

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 6,0 | 8,1 | 29,7 | 215,1 |
| КРУПА МАННАЯ | 30,7 | 30,7 | 3,1 | 0,3 | 21 | 98,0 |
| вода питьевая | 66,7 шт. | 66,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,3 | 101,3 | 2,8 | 2,4 | 4,8 | 53,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,8 шт. | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| масло крестьянское 72.5 % | 6,7 | 6,7 | 0 | 5,3 | 0,1 | 48,6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 17,7 | 71,1 |
| САХАР ПЕСОК | 18 | 18 | 0 | 0 | 17,5 | 69,6 |
| ЧАЙ шт | 0,6 шт. | 0,6 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 20 | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 |
|  | **7,7** | **18,4** | **62,4** | **444,4** |
| **II Завтрак** |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43,0 |
| сок яблочный шт | 0 шт. | 100 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **0,5** | **0,1** | **9,9** | **43,0** |
| **Обед** |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ ИГОВЯДИНОЙ | 185/15 | 8,0 | 7,4 | 18,1 | 172,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 128,62 | 83,6 | 1,6 | 0,3 | 13,2 | 62,5 |
| МОРКОВЬ | 8,27 | 6,2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,3 | 6,2 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 |
| масло крестьянское 72.5 % | 2,2 | 2,2 | 0 | 1,7 | 0 | 16,0 |
| вода питьевая | 0 шт. | 133,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5,7 | 5,7 | 0,6 | 0,1 | 3,9 | 18,4 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,4 |
| вода питьевая | 0 шт. | 9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 32,9 | 29,6 | 5,3 | 4,6 | 0 | 62,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3 | 3 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 6,0 |
| ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | 200 | 20,2 | 27,3 | 38,7 | 481,8 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 92,3 | 83,1 | 15 | 12,9 | 0 | 175,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 50 | 50 | 3,4 | 0,5 | 35,9 | 161,5 |
| МОРКОВЬ | 53,33 | 40 | 0,5 | 0 | 2,7 | 13,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15,1 | 13,1 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 15,1 | 15,1 | 0 | 14,6 | 0 | 131,6 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 180 |  |  | 25,4 | 101,5 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТРШТ | 21,6 шт. | 21,6 | 0 | 0 | 16,7 | 66,7 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| вода питьевая | 171 шт. | 171 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **30,2** | **35,0** | **94,9** | **817,0** |
| **Полдник** |
| ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА СПОВИДЛО | 60 | 5,0 | 7,1 | 28,8 | 172,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 32,4 | 32,4 | 3,4 | 0,4 | 21,9 | 105,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2,2 | 2,2 | 0 | 0 | 2,1 | 8,5 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3,2 | 3,2 | 0 | 2,5 | 0 | 23,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,08 шт. | 3,2 | 0,4 | 0,4 | 0 | 4,9 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,4 шт. | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ ШТ | 1 шт. | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| вода питьевая | 8,8 шт. | 8,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,4 | 1,4 | 0,2 | 0 | 1 | 4,6 |
| ПОВИДЛО ШТ | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0,7 | 2,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1,21 | 0,2 | 0,1 | 0 | 1,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| ДРОЖЖИ ШТ | 1 шт. | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| ВАНИЛИН ШТ | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 12,8 | 51,5 |
| САХАР ПЕСОК | 13 | 13 | 0 | 0 | 12,6 | 50,3 |
| ЧАЙ шт | 0 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
|  | **5,1** | **7,1** | **41,6** | **224,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **43,5** | **60,6** | **208,8** | **1 528,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,8 | 6,4 | 9,5 | 108,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,4 |
| вода питьевая | 0 шт. | 84 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Вермишель | 20 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,6 | 3,0 | 15,0 | 101,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 2 шт. | 2 | 0,5 | 0,3 | 0,2 | 5,6 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | 5,1 | 57,6 |
| вода питьевая | 80 шт. | 80 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **8,9** | **18,0** | **39,3** | **356,1** |
| **II Завтрак** |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43,0 |
