Кулик
Светлана
Владимировна

Подписан: Кулик Светлана Владимировна
DN: ИНН=235207026785, СНИЛС=12507621127,
E=detskiysad34m@mail.ru, C=RU, S=Краснодарский край,
L=Старотитаровская, O=МУНИЦИПАЛЬНАЯ БЮДЖЕТНАЯ
ДОШКОЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД №34 СТАНИЦЫ
СТАРОТИТАРОВСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ТЕМРЮКСКИЙ РАЙОН, G=Светлана Владимировна,
SN=Кулик, CN=Кулик Светлана Владимировна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.02.05 18:38:00+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Утверждаю:

Заведующий МБДОО ЦРР ДС № 34

_____ С.В.Кулик

«30» сентября 2020г

Десятидневное меню

ясли/сад(1-3года/3-7лет)

на осенне-зимний период

День: понедельник Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
41	**Каша пшенная с фруктами**					130	180
	Пшено	36	36	49	49		
	Масло сливочное	2	2	3	3		
	Яблоко	40	38	59	53		
	Сахар	3	3	3,5	3,5		
5/4	**Чай с молоком/ с сахаром**					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
	Молоко	124		-	-		
1/2	**Бутерброд с маслом/ с сыром**					30	40/15
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Сыр	-	-	16	15		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	**Свежие фрукты**	85	75	66	60	75	60
	ОБЕД						
16	**Салат из зелёного горошка**	54	43	71	57	45	60
	Масло растительное	2	2	3	3		
23	**Щи из свежей капусты**					200	250
	Капуста белокочанная	48	38	64	51		
	Картофель 25/30/35/40 %	40/43/46/50	30	49/53/57/62	37		
	Морковь	13	10	15	12		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Томатное пюре	2	2	3	3		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
54	**Бефстроганов**					50	60
	говядина	56	51	64	56		
67/68	**Соус сметанный / с томатом**					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
61	**Картофель отварной**					100	130
	Картофель 25/30/35/40 %	155/165/179/193	116	168/180/193/210	126		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
12	**Кисель из сока**					150	180
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
76	**Хлеб пшеничный**	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	**Хлеб ржаной**	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
79	**Ватрушка с творогом**					40	40
	Мука пшеничная	22	22	22	22		
	Сахар	4	4	4	4		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,1 шт.	4		
	Дрожжи	0,6	0,6	0,6	0,6		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	Творог	20	20	20	20		
8	**Молоко кипяченое**					150	160
	молоко	158	150	168	160		

