

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНАЕ  
9 января  
1 неделя 1 день

Примечание	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры	
		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр.	сад вес в гр.		
				ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.				
<b>ЗАВТРАК</b>													
	Каша рисовая с яблоками и курагой	150	200	4,4	7,1	5,4	7,5	15,5	29,5	139,6	211,3	106	
	Какао с молоком (на половинном)	150	200	1	1,5	1,2	1,8	15,1	17,7	61	67,3	382	
	Бутерброд с сыром	20	30	3	2,2	2,7	3	9,9	29,5	79,4	211,3	3	
<i>Итого за завтраком</i>				8,4	10,8	9,3	12,3	40,5	52,2	280	360	0	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>													
	яблоко	95	100	0,4	0,4	0,3	0,3	9,8	10,3	44,7	46,9		
<i>Итого за вторым завтраком</i>													
<b>ОБЕД</b>													
	Борщ с фасолью и картофелем	150	190	2,7	4,1	5,4	5,7	7,2	21,6	92,7	153,5	134	
	Биточки из кур с соусом	80	90	6	8,3	5,3	8,8	9,5	11,4	127,7	126	417	
	Рагу из овощей	110	130	2,1	4,1	5,4	4,2	16,5	22,4	105,7	104,2	143	
	Салат из моркови и яблок	30	50	0,2	0,3	1,6	2,6	2,5	4,1	25,3	42,3	40	
	Кисель из яблок		180		0,1		0,1			16,4		67,7	352
	Хлеб пшеничный	20	30		2,2		0,2			14,6		68,9	114
	Хлеб ржаной	20	30		2		0,3			12,7		61,2	114
	чай	150		0,8		0,2		14,7		66,9		537	
<i>Итого за обедом</i>					21,1		21,9		103,2		623,8		
<b>ПОЛДНИК</b>													
	Омлет с мясом		140	130	4,9	6,1	7,1	6,5	6,3	13,9	191,5	314	
	Салат из кукурузы консервированной	30	60	8	1,4	2,1	3,1	4,5	8,9	35,1	61,5	12	
	Хлеб ржаной	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	8,5	8,5	40,8	40,8	115	
	Чай с сахаром	180	180	0,2	0,2	0	0	6,2	6,2	26,2	26,4	377	
<i>Итого за полдником</i>				8,5	7,8	7,6	10,4	33,3	29,9	220,5	320,2		
<b>ВТОРОЙ ЗА ДЕНЬ:</b>													
				31,9	40,1	35,4	44,9	152,2	195,6	1050	1350,9		

Медицинская сестра  Л. И. Шкуренко



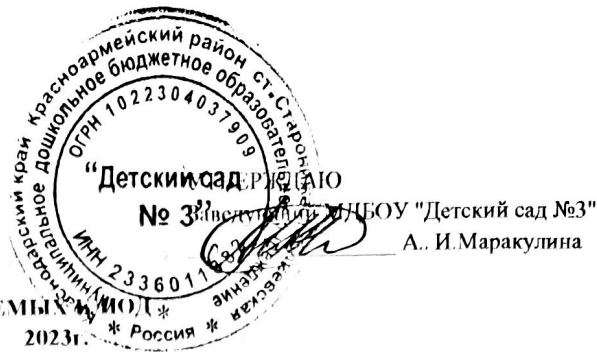
МДОБУ "Детский сад №3"  
Маракулина А.И.