| сок яблочный шт | 0 шт. | 100 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **0,5** | **0,1** | **9,9** | **43,0** |
| **Обед** |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ | 200/15 | 9,7 | 9,3 | 15,2 | 184,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 110,77 | 72 | 1,4 | 0,3 | 11,3 | 53,7 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| вода питьевая | 0 шт. | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 25 | 22,5 | 4,1 | 3,5 | 0 | 47,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3 | 3 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 6,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,13 | 2,5 | 2,2 | 0,1 | 30,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | 2,3 | 26,2 |
| ГУЛЯШ | 50/50 | 15,7 | 15,9 | 3,1 | 218,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 87,78 | 79 | 14,3 | 12,2 | 0 | 167,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,9 | 0 | 34,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ШТ | 0 шт. | 3,2 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,7 |
| вода питьевая | 0 шт. | 55 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3 | 3 | 0,3 | 0 | 2 | 9,7 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,2 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| лавровый лист шт | 0 шт. | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 120 | 6,8 | 5,5 | 30,9 | 200,6 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 55,4 | 55,4 | 6,8 | 1,7 | 30,7 | 165,5 |
| вода питьевая | 0 шт. | 83,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 1,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4,6 | 4,6 | 0 | 3,7 | 0 | 33,4 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,9 | 0,1 | 31,0 | 128,8 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ(КУРАГА) | 18 | 18 | 0,9 | 0,1 | 8,9 | 40,5 |
| САХАР ПЕСОК | 22,8 | 22,8 | 0 | 0 | 22,1 | 88,3 |
| вода питьевая | 176,4 шт. | 176,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **35,1** | **31,1** | **92,9** | **793,2** |
| **Полдник** |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 17,8 | 10,5 | 13,6 | 223,2 |
| ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ | 93,3 | 93,3 | 16,3 | 8,1 | 2,7 | 153,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА МАННАЯ | 6 | 6 | 0,6 | 0,1 | 4,1 | 19,1 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,07 шт. | 2,82 | 0,4 | 0,3 | 0 | 4,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
| Сухари панировочные шт | 0 шт. | 4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| сметана 15% жирности шт | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВАНИЛИН ШТ | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| ЙОГУРТ | 150 | 3,0 | 2,3 | 4,5 | 72,0 |
| ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ | 154,96 | 150 | 3 | 2,3 | 4,5 | 72,0 |
|  | **20,8** | **12,8** | **18,1** | **295,2** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **65,3** | **62,0** | **160,2** | **1 487,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | 6,7 | 9,8 | 27,2 | 224,1 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 30,7 | 30,7 | 3,7 | 1,8 | 18,4 | 104,9 |
| вода питьевая | 70,7 шт. | 70,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 105,3 | 105,3 | 3 | 2,5 | 4,9 | 55,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,8 шт. | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| масло крестьянское 72.5 % | 6,7 | 6,7 | 0 | 5,3 | 0,1 | 48,6 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5,3 | 4,4 | 19,3 | 139,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 162 | 162 | 4,6 | 4 | 7,6 | 84,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 3,1 шт. | 3,1 | 0,8 | 0,5 | 0,3 | 8,7 |
| САХАР ПЕСОК | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 11,4 | 45,7 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **14,5** | **22,8** | **61,3** | **509,5** |
| **II Завтрак** |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 80 | 1,2 | 0,4 | 16,8 | 76,8 |
| БАНАН | 114,29 | 80 | 1,2 | 0,4 | 16,8 | 76,8 |
|  | **1,2** | **0,4** | **16,8** | **76,8** |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,8 | 4,2 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 32,1 | 29,9 | 0,2 | 0 | 0,7 | 4,2 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | 200/15 | 2,2 | 3,9 | 11,5 | 92,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 70 | 56 | 1 | 0,1 | 2,5 | 15,2 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| вода питьевая | 0 шт. | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3 | 3 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 6,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 73,85 | 48 | 1 | 0,2 | 7,6 | 35,9 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ(ПАРОВЫЕ) | 50/25 | 7,5 | 6,9 | 3,5 | 104,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 42,22 | 38 | 6,9 | 5,9 | 0 | 80,3 |