День: вторник Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
40	**Каша гречневая молочная**					**130**	**200**
	Крупа гречневая	**18**	18	**25**	25		
	Молоко	**126**	126	**164**	164		
	Масло сливочное	**4**	4	**4**	4		
	Сахар	**3**	3	**5**	5		
6	**Кофейный напиток с молоком**					**150**	**180**
	Кофейный напиток	**2,5**	2,5	**3**	3		
	Сахар	**7**	7	**10**	10		
	молоко	**130**	130	**155**	155		
	пряник	**-**	-	**30**	30	**-**	**30**
1	**Бутерброд с маслом**					**30**	**40**
	Масло сливочное	**5**	5	**5**	5		
	Хлеб пшеничный	**25**	25	**35**	35		
73	**Свежие фрукты**	**102**	90	**102**	90	**90**	**90**
	ОБЕД						
19	**Салат из свеклы**					**45**	**60**
	Свекла	**54**	43	**72**	57		
	Масло растительное	**3**	3	**4**	4		
24	**Рассольник ленинградский**					**200**	**250**
	Картофель 25/30/35/40 %	**51/54/59/63**	38	**55/58/63/68**	41		
	Крупа перловая	**4**	4	**5,5**	5,5		
	Морковь	**10**	8	**13**	10		
	Лук репчатый	**5**	4	**6**	5		
	Огурцы солёные	**24**	12	**30**	15		
	Масло растительное	**3**	3	**4**	4		
	Зелень	**1**	0,75	**2**	1,5		
	Сметана	**6**	6	**7**	7		
56	**Тефтели рыбные**					**70**	**80**
	Треска	**78**	74	**90**	86		
	Хлеб пш.	**12**	12	**13**	13		
	Мука пш.	**3**	3	**4**	4		
	Масло растительное	**3**	3	**3**	3		
67/69	**Соус сметанный / томатный**					**15**	**20**
	Сметана	**5**	5	**-**	-		
	Мука пш.	**1**	1	**2**	2		
	Масло сливочное	**-**	-	**1**	1		
	Морковь	**-**	-	**3**	2		
	Лук	**-**	-	**2**	1		
	томат	**-**	-	**2**	2		
64	**Морковь с зелёным горошком**					**150**	**180**
	Морковь	**90**	72	**109**	87		
	Масло сл.	**3**	3	**4**	4		
	Горошек зелёный	**44**	35	**53**	42		
	молоко	**25**	25	**30**	30		
	сахар	**1**	1	**1**	1		
11	**Компот из сухофруктов**	**16,875**	42,18	**20,625**	51,56	**150**	**180**
	Сахар	**11**	11	**13**	13		
76	**Хлеб пшеничный**	**17,8**	19	**22,3**	**22,3**	**47,8**	**59,8**
77	**Хлеб ржаной**	**30**	30	**37,5**	37,5		
	ПОЛДНИК						
71	**Булочка школьная**					**35**	**40**
	Мука пшеничная 1-го сорта	**27**	**27**	**30**	**30**		
	Сахар	**2**	**2**	**3**	**3**		
	Масло сливочное	**1**	**1**	**1**	**1**		
	Масло растительное	**1**	**1**	**1**	**1**		
	Дрожжи	**0,45**	**0,45**	**0,67**	**0,67**		
	Яйца	**0,1 шт.**	**4**	**0,12 шт.**	**4,8**		
4	**Чай с сахаром**					**150**	**180**
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	**0,416**	0,416	**0,5**	0,5		
	сахар	**7**	7	**10**	10		

День: среда Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
45	**Омлет с овощами**					**80**	**100**
	Яйца	**1**	40	**1,25**	50		
	Молоко	**25**	25	**31**	31		
	Масло сливочное	**3**	3	**4**	4		
	Лук	**6**	5	**8**	7		
	Капуста	**14**	11	**15**	12		
	морковь	**16**	13	**19**	15		
7	**Какао с молоком**	**1,875**	**1,875**	**2,25**	2,25	**150**	**180**
	Сахар	**8**	8	**10**	10		
	молоко	**130**	130	**155**	155		
1	**Бутерброд с маслом**					**30**	**40**
	Масло сливочное	**5**	5	**5**	5		
	Хлеб пшеничный	**25**	25	**35**	35		
73	**Свежие фрукты**	**102**	90	**102**	90	**90**	**90**
	ОБЕД						
20	**Квашеная капуста**					**45**	**60**
	Квашеная капуста	**56**	45	**75**	60		
22	**Борщ с фасолью и картофелем**					**200**	**250**
	Свекла	**40**	32	**46**	35		
	Картофель 25/30/35/40 %	**27/31/32/35**	21	**33/37/40/43**	26		
	Фасоль консервированная	**10**	8	**15**	12		
	Морковь	**13**	10	**15**	12		
	Лук репчатый	**10**	8	**11**	9		
	Томатное пюре	**6**	6	**7**	7		
	Масло растительное	**4**	4	**4**	4		
	Сметана	**6**	6	**7**	7		
	Зелень	**1**	0,75	**2**	1,5		
	Сахар	**1**	1	**1**	1		
74	**Куры отварные**					**50**	**60**
	Куры	**120,5**	104	**141,5**	125		
	Лук репчатый	**3**	2	**4**	3		
43	**Макароны отварные с маслом**					**80**	**130**
	Макароны	**28**	28	**47**	47		
	Масло сливочное	**3**	3	**3**	3		
12	**Кисель из сока**					**150**	**180**
	Сок натуральный	**50**	50	**50**	50		
	Сахар	**10**	10	**12**	12		
	Крахмал картофельный	**4,6**	**4,6**	**7**	7		
76	**Хлеб пшеничный**	**17,8**	19	**22,3**	**22,3**	**47,8**	**59,8**
77	**Хлеб ржаной**	**30**	30	**37,5**	37,5		
	ПОЛДНИК						
72	**Булочка российская**					**35**	**40**
	Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	**20**	20	**23**	23		
	Сахар	**6**	6	**7**	7		
	Масло сливочное	**1**	1	**2**	2		
	Яйцо	**0,1 шт.**	4	**0,12 шт.**	4,8		
	Дрожжи	**0,4**	0,4	**0,6**	0,6		
	молоко	**4**	4	**5**	5		
	Масло растительное для смазки листов	**1**	1	**1**	1		
9	**Кефир**					**150**	**180**
	Кефир	**155**	150	**185**	180		