МЕНЮ ПРИГОТОВИВАЕМЫХ БЛЮД

10 января 2023г. 1 неделя 2 день

Примечание	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли вес в гр	сад вес в гр	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр	сад вес в гр	
				ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр			
<b>ЗАВТРАК</b>												
	мармелад облепиховый витамины	20	30	0,1	1,7	0	0	8,8	22	60,8	96,9	4
	Углеводный напиток с молоком	180	200	0,9	0,9	1,1	1,1	11,2	11,2	49	49	379
	каше жидкая молочная с сахарозаменителем	130	200	5,9	6,8	8,2	10,8	10,5	9,3	124,5	168,2	271
	Чай молочный	20	20	1,5	1,5	0,1	0,1	9,7	9,7	46	46	114
<i>Итого по завтраку</i>					10,9		12		52,2		360	
<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>	кофея	180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	435
<b>ОБЕД</b>												
	Суп картофельный с мясом фрикадельками	190	220	3,3	4,2	6,4	4,8	17,5	10,4	132	106,9	104
	Салат овощной по строгановски	60	75	4,2	4,9	2,8	5,9	1	5,5	93,5	94,9	403
	Вареное яйцо	30	55	0,7	1,2	1,1	2,7	5,6	9,1	39,1	64,7	54
	Макаронные изделия отваренные с маслом	110	150	3,7	4,6	5,4	7,3	20,9	29,5	108	196,3	203
	Компот из смеси сублиматов	150	180	0	0	0	0	7,8	9,3	30,9	37,2	537
	Чай молочный	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	Чай молочный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
<i>Итого по обеду</i>				14,7	19,1	16	21,2	71	91,1	490,3	630,1	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Молочная овсянка с ягодами	130	150	4,5	6,3	6,7	8,6	4,5	9	93,6	138,6	240
	Суп мясной фруктовый	150	180	0,5	0,5	0,2	0,2	18	21,6	75,6	90,6	537
	Чай фруктовый	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	8,5	8,5	40,8	40,8	115
<i>Итого по полднику</i>				6,3	8,1	7,1	9	31	39,1	210	270	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>				31,5	40,8	34,8	45,2	152,4	195,5	1051	1350	

Медицинская сестра  Л.И. Шауренко



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМОЙ ПОД**

на **11 января** 2023г.

**1 неделя 3 день**

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецепту ры
		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	
				ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.			
<b>ЗАВТРАК</b>												
	омлет сыром	150	150	6,5	8,5	4,7	4	9,2	24,7	141	179	315
	Икра кабачковая	30	50	0,6	1	2,7	4	8,6	17,8	47,2	74,6	3
	Финт чай	180	180	0	0	0	0	4,9	4,9	19,4	19,4	688
	бутерброд с маслом	20	20	1,1	1,1	2	4	8,5	3,5	65	80	1
<i>Итого за завтрак</i>				8,2	10,6	9,4	12	31,2	50,9	273,2	353	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
	ряженка	180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	435
<i>Итого за второй завтрак</i>		180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	
<b>ОБЕД</b>												
	Рассольник Ленинградский	180	200	3,7	3,7	5,4	5,1	17,6	8,4	113,3	135,5	96
	Салат из б.к. капусты	30	50	0,4	0,6	1,5	2,5	1,8	3	23,4	38,9	46
	Орикадельки рыбные с соусом	80	90	5,7	7,3	7,4	7,7	9,8	14	121	140,9	353
	Картофель отварной	120	130	2,5	2,9	1,4	5,1	20,3	19	106,8	141,7	310
	Компот из яблок с лимоном	150		0,1	0	0,1	0	10,7		50		528
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
	хлеб ржаной	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	напиток витаминизированный		180		21		0		0		50	6
<i>Итого за обед</i>				15,2	18,7	16,1	20,9	78,4	92,7	497,4	637,1	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Ватрушка с творогом	130	130	4,1	5,9	5,3	7,2	23,7	30,5	150,4	210,1	695
	чай с молоком	180	180	2,2	2,2	1,8	1,8	8,6	8,6	59,7	59,9	378
<i>Итого за полдник</i>				6,3	8,1	7,1	9	32,3	39,1	210,1	270	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>												
				31,8	40,1	34,9	44,9	152,1	195,8	1051	1351	