| вода питьевая | 0 шт. | 7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 5 | 5 | 0,4 | 0,1 | 3,6 | 16,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6 | 5 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,5 |
| вода питьевая | 0 шт. | 19 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| сметана 15% жирности шт | 6,5 | 6,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ | 180 | 0,3 |  | 29,5 | 120,6 |
| ЯБЛОКИ | 13,5 | 13,5 | 0,1 | 0,1 | 1,3 | 6,1 |
| САХАР ПЕСОК | 21,6 | 21,6 | 0 | 0 | 21 | 83,6 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| вода питьевая | 0 шт. | 209,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **12,2** | **11,1** | **58,0** | **382,0** |
| **Полдник** |
| ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 85 | 8,1 | 10,9 | 5,6 | 153,2 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,99 шт. | 39,85 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 60,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100 | 100 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,4 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ ШТ | 0 шт. | 10 | 0,3 | 0 | 0,7 | 3,9 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 12,8 | 51,5 |
| САХАР ПЕСОК | 13 | 13 | 0 | 0 | 12,6 | 50,3 |
| ЧАЙ шт | 0 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **10,6** | **11,2** | **33,1** | **276,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **38,5** | **45,5** | **169,2** | **1 244,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 200 | 7,3 | 8,3 | 35,0 | 244,8 |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ | 40 | 40 | 4,5 | 0,5 | 26,4 | 127,7 |
| вода питьевая | 66,7 шт. | 66,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,3 | 101,3 | 2,8 | 2,4 | 4,8 | 53,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,8 шт. | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| масло крестьянское 72.5 % | 6,7 | 6,7 | 0 | 5,3 | 0,1 | 48,6 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 4,0 | 3,4 | 18,0 | 119,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 140,4 | 140,4 | 4 | 3,4 | 6,5 | 73,5 |
| НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ ШТ | 1,8 шт. | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 11,4 | 45,7 |
| вода питьевая | 63 шт. | 63 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **13,7** | **12,0** | **67,7** | **435,4** |
| **II Завтрак** |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 90 | 1,4 | 0,5 | 18,9 | 86,4 |
| БАНАН | 128,57 | 90 | 1,4 | 0,5 | 18,9 | 86,4 |
|  | **1,4** | **0,5** | **18,9** | **86,4** |
| **Обед** |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,2 | 7,3 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 31,7 | 30,2 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,2 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ | 200/15 | 6,4 | 6,0 | 16,3 | 146,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 92,31 | 60 | 1,2 | 0,2 | 9,5 | 44,8 |
| ПШЕНО | 8,08 | 8 | 0,9 | 0,2 | 5,4 | 27,4 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 2 | 2 | 0 | 1,6 | 0 | 14,6 |
| вода питьевая | 0 шт. | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 25 | 22,5 | 4,1 | 3,5 | 0 | 47,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3 | 3 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 6,0 |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(ПАРОВЫЕ) | 50 | 7,2 | 5,0 | 4,3 | 90,4 |
| РЫБА ХЕК ФИЛЕ | 44,84 | 40 | 6,4 | 0,9 | 0 | 33,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 9 | 9 | 0,7 | 0,1 | 4,3 | 20,8 |
| вода питьевая | 0 шт. | 10 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 1 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,5 | 4,2 | 17,1 | 116,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 157,85 | 102,6 | 2 | 0,4 | 16,2 | 76,6 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18 | 18 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,4 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ СВИНОГРАДОМ | 180 | 0,1 | 0,1 | 22,5 | 90,9 |
| ГРУША | 17,8 | 16 | 0,1 | 0 | 1,6 | 7,3 |
| вода питьевая | 154,8 шт. | 154,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 21,6 | 21,6 | 0 | 0 | 21 | 83,6 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **18,5** | **15,7** | **74,1** | **512,4** |