День: четверг Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
38	**Каша из смеси круп**					**160**	**200**
	Крупа рисовая	**11**	11	**15**	15		
	Крупа пшенная	**7**	7	**10**	10		
	Молоко	**126**	126	**164**	164		
	Масло сливочное	**4**	4	**4**	4		
	Сахар	**3**	3	**5**	5		
6	**Кофейный напиток с молоком**	**2,5**	2,5	**3**	3	**150**	**180**
	Сахар	**7**	7	**10**	10		
	молоко	**130**	130	**155**	155		
	печенье	**-**	**-**	**30**	30	**-**	**30**
1	**Бутерброд с маслом**					**30**	**40**
	Масло сливочное	**5**	5	**5**	5		
	Хлеб пшеничный	**25**	25	**35**	35		
75	**соки овощные, фруктовые**	**150**	**150**	**150**	**150**	**150**	**150**
18	**Салат из капусты**					**45**	**60**
	Капуста белокочанная	**49**	39	**65**	52		
	Лук зелёный	**7**	5	**8**	6		
	Морковь	**7**	5	**8**	6		
	Сахар	**1**	1	**1**	1		
	Масло растительное	**3**	3	**4**	4		
27	**Суп с мясными фрикадельками**					**200**	**250**
	Говядина	**27,5**	24	**33**	30,5		
	Лук репчатый	**9**	7	**15**	12		
	Яйца	**0,05 шт.**	2	**0,06 шт.**	3		
	Картофель 25/30/35/40 %	**107/114/123/133**	80	**113/122/130/142**	85		
	Морковь	**6**	5	**8**	6		
	Томатное пюре	**-**	-	**2**	2		
	Зелень	**1**	0,75	**2**	1,5		
	Масло растительное	**2**	2	**2,5**	2,5		
57	**Рыба отварная**					**70**	**75**
	Рыба	**95**	91	**100**	95		
	Лук	**5**	6	**6**	5		
	Морковь	**3**	4	**4**	3		
67/68	**Соус сметанный / с томатом**					**15**	**20**
	Сметана	**5**	5	**7**	7		
	Мука пшеничная	**1**	1	**2**	2		
	Томатное пюре	**-**	-	**3**	3		
60	**Пюре картофельное**					**120**	**140**
	Картофель 25/30/35/40 %	**139/149/160/173**	104	**164/174/187/203**	122		
	Молоко	**20**	20	**24**	24		
	Масло сливочное	**3**	3	**5**	5		
10	**Компот из яблок**	**32**	26,5	**47**	39	**150**	**180**
	Сахар	**11**	11	**12**	12		
76	**Хлеб пшеничный**	**17,8**	19	**22,3**	**22,3**	**47,8**	**59,8**
77	**Хлеб ржаной**	**30**	30	**37,5**	37,5		
	ПОЛДНИК						
46	**Запеканка из творога**					**80**	**120**
	Творог	**72**	72	**114**	114		
	Крупа манная	**4**	4	**6**	6		
	Сахар	**5**	**5**	**6**	6		
	Яйца	**0,09 шт.**	3,6	**0,12 шт.**	4,8		
	Сметана	**4**	4	**5**	5		
	Масло сливочное	**1**	1	**2**	2		
	Масло растительное для смазки листов	**1**	1	**1**	1		
65	**Соус молочный (сладкий)**					**10**	**20**
	Молоко	**5**	5	**10**	10		
	Масло сливочное	**1**	1	**1,5**	1,5		
	Мука пшеничная	**1**	1	**2**	2		
	Сахар	**1**	1	**2**	2		
4	**Чай с сахаром**	**0,416**	0,416	**0,5**	0,5	**150**	**180**
	сахар	**7**	7	**10**	10		