Медицинская сестра

Л.И.Шкуренко



МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД  
 12 января

1 неделя 4 день

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	
				ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.			
<b>ЗАВТРАК</b>												
	Каша янтарная	150	200	4,6	5,9	7,5	7,1	6,4	19,8	120,7	165,8	275
	Булочка с сыром	20	30	3	2,2	2,7	3	9,9	5	79,4	81,4	3
	какао с молоком	180	200	1	1,5	2,2	1,8	15,1	17,7	61	67,3	382
	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	1,5	0,1	0,1	9,7	9,7	46	46	114
	<i>Итого за завтрак</i>			10,1	11,1	11,5	12	41,1	52,2	307,1	360	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
	яблоко	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,2	44,3	10
	<i>Итого за второй завтрак</i>	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,2	44,3	
<b>ОБЕД</b>												
	Суп с макаронами и картофелем	150	200	3,8	4,4	5,1	6,6	15,8	15,1	99,2	113	112
	Котлета мясная соусом	80	90	6,4	9,6	6,1	10,9	8	15,2	115,2	201,8	386
	Капуста тушеная	120	150	1,4	2,1	4,7	5,2	15,4	19,6	129,2	156,3	139
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2	0,1	0,3	9,7	12,7	46	61,2	114
	Хлеб особый	20	30	1,3	2,2	0,2	0,2	8,5	14,6	40,8	68,9	115
	Кисель из плодов свежих	150	180	0,1	0,1	0,1	0,1	13,7	16,4	56,4	67,7	352
	огурец соленый	30	50	0,2	0,4	0	0,1	0,5	0,9	3,9	6,5	5
	<i>Итого за обед</i>			14,7	20,8	16,3	23,4	71,6	94,5	490,7	675,4	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Рагу из овощей	110	130	4,9	6,7	6,9	8,8	15,9	24,6	145	204,8	143
	Чай с сахаром	180	180	0,1	0,1	0	0	6	6	24,2	24,4	430
	Хлеб ржаной	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	8,5	8,5	40,8	40,8	115
	<i>Итого за полдник</i>			6,3	8,1	7,1	9	30,4	39,1	210	270	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>												
				31,5	40,4	35,3	44,8	152,4	195,6	1050	1350	

Медицинская сестра

*А*

Л.И.Шкуренко



ОУ "Детский сад №3"  
Аракулина А И

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ**  
**13 января**  
1 неделя 5 день.

Примечание	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества * Россия *						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли вес в гр	сад вес в гр	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр	сад вес в гр	
				ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр			
<b>ЗАВТРАК</b>												
	Зефир	20	40	0,2	0,3	0	0	14,2	19,4	61,2	74,8	2
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	160	7,3	9,6	8,3	10,9	15,2	21,6	169,8	236,2	224
	Кофейный напиток с молоком	180	200	0,9	0,9	1,1	11,2	11,2	11,2	49	49	379
	<i>Итого за завтрак</i>			8,4	10,8	9,4	12	40,6	52,2	280	360	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
	кефир	180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	435
	<i>Итого за второй завтрак</i>											
<b>ОБЕД</b>												
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	240	4,8	7,7	1,8	2,2	8,6	12,7	95	118,4	106
	Голубцы ленивые со сметанным соусом	160	200	6,2	5,7	12,4	15,8	30,2	34,7	235,7	281,2	298
	Салат из горошка зеленого консервированного	30	50	0,9	1,4	1,9	0,06	2,9	2,9	27,2	45	10
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
	Хлеб особый	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	Кисель из кураги	150	180	0	0	0	0	11,6	13,9	46,1	55,4	355
	<i>Итого за обед</i>			14,7	19	16,4	21,6	70,3	91,5	490	630	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Картофельные оладьи с сыром и соусом	130	130	5,4	6,8	6,9	8,8	11	16	122,4	165,2	150
	Сок апельсиновый	150	180	1,1	1,3	0,2	0,2	19,2	23,1	87,3	104,8	537
	<i>Итого за полдник</i>	280	310	6,5	8,1	7,1	9	30,2	39,1	209,7	270	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>												
				31,7	40,6	35,2	45,6	151,3	195,9	1050,5	1350,3	

Медицинская сестра

*А* ЛИШкуренко



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕННОЕ  
на 16 января  
2 недели 6 день

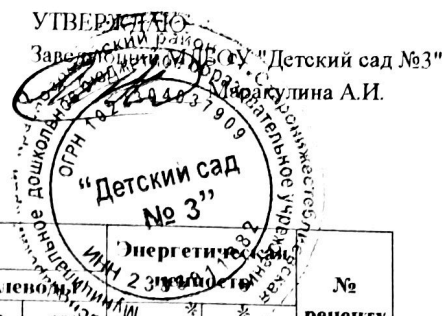
ООО "Детский сад №3"  
Маракулина А.И.