| **Полдник** |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,4 | 3,0 |  | 37,5 |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ) | 10,42 | 10 | 2,4 | 3 | 0 | 37,5 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,5 | 4,7 | 34,9 | 203,5 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 51 | 51 | 5,4 | 0,7 | 34,9 | 167,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 |  |  |  |  |
| сок яблочный шт | 180 шт. | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **10,3** | **8,0** | **49,6** | **312,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **43,9** | **36,2** | **210,3** | **1 346,6** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,4 | 3,0 |  | 37,5 |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ) | 10,42 | 10 | 2,4 | 3 | 0 | 37,5 |
| КАША СБОРНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 7,8 | 7,3 | 35,9 | 241,4 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 13,5 | 13,3 | 0,9 | 0,1 | 9,5 | 43,0 |
| вода питьевая | 68,4 шт. | 68,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 133,3 | 133,3 | 3,8 | 3,2 | 6,2 | 69,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,8 шт. | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 3,8 | 15,1 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ПШЕНО | 13,3 | 13,2 | 1,5 | 0,4 | 9 | 45,1 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 13,3 | 13,2 | 1,6 | 0,4 | 7,3 | 39,5 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 4,0 | 3,4 | 18,0 | 119,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 140,4 | 140,4 | 4 | 3,4 | 6,5 | 73,5 |
| НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ ШТ | 1,8 шт. | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 11,4 | 45,7 |
| вода питьевая | 63 шт. | 63 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **16,6** | **14,0** | **68,6** | **469,5** |
| **II Завтрак** |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 90 | 1,4 | 0,5 | 18,9 | 86,4 |
| БАНАН | 128,57 | 90 | 1,4 | 0,5 | 18,9 | 86,4 |
|  | **1,4** | **0,5** | **18,9** | **86,4** |
| **Обед** |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 7,3 | 7,6 | 14,2 | 156,8 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 31,67 | 28,5 | 5,1 | 4,5 | 0 | 60,2 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3 | 2,5 | 0 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| вода питьевая | 0 шт. | 2,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,04 шт. | 1,61 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 123,08 | 80 | 1,6 | 0,3 | 12,6 | 59,8 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| вода питьевая | 0 шт. | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ | 150/25 | 5,3 | 10,2 | 12,2 | 164,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 73,85 | 48 | 1 | 0,2 | 7,6 | 35,9 |
| МОРКОВЬ | 26,67 | 20 | 0,3 | 0 | 1,4 | 6,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,9 | 10 | 0,1 | 0 | 0,8 | 4,0 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 38 | 30 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| вода питьевая | 0 шт. | 42,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,7 | 0 | 15,7 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ШТ | 0 шт. | 4,8 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| Полутушка Сочная ОХЛ | 30 | 16,8 | 3 | 2,6 | 0 | 35,9 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК СВИТАМИНОМ "С" | 180 | 0,1 | 0,1 | 13,3 | 54,4 |
| ЯБЛОКИ | 19,8 | 17,5 | 0,1 | 0,1 | 1,6 | 8,0 |
| САХАР ПЕСОК | 12 | 12 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,04 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **14,7** | **18,2** | **52,4** | **437,0** |
| **Полдник** |
| МАННИК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 100/20 | 2,8 | 5,7 | 19,8 | 140,9 |
| КРУПА МАННАЯ | 23,2 | 23,2 | 2,3 | 0,2 | 15,9 | 74,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,08 шт. | 3,22 | 0,4 | 0,4 | 0 | 4,9 |
| масло крестьянское 72.5 % | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| Сухари панировочные шт | 0 шт. | 2,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 12,8 | 51,5 |
| САХАР ПЕСОК | 13 | 13 | 0 | 0 | 12,6 | 50,3 |
| ЧАЙ шт | 0 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
|  | **2,9** | **5,7** | **32,6** | **192,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **35,6** | **38,4** | **172,5** | **1 185,3** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ**  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 7,3 | 8,8 | 35,7 | 252,3 |
| ПШЕНО | 39,7 | 39,7 | 4,5 | 1,1 | 27,1 | 135,5 |
| вода питьевая | 66,1 шт. | 66,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,5 | 100,5 | 2,8 | 2,4 | 4,7 | 52,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,8 шт. | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| масло крестьянское 72.5 % | 6,7 | 6,7 | 0 | 5,3 | 0,1 | 48,6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 12,8 | 51,5 |