День: пятница Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
37	**Каша рисовая молочная**					130	200
	Крупа рисовая	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
4	**Чай**					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
2	**Бутерброд с сыром**					30/10	40/15
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	**Свежие фрукты**	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
81	**Солёный огурец**	56	45	75	60	45	60
25	**Суп картофельный с крупой**					200	250
	Картофель 25/30/35/40 %	86/94/100/108	65	97/104/112/122	73		
	Крупа пшеничная (манная)	8	8	10	10		
	Морковь	10	8	14	11		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
55	**Котлеты рубленые**					70	80
	Говядина	61	56	69	63		
	Хлеб пшеничный	10	10	14	14		
	Молоко или вода	12	12	14	14		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,11 шт.	4,4		
	Масло сливочное	2	2	3	3		
67/68	**Соус сметанный / с томатом**					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
63	**Капуста тушеная**					150	180
	Капуста белокочанная свежая	215	172	248	198		
	Масло растительное	5	5	6	6		
	Морковь	11	3	13	10		
	Лук репчатый	14	5	17	13		
	Томатное пюре	5	5	9	6		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
11	**Компот из сухофруктов**					150	180
	сухофрукты	16,875	42,18	20,625	51,56		
	Сахар	11	11	13	13		
76	**Хлеб пшеничный**	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	**Хлеб ржаной**	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
82	**Пирожок с повидлом**					40	40
	Мука пшеничная	22	22	22	22		
	Сахар	2	2	2	2		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,1 шт.	4		
	Дрожжи	0,6	0,6	0,6	0,6		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	повидло	15	15	15	15		
9	**Кефир**					150	160
	Кефир	155	150	185	180		

День: понедельник Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
42/43	**Макароны отварные с сыром /с сосиской**					120	120/ 51,75
	Макаронные изделия	32	32	43	43		
	Масло сливочное	3	3	3	3		
	Сыр	10,75	10	-	-		
51	Сосиски	-	-	52,5	51,75		
4	**Чай**					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
1	**Бутерброд с маслом**					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
75	**соки овощные, фруктовые**	150	150	150	150	150	150
	ОБЕД						
19	**Салат из свеклы**					45	60
	Свекла	54	43	72	57		
	Масло растительное	3	3	4	4		
26	**Суп картофельный с бобовыми**					200	250
	Картофель 25/30/35/40 %	60/64/71/75	45	67/71/77/83	50		
	Фасоль, или горох лущеный	16	16	18	18		
	Морковь	13	10	16	13		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
58	**Голубцы ленивые**					170	200
	Капуста свежая белокочанная	130	104	152	122		
	Говядина (котлетная масса)	89	81	97	88		
	Крупа рисовая	7	7	8	8		
	Лук репчатый	18	14	23	18		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Яйца	0,06	2,4	0,07	2,8		
67/68	**Соус сметанный / с томатом**					20	40
	Сметана	5,5	5,5	9,5	9,5		
	Мука пшеничная	1,5	1,5	2	2		
	Томатное пюре	-	-	4	4		
10	**Компот из свежих фруктов**					150	180
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
76	**Хлеб пшеничный**	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	**Хлеб ржаной**	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
72	**Булочка российская**					35	40
	Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	20	20	23	23		
	Сахар	6	6	7	7		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
	Дрожжи	0,4	0,4	0,6	0,6		
	молоко	4	4	5	5		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
8	**Молоко кипяченое**					150	160
	молоко	158	150	168	160		