Принем пищи	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая		№ рецептуры
		ясли вес в гр	сад вес в гр	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр	сад вес в гр	
				ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр			
<b>ЗАВТРАК</b>												
	Каша манная молочная жидкая	150	200	5,1	7,3	5,6	8	23,5	32	155	234	189
	Чай с молоком	180	200	2,2	2,4	1,8	2	8,6	11,5	59,7	61,5	378
	бутерброд с маслом	20	20	1,1	1,1	2	2	8,5	8,5	65	65	1
<i>Итого за завтрак</i>				8,4	10,8	9,4	12	40,6	52,2	280	360	
<b>ОБЕД</b>												
	ряженка	180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	435
	Суп картофельный с клецками	150/40	180/45	4,3	2,9	3,3	4,2	11	23	143	112	108
	Плов из птицы	160	200	6,3	9,7	11,5	13,7	28,2	25	177	284	411
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	30	50	1,1	1,8	1,8	3	2,3	3,8	29,8	49,7	50
	Компот из яблок с лимоном	180	180	0,3	0,3	0,2	0,2	12,3	0,05	53,5	53,5	528
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68	114
	Хлеб особый	20	30	1,3	2	0,3	0,2	8,5	12,7	40,8	61,2	115
<i>Итого за обед</i>				14,8	18,9	17,1	21,6	72	91,4	490	629	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Чай с лимоном	150	190	0,2	0,2	0	0	6,2	6,5	26,2	27,6	377
	Пирожок печеный со свежими яблоками	60	60	6,1	7,9	7,1	9	24,2	27,6	184	242	562
<i>Итого за полдник</i>				6,3	8,1	7,1	9	30,4	39,1	210	270	
<b>ИТОГ О ЗА ДЕНЬ:</b>				31,6	40,5	35,9	45,6	153	196	1050	1350	

Медицинская сестра

Л.И. Шкуренко





**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**  
на 17 января 2023г.  
2 неделя 7 день.

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества								№ рецепту ры
		яели вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность		
				яели вес в гр.	сад вес в гр.	яели вес в гр.	сад вес в гр.	яели вес в гр.	сад вес в гр.	яели вес в гр.	сад вес в гр.	
<b>ЗАВТРАК</b>												
	Каша овсяная жидкая из Геркулеса	150	180	4,5	7,2	5,4	9,1	15,5	26	139,6	207	182
	Какао с молоком	180	200	1	1,5	1,2	1,8	15,1	17,7	61	67,3	382
	Бутерброд с сыром	20	30	3	2,2	2,7	3	9,9	5	79,4	81,4	3
<i>Итого за завтрак</i>				8,5	10,9	9,3	13,9	40,5	48,7	280	355,7	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
	груша	95	100	0,4	0,4	0,3	0,3	9,8	10,3	44,7	46,6	1
<i>Итого за 2ой завтрак</i>		95	100	0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	44,7	46,6	
<b>ОБЕД</b>												
	Щи из свежей капусты с картофелем	170	180	1,3	1,3	4,4	3,8	5,1	13,2	65,2	64,7	88
	Рыба тушеная в томате с овощами	60	70	8	9	6,4	8,6	21,7	8,8	158	111,9	349
	Картофельное пюре	110	130	1,7	2,3	3,8	4,6	12,9	13,4	110,5	164,6	434
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
	Хлеб особый	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	икра свекольная	30	55	0,7	1	1,5	2,5	5,5	9,3	38,8	64,6	50
	кампот из сухофруктов	150	180	0	0,9	0	0	7,8	9,6	30,9	68,9	527
	Сок виноградный		180		0,9			7,8				537
<i>Итого за обед</i>				14,5	18,7	16,4	20	71,2	94,2	490,2	631,9	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Омлет с зеленым горошком	130	150	6,3	8,7	8,8	11,6	2	14	120	189,9	308
	Сок виноградный	150		0,3		0,5		21,8		81		537
	Напиток Витаминизированный		200						19		80	5
	Хлеб пшеничный	15	20	1,1	1,5	0,1	0,1	7,3	9,7	34,4	46	114
<i>Итого за полдник</i>				7,9	10,2	9,2	11,7	31,1	42,7	235,4	315,9	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>												
				31,3	40,2	35,2	45,9	152,6	195,9	1050,30	1350,40	

Медицинская сестра

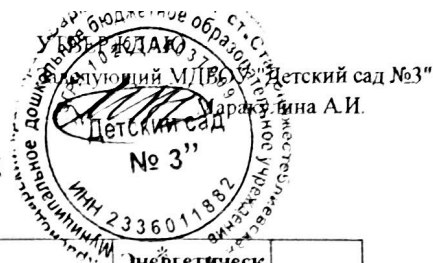
Л.И.Шкуренко

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

18 января

2023 год.