| САХАР ПЕСОК | 13 | 13 | 0 | 0 | 12,6 | 50,3 |
| ЧАЙ шт | 0,5 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| ПРЯНИКИ | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
|  | **9,3** | **18,5** | **71,1** | **488,4** |
| **II Завтрак** |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 |  |  |  |  |
| сок яблочный шт | 0 шт. | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| **Обед** |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ | 40 | 0,7 | 1,6 | 3,2 | 30,1 |
| СВЕКЛА | 26,67 | 20 | 0,3 | 0 | 1,7 | 8,1 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ ШТ | 0 шт. | 10 | 0,3 | 0 | 0,7 | 3,9 |
| ЯБЛОКИ | 8,18 | 7,2 | 0 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,38 | 2 | 0 | 0 | 0,2 | 0,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1,6 | 1,6 | 0 | 1,6 | 0 | 14,0 |
| СУП РЫБНЫЙ | 200 | 7,5 | 4,6 | 14,2 | 130,6 |
| РЫБА ХЕК ФИЛЕ | 35,87 | 32 | 5,1 | 0,7 | 0 | 26,7 |
| КАРТОФЕЛЬ | 86,15 | 56 | 1,1 | 0,2 | 8,8 | 41,8 |
| МОРКОВЬ | 17,07 | 12,8 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,62 | 6,4 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 4,04 | 4 | 0,3 | 0 | 2,9 | 12,9 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| вода питьевая | 0 шт. | 160 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 150/25 | 5,9 | 11,7 | 21,5 | 214,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 196,15 | 127,5 | 2,5 | 0,5 | 20,2 | 95,3 |
| МОРКОВЬ | 20 | 15 | 0,2 | 0 | 1 | 5,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 28,5 | 24 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,5 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ШТ | 0 шт. | 3 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 12 | 12 | 0 | 11,6 | 0 | 104,7 |
| вода питьевая | 0 шт. | 45 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" | 180 | 0,7 |  | 27,6 | 114,2 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ(КУРАГА) | 13,6 | 13,6 | 0,7 | 0 | 6,7 | 30,7 |
| САХАР ПЕСОК | 21,6 | 21,6 | 0 | 0 | 21 | 83,6 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| вода питьевая | 209,6 шт. | 209,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **16,8** | **18,2** | **79,2** | **550,6** |
| **Полдник** |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,5 | 6,2 | 38,3 | 242,4 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 69 | 69 | 8,4 | 2,2 | 38,2 | 206,1 |
| вода питьевая | 0 шт. | 115 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 11,9 | 47,9 |
| САХАР ПЕСОК | 12 | 12 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 |
| ЧАЙ шт | 0,6 шт. | 0,6 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 |
| БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **11,0** | **6,5** | **64,9** | **361,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **37,1** | **43,2** | **215,2** | **1 400,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,8 | 6,1 | 27,4 | 187,7 |
| КРУПА ЯЧНЕВАЯ | 30 | 29,7 | 2,9 | 0,4 | 18,8 | 90,2 |
| вода питьевая | 68,4 шт. | 68,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 101,9 | 101,9 | 2,9 | 2,4 | 4,8 | 53,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 3,8 | 15,1 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,8 | 4,1 | 19,1 | 133,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 162 | 162 | 4,6 | 4 | 7,6 | 84,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 1,2 шт. | 1,2 | 0,3 | 0,2 | 0,1 | 3,4 |
| САХАР ПЕСОК | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 11,4 | 45,7 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **13,1** | **18,8** | **61,3** | **467,8** |
| **II Завтрак** |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| ЯБЛОКИ | 113,64 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
|  | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **47,0** |
| **Обед** |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ИГРЕНКАМИ | 200/10 | 9,2 | 6,6 | 23,8 | 191,4 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 21,3 | 21,3 | 1,4 | 0,2 | 8,7 | 42,1 |
| КАРТОФЕЛЬ | 61,54 | 40 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,9 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 16 | 16 | 3,6 | 0,3 | 7,5 | 46,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| вода питьевая | 0 шт. | 144 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 20 | 18 | 3,2 | 2,8 | 0 | 38,0 |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/50 | 13,5 | 13,6 | 3,4 | 189,8 |