День: вторник Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
36	**Каша пшенная молочная**					**130**	**200**
	Крупа пшенная	**18**	18	**25**	25		
	Молоко	**126**	126	**164**	164		
	Масло сливочное	**4**	4	**4**	4		
	Сахар	**3**	3	**5**	5		
6	**Кофейный напиток с молоком**					**150**	**180**
	Кофейный напиток	**2,5**	2,5	**3**	3		
	Сахар	**7**	7	**10**	10		
	молоко	**130**	130	**155**	155		
78	**Бутерброд с повидлом**					**30/15**	**40/15**
	Масло сливочное	**5**	5	**5**	5		
	Повидло	**15**	15	**15**	15		
	Хлеб пшеничный	**25**	25	**35**	35		
73	**Свежие фрукты**	**102**	90	**102**	90	**90**	**90**
	ОБЕД						
14	**Салат из солёных огурцов**					**45**	**60**
	Огурцы солёные	**50**	40	**68**	53		
	Лук	**9**	7	**13**	10		
	Масло растительное	**2**	2	**3**	3		
29	**Суп с рыбными фрикадельками**					**200**	**250**
	Минтай	**31**	28	**40,5**	37,5		
	Картофель 25/30/35/40 %	**103/111/119/128**	77	**113/121/131/142**	85		
	Морковь	**10**	8	**13**	10		
	Лук репчатый	**18**	14	**19**	15		
	Томатное пюре	**-**	-	**3**	3		
	Зелень	**1**	0,75	**2**	1,5		
	яйцо	**0,03**	**1,2**	**0,04**	**1,6**		
	Масло растительное	**3**	3	**4**	4		
52	**Жаркое по-домашнему**					**150**	**200**
	Говядина	**70**	64	**76**	71		
	Картофель 25/30/35/40 %	**154/164/177/191**	115	**175/187/201/218**	131		
	Лук	**12**	10	**14**	11		
	Масло сливочное	**4**	4	**6**	**6**		
	Томат	**-**	-	**8**	8		
12	**Кисель из сока**					**150**	**180**
	Сок натуральный	**50**	50	**50**	50		
	Сахар	**10**	10	**12**	12		
	Крахмал картофельный	**4,6**	**4,6**	**7**	**7**		
76	**Хлеб пшеничный**	**17,8**	19	**22,3**	22,3	**47,8**	**59,8**
77	**Хлеб ржаной**	**30**	30	**37,5**	37,5		
	ПОЛДНИК						
47	**Запеканка из творога с морковью**					**100**	**120**
	Творог	**60**	60	**73**	73		
	Крупа манная	**5**	5	**6**	6		
	Сахар	**5**	5	**6**	6		
	Яйца	**0,1 шт.**	4	**0,11 шт.**	4,4		
	Сметана	**4**	4	**5**	5		
	Масло сливочное	**2**	2	**3**	3		
	Масло растительное для смазки листов	**1**	1	**1**	1		
	Молоко	**18**	18	**20**	20		
	Морковь	**23**	18	**30**	24		
65	**Соус молочный (сладкий)**					**10**	**20**
	Молоко	**5**	5	**10**	10		
	Масло сливочное	**1**	1	**1,5**	1,5		
	Мука пшеничная	**1**	1	**2**	2		
	Сахар	**1**	1	**2**	2		
4	**Чай с сахаром**	**0,416**	0,416	**0,5**	0,5	**150**	**180**
	сахар	**7**	7	**10**	10		

