0.3	0.04	0.87	5.2	0	7,367-4
	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	18.356	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,
Итого за 1 день		1478.00	22.12	25.56	158.93	1141.31	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	Бийогурт	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 (зимний период)
САД (день второй)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая безмолочная с маслом 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 маслом	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
Итого за 2 день		1711.00	59.04	44.29	195.84	1575.52	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	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 (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	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	2021/103/2
	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
Итого за 2 день		1335.00	48.56	41.51	157.67	1176.06	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 (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	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 белокачанной капусты с кукурузой и раст маслом	60	0.9956	4.0592	5.1979	50.84265	0	4,4/1
	Рассольник "Ленинградский"	200	1.95	2.99	14.01	86.46	0	7.165-1
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами .	250	2.98	3.95	22.01	130.15	0	7.6/9*
	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	2021/103/2
	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.
Итого за 3 день		1716.00	65.67	31.87	188.71	1127.38	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 (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 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 белокачанной капусты и кукурузы и раст маслом	45	0.78	2.3	3.99	32.58	0	4,4/1
	Рассольник "Ленинградский"	150	1.19	2.25	10.5	71.85	0	7.165-1
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами .	180	2.98	3.95	22.01	130.15	0	7.6/9/2
	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	2021/103/2
	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.
Итого за 3 день		1330.00	19.26	31.49	180.57	1065.61	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 2022-2023 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	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 отварной свеклы с растительным маслом	60	0.832	4.448	6.335	63.05443	0	7,20/1
	Уха рыбацкая	200	7.83	4.07	10.86	108.15	0	7,30/2
	Гуляш из мяса кури (кура)	80	10.12	10.89	2.95	138.0794	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	2021/103/4
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
	Ватрушка с повидлом	90	3.902	6.074	22.13	156.4788	0	7.150
	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
Итого за 4 день		1755.00	38.98	41.14	218.77	1299.40	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 2022-2023 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 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 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	7,30/2/2
	Гуляш из мяса куры (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	2021/103/4
	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
Итого за 4 день		1425.00	41.06	45.90	173.42	1061.95	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 2022-2023 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 отварного картофеля, кукурузы, реп лука с раст масл	60	1.11	3.71	9.31	74.2	0	7,27/1
	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
Итого за 5 день		1680.00	63.85	43.59	204.96	1667.56	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	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 (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 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
	Яблоко	100	0.82	0.18	9.39	32.96	0	7.008
Обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы, реп лука с раст масл	40	0.758	2.47	6.338	49.848	0	7,27/1/2
	Борщ (безмолочное меню) 150г	150	1.38	3.65	8.79	74.5	0	2021/2/-22
	Картофельное пюре б/м	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
Итого за 5 день		1351.00	39.84	533.16	172.62	1382.17	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 (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 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	2021/027/1
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 моркови с изюмом и раст масл	50	1.44	0.086	2.915	19.89	0	2021/18/1/
	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	2021/103/2
	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
Итого за 6 день		1805.00	87.47	44.33	219.31	1663.07	0.05	16

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 2022-2023 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	150	0.034	0.003	11.076	42.12	0	2021/027/1
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 моркови с изюмом и раст масл	30	1.44	0.086	2.915	19.89	0	2021/18/1
	Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню) 150	150	1.66	3.69	11.38	88.99	0	2021/38/2/
	Котлета мясная	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	0.32	0	18.17	67.89	0.035	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	2021/103/2
	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
Итого за 6 день		1420.00	34.37	39.83	202.48	1480.87	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 (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 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	2021/027/1
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	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	2021/103/2
	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
Итого за 7 день		1541.00	48.15	42.00	174.36	1183.51	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 (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 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	2021/103/2
	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
Итого за 7 день		1215.00	41.81	37.15	142.90	1042.85	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 2022-2023 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 с сыром 40/5/9	51	4.21	6.61	19.79	128.79	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	2021/1+6
	Чай 200	200	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
	Яблоко	120	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.008
Обед	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	60	1.67	4.735	8.32	66.846	0	7.001
	Суп гороховый.	250	7.72	5.16	17.65	132.8	0	7.н086/1
	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	200	0.49	0.03	17.08	67.32	0.05	7,115/1
	Хлеб ржаной	55	3.3	0.6	20.9	81.45	0	2021/103/2
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Сдоба обыкновенная	80	5.34	6.96	25.95	202.9	0	7.8/12/1
Итого за 8 день		1656.00	91.04	46.72	175.81	1510.02	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 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 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
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.344
Обед	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	45	0.77	2.29	3.99	32.26	0	7.001/1
	Суп гороховый	200	7.92	5.52	14.18	132.8	0	7.н086/1
	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	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	2021/103/2
	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	60	4.01	5.22	19.46	152.17	0	7,8/12
Итого за 8 день		1323.00	39.48	41.80	150.13	1117.62	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	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	Биоюгurt 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)