| вода питьевая | 0 шт. | 53,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,9 | 2,9 | 0,3 | 0 | 1,9 | 9,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,2 | 1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,4 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| лавровый лист шт | 0 шт. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ГОВЯДИНА Б/К | 79,78 | 71,8 | 13 | 11,2 | 0 | 151,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МОРКОВЬ | 2 | 1,5 | 0 | 0 | 0,1 | 0,5 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ШТ | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,5 | 1,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,9 |
| КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 3,1 | 4,5 | 32,3 | 181,6 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 45 | 45 | 3,1 | 0,5 | 32,3 | 145,4 |
| вода питьевая | 0 шт. | 95 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КОМПОТ ИЗ ГРУШ И ВИНОГРАДА | 180 | 0,1 | 0,1 | 12,0 | 50,1 |
| ВИНОГРАД | 15 | 13,05 | 0,1 | 0,1 | 1,9 | 9,1 |
| САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,7 | 34,8 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| вода питьевая | 171 шт. | 171 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГРУША | 15 | 13,5 | 0,1 | 0 | 1,4 | 6,1 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **27,9** | **25,1** | **84,2** | **674,1** |
| **Полдник** |
| ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА СТВОРОГОМ | 60 | 8,9 | 5,2 | 36,9 | 230,9 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 4,8 | 0,6 | 30,6 | 145,8 |
| ТВОРОГ 9 % ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 3,5 | 1,7 | 0,6 | 32,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0 шт. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ДРОЖЖИ ШТ | 1 шт. | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| ВАНИЛИН ШТ | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| СНЕЖОК | 150 |  |  |  |  |
| Снежок 2.5% | 1,3 | 1,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | **8,9** | **5,2** | **36,9** | **230,9** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **50,3** | **49,5** | **192,2** | **1 419,8** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ**  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| масло крестьянское 72.5 % | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 200 | 9,1 | 9,7 | 35,5 | 266,3 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 40 | 39,6 | 4,9 | 1,3 | 21,9 | 118,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
| масло крестьянское 72.5 % | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| САХАР ПЕСОК | 6,7 | 6,7 | 0 | 0 | 6,5 | 25,9 |
| вода питьевая | 24 шт. | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,5 шт. | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5,3 | 4,4 | 21,8 | 149,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 162 | 162 | 4,6 | 4 | 7,6 | 84,9 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 3,1 шт. | 3,1 | 0,8 | 0,5 | 0,3 | 8,7 |
| САХАР ПЕСОК | 14,4 | 14,4 | 0 | 0 | 14 | 55,8 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **16,9** | **22,7** | **72,1** | **561,8** |
| **II Завтрак** |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 90 | 0,4 | 0,4 | 8,8 | 42,3 |
| ЯБЛОКИ | 102,3 | 90 | 0,4 | 0,4 | 8,8 | 42,3 |
|  | **0,4** | **0,4** | **8,8** | **42,3** |
| **Обед** |
| БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ | 200 | 5,9 | 7,7 | 12,8 | 146,0 |
| СВЕКЛА | 60 | 45 | 0,7 | 0 | 3,9 | 18,3 |
| КАРТОФЕЛЬ | 61,54 | 40 | 0,8 | 0,2 | 6,3 | 29,9 |
| МОРКОВЬ | 13,33 | 10 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,4 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| САХАР ПЕСОК | 1,2 | 1,2 | 0 | 0 | 1,2 | 4,7 |
| вода питьевая | 0 шт. | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 25 | 22,5 | 4,1 | 3,5 | 0 | 47,6 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50 | 9,9 | 10,4 | 4,6 | 152,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 55 | 49,5 | 8,9 | 7,7 | 0 | 104,7 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 9 | 9 | 0,7 | 0,1 | 4,3 | 20,8 |
| вода питьевая | 0 шт. | 12 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2,5 | 2,5 | 0 | 2,4 | 0 | 21,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 5 | 4,2 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,6 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | 150 | 1,7 | 3,2 | 8,5 | 71,5 |