День: среда Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
44	**Омлет с зелёным горошком**					**80**	**100**
	Яйца	**1**	40	**1,25**	50		
	Молоко	**35**	35	**38**	38		
	Масло сливочное	**1**	1	**2**	2		
	Горошек зелёный	**13**	10	**21**	17		
5	**Чай с молоком**					**150**	**180**
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	**0,416**	0,416	**0,5**	0,5		
	сахар	7	7	**10**	10		
	молоко	**124**	124	**149**	149		
1	**Бутерброд с маслом**					**30**	**40**
	Масло сливочное	**5**	5	**5**	5		
	Хлеб пшеничный	**25**	25	**35**	35		
75	**соки овощные, фруктовые**	**150**	**150**	**150**	**150**	**150**	**150**
	ОБЕД						
18	**Салат из капусты**					**45**	**60**
	Капуста белокочанная	**49**	39	**65**	52		
	Лук зелёный	**7**	5	**8**	6		
	Морковь	**7**	5	**8**	6		
	Сахар	**1**	1	**2**	2		
	Масло растительное	**3**	3	**4**	4		
31	**Суп картофельный с клецками**					**200**	**250**
	Мука пшеничная	**7**	7	**8**	8		
	Яйца	**0,05 шт.**	2	**0,06 шт.**	2,4		
	Вода или молоко	**10**	10	**12**	12		
	Картофель 25/30/35/40 %	**60/64/69/75**	45	**66/73/77/83**	50		
	Морковь	**10**	8	**13**	10		
	Лук репчатый	**10**	8	**13**	10		
	Зелень	**1**	0,75	**2**	1,5		
	Масло сливочное	**1**	1	**2**	2		
	Масло растительное	**1**	1	**1**	1		
59	**Плов из птицы**					**120**	**180**
	птица	**52**	46	**61**	55		
	Масло сливочное	**4**	4	**5,5**	5,5		
	рис	**31**	31	**52**	52		
	Лук	**10**	8	**13**	10		
	морковь	**19**	15	**23**	18		
11	**Компот из сухофруктов**					**150**	**180**
	сухофрукты	**16,875**	42,18	**20,625**	51,56		
	Сахар	**11**	11	**13**	13		
76	**Хлеб пшеничный**	**17,8**	19	**22,3**	22,3	**47,8**	**59,8**
77	**Хлеб ржаной**	**30**	30	**37,5**	37,5		
	ПОЛДНИК						
49	**Яблоки, фаршированные с морковью**					**70**	**70**
	Яблоки	**79**	70	**79**	70		
	Морковь	**9**	7	**9**	7		
	Сахар	**3**	3	**3**	3		
	Сметана	**5**	5	**5**	5		
	пряник	**22,5**	22,5	**30**	30	**22,5**	**30**
9	**Кефир**					**150**	**180**
	Кефир	**155**	150	**185**	180		