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 180г	180	6	3.86	41.74	478.46	0	2021/46/3.
	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	2021/027/1
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	41.4	0	7.031
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Обед	Кукуруза консервированная	30	1.01	6.84	3.11	76.11	0	4.1/1.
	Свекольник	200	6.28	7.74	13.63	141.53	0	4.34
	Жаркое по-домашнему с мясом куры	230	18.1	8.3	28.27	278.78	0	7.н070-2/1
	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	2021/103/2
	Соль	5	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Рыба отварная 80 г	80	28.76	8.97	0	214.6	0	2021/1/7/
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	20.04	83.16	0	7.062
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.55	0	7,308/6
Итого за 9 день		1696.00	74.20	44.76	212.53	1768.93	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 2022-2023 учебный год (зимний период)

Ясли (день девятый)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
Завтрак	Макаронные изделия отварные 150г	150	4.8	5.7	15.56	142.26	0	2021/46/3.
	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
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Обед	Кукуруза консервированная	30	1.01	6.84	3.11	76.11	0	4.1/1.
	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.н070-2/1
	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	2021/103/2
	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	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
Итого за 9 день		1363.00	50.82	46.32	156.01	1218.76	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 (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 200г	200	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	2021/027/1
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 отвар картофеля, с реп лука, сол огурца и раст масла	60	0.64	2.1	4.96	44.4	0	4/31/1
	Суп картофельный вегетарианский 200г	200	2.54	5.01	16.01	115.27	0	2021/13/6.
	Сосиски отварные	100	15.7	13.11	7.68	233.7	0	7.40/9
	Макаронные изделия отварные с овощами	150	2.39	4.2	16.7	109.16	0	7.н151
	Компот из кураги	200	0.49	0	18.71	69.05	0.05	7.110
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	20.9	81.45	0	2021/103/2
	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 200	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Хлеб пшеничный	15	2.797	0.3312	18.438	76.51142	0	7.144
Итого за 10 день		1790.00	84.06	44.48	200.38	1584.92	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 2022-2023 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 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
	Яблоко	100	0.35	0.35	10.38	35.64	0	7.344
Обед	Салат из отвар карт, с реп лук, сол огурц и раст масл	40	1.01	3.67	7.96	74.64	0	4/31/1
	Суп картофельный вегетарианский 200г	200	2.54	5.01	16.01	115.27	0	2021/13/6.
	Котлета мясная	60	9.31	8.16	2.8	134.4	0	7.н163/6
	Макаронные изделия отварные с овощами	120	1.93	3.52	13.43	88.45	0	7.н151
	Компот из кураги	150	0.49	0	18.71	69.05	0.035	7.110
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	2021/103/2
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Запеканка капустная 130г	120	5.27	7.76	23.58	169.83	0	2021/64/3.
	Хлеб пшеничный	15	2.797	0.3312	18.438	76.51142	0	7.144
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Итого за 10 день		1438.00	32.18	41.26	187.25	1203.89	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,
Итого за 1 день		1753.00	76.95	39.00	165.38	1377.74	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,
Итого за 1 день		1463.00	22.38	27.86	160.51	1167.66	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
Итого за 2 день		1711.00	59.04	44.29	195.84	1575.52	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
			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
Итого за 2 день		1335.00	48.56	41.51	157.67	1176.06	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.
Итого за 3 день		1726.00	65.28	30.38	186.15	1109.75	0.05	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)

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.
Итого за 3 день		1330.00	18.94	31.12	178.56	1058.58	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
Итого за 4 день		1755.00	38.89	39.81	215.71	1279.21	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 куры (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
Итого за 4 день		1430.00	41.07	45.27	171.65	1051.82	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	№ 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
	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
Итого за 5 день		1710.00	63.35	42.45	198.29	1626.58	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
Итого за 5 день		1386.00	39.54	532.62	168.26	1357.87	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
Итого за 6 день		1815.00	86.77	47.36	219.66	1686.05	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
Итого за 6 день		1435.00	33.17	42.10	193.39	1464.44	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
Итого за 7 день		1541.00	48.15	42.00	174.36	1183.51	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
Итого за 7 день		1215.00	41.81	37.15	142.90	1042.85	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 2022-2023 учебный год (летний период)