| МОРКОВЬ | 40 | 30 | 0,4 | 0 | 2 | 10,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 46,15 | 30 | 0,6 | 0,1 | 4,8 | 22,4 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 37,5 | 30 | 0,5 | 0 | 1,4 | 8,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| вода питьевая | 0 шт. | 25 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ШТ | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0,2 | 1,0 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 4 | 4 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 8,0 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 |  |  |  |  |
| сок яблочный шт | 0 шт. | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **19,5** | **21,6** | **38,6** | **430,7** |
| **Полдник** |
| ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 65 | 6,9 | 5,0 | 36,6 | 219,5 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 48,1 | 48,1 | 5 | 0,6 | 32,6 | 155,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,06 шт. | 2,42 | 0,3 | 0,3 | 0 | 3,7 |
| вода питьевая | 0 шт. | 48,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ДРОЖЖИ ШТ | 0 шт. | 1,4 | 0,2 | 0 | 0 | 1,1 |
| САХАР ПЕСОК | 1,7 | 1,7 | 0 | 0 | 1,6 | 6,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 1,5 | 1,3 | 2,3 | 26,2 |
| молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности шт | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 12,8 | 51,5 |
| САХАР ПЕСОК | 13 | 13 | 0 | 0 | 12,6 | 50,3 |
| ЧАЙ шт | 0 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
|  | **7,0** | **5,0** | **49,4** | **271,0** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **43,8** | **49,7** | **168,9** | **1 305,8** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,4 | 3,0 |  | 37,5 |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ) | 10,42 | 10 | 2,4 | 3 | 0 | 37,5 |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,0 | 6,0 | 30,0 | 195,2 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 29,7 | 29,7 | 2 | 0,3 | 21,3 | 95,9 |
| вода питьевая | 68,4 шт. | 68,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 105,3 | 105,3 | 3 | 2,5 | 4,9 | 55,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,8 шт. | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 3,8 | 15,1 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 4,0 | 3,4 | 18,0 | 119,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 140,4 | 140,4 | 4 | 3,4 | 6,5 | 73,5 |
| НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ ШТ | 1,8 шт. | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 11,4 | 45,7 |
| вода питьевая | 63 шт. | 63 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **13,8** | **12,7** | **62,7** | **423,3** |
| **II Завтрак** |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 90 | 0,4 | 0,4 | 8,8 | 42,3 |
| ЯБЛОКИ | 102,3 | 90 | 0,4 | 0,4 | 8,8 | 42,3 |
|  | **0,4** | **0,4** | **8,8** | **42,3** |
| **Обед** |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,2 | 7,3 |
| ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | 31,7 | 30,2 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,2 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СМАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ИГОВЯДИНОЙ | 200/10 | 5,1 | 6,0 | 7,0 | 103,8 |
| КАРТОФЕЛЬ | 55,38 | 36 | 0,7 | 0,1 | 5,7 | 26,9 |
| Вермишель | 11,2 | 11,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,6 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 2,4 | 2,4 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| вода питьевая | 0 шт. | 152 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0 шт. | 1,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ГОВЯДИНА Б/К | 25 | 22,5 | 4,1 | 3,5 | 0 | 47,6 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 3 | 3 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 6,0 |
| РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ | 50 | 11,2 | 3,6 |  | 76,0 |
| РЫБА ХЕК ФИЛЕ | 70,63 | 63 | 10,2 | 1,4 | 0 | 52,6 |
| МОРКОВЬ | 2,67 | 2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3 | 2 | 0 | 0 | 0,2 | 0,8 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,5 | 4,2 | 17,1 | 116,5 |
| КАРТОФЕЛЬ | 157,85 | 102,6 | 2 | 0,4 | 16,2 | 76,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 18 | 18 | 0,5 | 0,5 | 0,9 | 9,4 |
| масло крестьянское 72.5 % | 4,2 | 4,2 | 0 | 3,4 | 0 | 30,5 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ВИНОГРАДОМ | 180 |  |  | 22,3 | 90,0 |
| ЯБЛОКИ | 12 | 10,6 | 0 | 0 | 1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 22 | 22 | 0 | 0 | 21,3 | 85,2 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,04 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **21,1** | **14,2** | **60,3** | **454,8** |
| **Полдник** |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 155 | 5,6 | 4,7 | 40,8 | 227,8 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 52,5 | 52,5 | 5,6 | 0,7 | 35,9 | 172,2 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 11,5 | 46,5 |