День: четверг Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
35	**Каша молочная овсяная**	18	18	25	25	130	200
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
7	**Какао с молоком**	1,875	1,875	2,25	2,25	150	180
	Сахар	8	8	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	печенье	-	-	30	30	-	30
1	**Бутерброд с маслом**					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	**Свежие фрукты**	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
17	**Салат из кукурузы**					45	60
	Кукуруза консервированная	54	43	74	57		
	Масло растительное	2	2	3	3		
21	**Борщ с мясом**					200	250
	Говядина	22	20	27,75	25		
	Свекла	40	32	50	40		
	Капуста свежая	28	22	31	25		
	Лук репчатый	7	5	10	8		
	Морковь	15	12	20	16		
	Картофель 25/30/35/40 %	53/58/62/67	40	60/64/69/75	45		
	Томатное пюре	3	3	4	4		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
50	**Биточки рыбные с овощами**					70	80
	минтай	51	47	62	59		
	Морковь	7	5	9	7		
	яйцо	0,05	2	0,06	2,4		
	Масло растительное	2	2	3	3		
	капуста	7	5	9	7		
67/68	**Соус сметанный / с томатом**					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
60	**Пюре картофельное**					120	140
	Картофель 25/30/35/40 %	139/149/160/173	104	164/174/187/203	122		
	Молоко	20	20	24	24		
	Масло сливочное	3	3	5	5		
11	**Компот из сухофруктов**					150	180
	сухофрукты	16,875	42,18	20,625	51,56		
	Сахар	11	11	13	13		
76	**Хлеб пшеничный**	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	**Хлеб ржаной**	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
48	**Сырники из творога**					70	90
	Творог	70	70	90	90		
	Мука	10	10	15	15		
	Сахар	3	3	3	3		
	Яйца	0,15	6	0,2	8		
	Масло растительное	2	2	3	3		
66	**Кисель молочный**					20	25
	Молоко	14	14	18	18		
	крахмал	1,2	1,2	1,5	1,5		
	Сахар	1	1	2	2		
4	**Чай с сахаром**	0,416	0,416	0,5	0,5	150	[illegible]
	сахар	7	7	10	10		

День: пятница Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
39	**Каша манная молочная**					130	200
	Крупа манная	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
4	**Чай с молоком**					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5		
	сахар	7	7	10	10		
2	**Бутерброд с сыром**					30/10	40/15
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
75	**соки овощные, фруктовые**	150	150	150	150	150	150
	ОБЕД						
13	**Салат из лука**					45	60
	Лук	54	43	71	57		
	Масло растительное	2	2	3	3		
33	**Суп-лапша домашняя**					200	250
	Мука пшеничная	15	15	18	18		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,11 шт.	4,4		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Картофель 25/30/35/40 %	26/29/31/33	20	33/35/38/42	25		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
53	**Суфле из отварного мяса с рисом**					70	70
	Говядина	87	79	87	79		
	Яйца	0,21 шт.	8,4	0,21 шт.	8,4		
	Крупа рисовая	6	6	6	6		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
62	**Пюре из свеклы**					150	180
	свекла	204	163	245	195		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
	сахар	1	1	1	1		
10	**Компот из свежих фруктов**					150	180
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
76	**Хлеб пшеничный**	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	**Хлеб ржаной**	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
71	**Булочка школьная**					35	40
	Мука пшеничная 1-го сорта	27	27	30	30		
	Сахар	2	2	3	3		
	Масло сливочное	1	1	1	1		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	Дрожжи	0,45	0,45	0,67	0,67		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
9	**Кефир**					150	180
	Кефир	155	150	185	180		

Объемы порций

Блюдо	Масса порций, грамм			
	от 1 года до 3 лет	3 - 7 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	130 - 150	150 - 200	150 - 200	200 - 250
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	30 - 40	50 - 60	60 - 100	100 - 150
Первое блюдо	150 - 180	180 - 200	200 - 250	250 - 300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	50 - 60	70 - 80	90 - 120	100 - 120
Гарнир	110 - 120	130 - 150	150 - 200	180 - 230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	150 - 180	180 - 200	180 - 200	180 - 200
Фрукты	95	100	100	100

Минимальные суммарные объемы блюд по приемам пищи

Показатели	Минимальные суммарные объемы блюд по приемам пищи, грамм			
	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 7 до 12 лет	12 лет и старше
Завтрак	350	400	500	550
Второй завтрак	100	100	200	200
Обед	450	600	700	800
Полдник	200	250	300	350
Ужин	400	450	500	600
Второй ужин	100	150	200	200

«Объемы порций и каждого приема пищи»
© Материал из Справочной системы «Образование».
Подробнее: https://vip.1obraz.ru/#/document/117/56036/dfas0yryd2/?of=copy-c55d933a94