2 недели 8 дней.

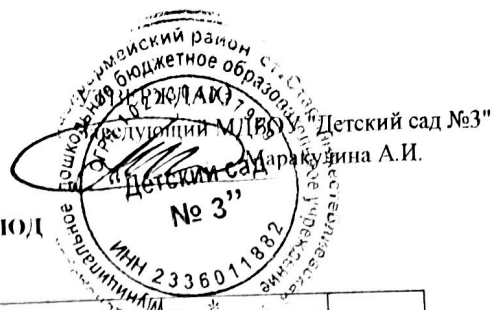


Примечание	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества								Энергетическая ценность	№ рецептуры
		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр.	сад вес в гр.		
				ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.				
ЗАВТРАК	Печенье	20	30	1,5	2,6	2	3,2	9,9	21,5	59,4		6	
	Каша рисовая молочная	130	200	4,5	6	6,2	7,9	9,8	9,8	125,6	146	274	
	Кофейный напиток с молоком на половине молока	180	200	0,9	0,9	1,1	1,1	11,2	11,2	49	49	379	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	1,5	0,1	0,1	9,7	9,7	46	46	114	
<i>Итого за завтрак</i>				8,4	11	9,4	12,3	40,6	52,2	280	360,3		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
	Кефир	180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	435	
<i>Итого за второй завтрак</i>													
ОБЕД													
	Суп гороховый	150	180	3,3	4,6	6,4	9,4	13,2	10,5	115	147,4	149	
	Оладьи из печени с соусом	80	90	5,8	5,1	7,6	6,5	4,5	10,3	107,3	134,4	404	
	Салат из моркови с изюмом	30	50	0,4	0,6	0	0	4,8	7,9	21,6	36,2	66	
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114	
	Хлеб особый	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115	
	Кисель из яблок	150	180	0,1	0,1	0,1	0,1	14	16,4	57,5	67,7	352	
	Запеканка картофельная с овощами	110	130	2,3	3,8	2,6	4,5	18	18,9	102	113,5	161	
<i>Итого за обед</i>				14,7	18,4	17	21	72,7	91,3	490,4	629		
ПОЛДНИК													
	Булочка с повидлом обсыпанная	50	70	3,2	3,2	2,8	4,4	20,2	29	110,9	165,6	425	
	молоко кипяченое	180	180	3,1	5	3,7	4,6	8,2	10,2	99,1	104,8	534	
<i>Итого за полдник</i>				6,3	8,2	6,5	9	28,4	39,2	210	270,4		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				31,5	40,3	35,2	45,3	151,9	195,8	1050	1350		