| САХАР ПЕСОК | 11,7 | 11,7 | 0 | 0 | 11,3 | 45,3 |
| ЧАЙ шт | 0 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **8,1** | **5,0** | **67,0** | **345,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **43,4** | **32,3** | **198,8** | **1 266,1** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОУ " Улыбка"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Данилова С.А |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,4 | 3,0 |  | 37,5 |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ) | 10,42 | 10 | 2,4 | 3 | 0 | 37,5 |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА"ДРУЖБА" | 200 | 6,1 | 8,1 | 26,8 | 205,2 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 10 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,2 | 32,3 |
| ПШЕНО | 10 | 10 | 1,2 | 0,3 | 6,8 | 34,1 |
| вода питьевая | 24 шт. | 24 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5,1 | 5,1 | 0 | 4,1 | 0 | 37,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,5 шт. | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 4,0 | 3,4 | 18,0 | 119,2 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 140,4 | 140,4 | 4 | 3,4 | 6,5 | 73,5 |
| НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ ШТ | 1,8 шт. | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 11,8 | 11,8 | 0 | 0 | 11,4 | 45,7 |
| вода питьевая | 63 шт. | 63 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **14,9** | **14,8** | **59,5** | **433,3** |
| **II Завтрак** |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 80 | 0,3 | 0,3 | 7,8 | 37,6 |
| ЯБЛОКИ | 90,9 | 80 | 0,3 | 0,3 | 7,8 | 37,6 |
|  | **0,3** | **0,3** | **7,8** | **37,6** |
| **Обед** |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ СГРЕНКАМИ | 200 | 5,2 | 8,1 | 15,6 | 158,2 |
| КАРТОФЕЛЬ | 138,46 | 90 | 1,7 | 0,4 | 14,3 | 67,2 |
| МОРКОВЬ | 10,67 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 9,52 | 8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| вода питьевая | 0 шт. | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 3 | 3 | 0 | 2,4 | 0 | 21,7 |
| Полутушка Сочная ОХЛ | 30 | 16,8 | 3 | 2,6 | 0 | 35,9 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5 | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10,0 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ | 200 | 9,0 | 9,2 | 20,2 | 202,5 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 266,7 | 213,3 | 3,7 | 0,2 | 9,7 | 57,9 |
| Полутушка Сочная ОХЛ | 40 | 22,4 | 4,1 | 3,5 | 0 | 47,8 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 11,1 | 11 | 0,8 | 0,1 | 7,9 | 35,5 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 24 | 20 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,0 |
| масло крестьянское 72.5 % | 6,7 | 6,7 | 0 | 5,3 | 0,1 | 48,6 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ШТ | 0,7 шт. | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МОРКОВЬ | 13,33 | 10 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,4 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА ШТ | 1,3 шт. | 1,3 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,3 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ЧЕРНОСЛИВОМ | 180 | 0,4 |  | 24,4 | 99,3 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ(КУРАГА) | 7 | 7 | 0,4 | 0 | 3,5 | 15,7 |
| САХАР ПЕСОК | 21,6 | 21,6 | 0 | 0 | 21 | 83,6 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| вода питьевая | 209,6 шт. | 209,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
|  | **16,6** | **17,6** | **72,9** | **521,2** |
| **Полдник** |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,8 | 4,2 |
| ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | 32,1 | 29,9 | 0,2 | 0 | 0,7 | 4,2 |
| КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ | 105 | 3,0 | 9,6 | 21,5 | 184,6 |
| КАРТОФЕЛЬ | 169,23 | 110 | 2,1 | 0,4 | 17,4 | 82,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 6 | 6 | 0,6 | 0,1 | 4,1 | 19,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,9 | 0 | 43,7 |
| масло крестьянское 72.5 % | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| Сухари панировочные шт | 1 шт. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,05 шт. | 2,01 | 0,3 | 0,2 | 0 | 3,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 12,8 | 51,5 |
| САХАР ПЕСОК | 13 | 13 | 0 | 0 | 12,6 | 50,3 |
| ЧАЙ шт | 0 шт. | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | 30 | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
|  | **5,7** | **9,9** | **49,8** | **311,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **37,5** | **42,6** | **190,0** | **1 303,8** |

.