САД (день восьмой)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Батон с маслом с сыром 40/5/9	51	4.21	6.61	19.79	128.79	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	2021/1+6
	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	120	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.008
Обед	Салат из огурцов с раст маслом	60	0.612	2.57	2.64	33.214	0	4.14/1
	Суп гороховый	250	7.72	5.16	17.65	132.8	0	7.н086/1
	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	200	0.49	0.03	17.08	67.32	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
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Сдоба обыкновенная	80	5.34	6.96	25.95	202.9	0	7.8/12/1
Итого за 8 день		1656.00	89.98	44.55	170.13	1476.38	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 (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 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
	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	4.14/1
	Суп гороховый	200	7.92	5.52	14.18	132.8	0	7.н086/1
	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	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	7.003
	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	60	4.01	5.22	19.46	152.17	0	7,8/12
Итого за 8 день		1323.00	39.17	41.44	148.12	1110.91	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 2022-2023 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 180г	180	6	3.86	41.74	478.46	0	2021/46/3.
	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
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Обед	Салат из помидоров 70 гр	70	0.74	3.12	3.27	42.87	0	7,288/5
	Свекольник	200	6.28	7.74	13.63	141.53	0	4.34
	Жаркое по-домашнему с мясом курицы	230	18.1	8.3	28.27	278.78	0	7.н070-2/1
	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
Полдник	Чай 200	200	0	0	6.36	26.53	0	2021/27/1
	Рыба отварная 80 г	80	28.76	8.97	0	214.6	0	2021/1/7/
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	20.04	83.16	0	7.062
	Печенье	20	2.15	1.08	15.88	85.55	0	7,308/6
Итого за 9 день		1736.00	73.93	41.04	212.69	1735.69	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 2022-2023 учебный год (летний период)

Ясли (день девятый)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Макаронные изделия отварные 150г	150	4.8	5.7	15.56	142.26	0	2021/46/3.
	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
	Груша	105	0.36	0.27	9.27	38.7		7.187/7
Обед	Салат из помидоров 45 гр	45	0.56	2.347	2.45	31.55	0	7,288/3
	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.н070-2/1
	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	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	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
Итого за 9 день		1378.00	50.37	41.83	155.35	1174.20	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 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 200г	200	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	120	42.93	0.42	0.42	42.94	0	7.008
Обед	Салат из огурцов с раст маслом	60	0.612	2.57	2.64	33.214	0	7.291/2
	Суп картофельный вегетарианский 200г	200	2.54	5.01	16.01	115.27	0	2021/13/6.
	Сосиски отварные	100	15.7	13.11	7.68	233.7	0	7.40/9
	Макаронные изделия отварные с овощами	150	2.39	4.2	16.7	109.16	0	7.н151
	Компот из кураги	200	0.49	0	18.71	69.05	0.05	7.110
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	20.9	81.45	0	2021/103/2
	Соль	50	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Чай 200	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
	Запеканка капустная 150г	150	5.48	7.78	25.5	204.5	0	2021/64/3.
	Хлеб пшеничный	15	2.797	0.3312	18.438	76.51142	0	7.144
Итого за 10 день		1790.00	84.03	44.95	198.06	1573.74	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	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)

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 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
	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
	Суп картофельный вегетарианский 200г	200	2.54	5.01	16.01	115.27	0	2021/13/6.
	Котлета мясная	60	9.31	8.16	2.8	134.4	0	7.н163/6
	Макаронные изделия отварные с овощами	120	1.93	3.52	13.43	88.45	0	7.н151
	Компот из кураги	150	0.49	0	18.71	69.05	0.035	7.110
	Хлеб ржаной	40	0.36	0.02	13.26	52.141	0	2021/103/2
	Соль	3	0	0	0	0	0	7.044
Полдник	Хлеб пшеничный	15	2.797	0.3312	18.438	76.51142	0	7.144
	Запеканка капустная 130г	120	5.27	7.76	23.58	169.83	0	2021/64/3.
	Чай 150	150	0	0	6.36	26.53	0	2021/027/1
Итого за 10 день		1443.00	31.63	39.52	181.27	1154.80	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	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 404802855474637294615845180588164683728956522434

Владелец Стрельникова Татьяна Владимировна

Действителен с 14.12.2022 по 14.12.2023