Медицинская сестра

Л.И. Шкurenko



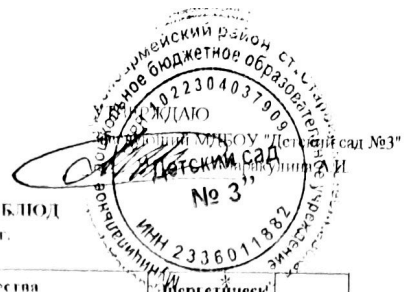


**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**  
на 19 января 2023г.  
2 неделя 9 день

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	Белки		Жиры		Углеводы		ясли вес в гр.	сад вес в гр.	
				ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.	ясли вес в гр.	сад вес в гр.			
<b>ЗАВТРАК</b>												
	Зразы творожные с изюмом	130	180	6,5	9,6	6,4	8	21,8	41,9	155	250,7	330
	Чай	190	200	0,2	0,2	0	0	6,3	6,9	27,5	29,3	377
	Булочка с маслом	30	20	1,7	1,1	3	4	12,8	3,5	97,5	80	1
	<i>Итого за завтрак</i>			8,4	10,9	9,4	12	40,9	52,3	280	360	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>												
	Ряженка	180	190	2,1	2,7	2,3	3	10,2	13,1	70	90	
<b>ОБЕД</b>												
	Свекольник со сметаной	180	180	4,1	1,6	4,8	3,9	15,9	9,7	109	124,6	136
	Картофельная запеканка мясом и соусом	180	220	6,8	11,1	7,2	11,8	22,7	39,9	195,7	265	382
	Хлеб пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
	Хлеб Особый	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	Салат из капусты с морковью	40	50	7	0,9	3,9	4,9	1,9	2,2	45,4	56,8	2
	Компот из яблок с лимоном	180	180	0,3	0,3	0,3	0,2	12,3	12,3	53,5	53,5	528
	<i>Итого за обед</i>			14,7	18,1	16,4	21,3	71	91,4	490,4	630	
<b>ПОЛДНИК</b>												
	Икра свекольная	30	50	0,7	1,2	2,2	3,7	3,6	6,2	38,1	63,1	54
	Рулет из рыбы	60	80	4,2	5,5	4,7	5,1	12,3	18,4	106,9	141,7	356
	Чай с сахаром	180	180	0,1	0,1	0	0	6	6	24,2	24,4	430
	Хлеб особый	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	8,5	8,5	40,8	40,8	115
	<i>Итого за полдник</i>			6,3	8,1	7,1	9	30,4	39,1	210	270	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>												
				31,5	39,8	35,2	45,3	152,5	195,9	1050	1350	

Медицинская сестра

Л.И.Шкуренко



**МЕНО ПРИ ОТВЕТСТВЕННЫХ БЛОД**  
 20 января 2023г.  
 2 недели 10 день

Примечание	Наименование блюда	вес блока		Пищевые вещества								№ рецептуры
		ясли вес в гр	сад вес в гр	Белки		Жиры		Углеводы		Витаминная ценность		
				ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр	ясли вес в гр	сад вес в гр	
ТАВТРАК	Пирожок	20	30	1,2	1,8	0,9	1,4	9	12,2	59,3	74,3	79
	Каша Дружба	150	200	5,4	5,2	5,5	8	20,6	22,8	140	177,7	190
	Чай с молоком	180	200	2,2	2,4	1,8	2	8,6	9,5	59,7	66,5	378
	Батон вил хлеб Пшеничный	20	20	1,5	1,5	0,1	0,1	9,7	9,7	46	46	114
Меню за завтраком				10,3	10,9	8,3	11,5	47,9	54,2	305	364,5	
ТАВТРАК	Яблоко	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,3	9,8	42,2	44,3	10
Меню за завтраком												
ТАВТРАК	Суп фасолевый	150	180	5,3	6,1	2,8	3	8,5	81,1	81,1	140,1	150
	Суп из овощей	60	70	4,9	9,2	6,2	11,1	2,1	9,5	90	171	246/373
	Макаронные отварные с овощами	110	150	0,8	1	5,2	7,2	16,2	17,8	62,6	145,1	300
	Компот из смеси сухофруктов		180		0	0	0		9,3		37,2	527
	Хлеб Пшеничный	20	30	1,5	2,2	0,1	0,2	9,7	14,6	46	68,9	114
	Хлеб Облепиховый	20	30	1,3	2	0,2	0,3	8,5	12,7	40,8	61,2	115
	Салат из свеклы с желтым горошком	40	50	0,6	0,8	1,6	2	3,3	9	30,8	48,5	53
Меню за обедом				14,9	21,3	16,1	23,8	65,4	93,1	450,2	672	537
ТАВТРАК	Сырок из печени	50	70	4	5,3	8,7	6,3	11,6	3,1	158	105,4	
	Салат из капусты с желтым горошком	30	50	0,6	1	1,5	2,5	1,7	2,7	23,2	38,7	
	Хлеб Облепиховый	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	8,5	8,5	40,8	40,8	115
	Суп перловый		180		0,5		0		24,4		85,1	537
	Компот из смеси сухофруктов	150			0			7,8		30,9		527
Меню за обедом				5,9	8,1	10,4	9	29,6	38,7	252,9	270	
ТАВТРАК				31,5	40,7	35,2	44,7	152,2	195,8	1050,3	1350,8	