

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение-
детский сад №57 "Белочка" г. Улан-Удэ комбинированного вида

Проспект Победы, д.9А, г. Улан-Удэ, Республика Бурятия, 670017

Тел/факс 8(3012)21-60-10, 21-66-57, E-mail:belochka-57@yandex.ru

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №57

Р.Е. Осокина

	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Затрак	Каша манная молочная Батон с маслом Чай с молоком	Каша пшеничная молочная Батон с маслом Чай с молоком	Каша ячневая молочная Батон с повидлом Чай	Каша кукурузная молочная Батон с маслом Какао с молоком	Каша геркулесовая молочная Батон с маслом Чай с лимоном
10-00	Сок яблочный	Напиток кисломолочный Снежок	Напиток кисломолочный Йогурт	Напиток кисломолочный Снежок	Напиток кисломолочный Йогурт
Обед	Суп Уха (с сайрой) Котлета мясная Гарнир рисовый Соус белый Закуска: кукуруза сладкая Компот из сухофруктов Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Борщ с мясом со сметаной Тефтели мясные Гарнир гречневый Соус белый Закуска: зеленый горошек Морс клюквенный Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Рассольник с мясом, со сметаной Бефстроганов из печени Макароны отварные Закуска: икра кабачковая Кисель плодово-ягодный Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп с клецками с мясом Котлета рыбная (горбуша) Гарнир рисовый Соус белый Закуска: огурец свежий Компот изюм, чернослив Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Гороховый с мясом с гренками Овощное рагу с мясом Закуска: помидор свежий Напиток из шиповника Хлеб украинский Хлеб пшеничный
Полдник	Омлет натуральный Хлеб пшеничный Чай Фрукт в ассортименте	Суп молочный с вермишелью Хлеб пшеничный Чай Фрукт в ассортименте	Творожная-манная запеканка со сгущенным молоком Чай Фрукт в ассортименте	Яйцо отварное Бутерброд с маслом, сыром Чай с сахаром Фрукт в ассортименте	Ватрушка с творогом Чай с молоком Фрукт в ассортименте

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение-
детский сад №57 "Белочка" г. Улан-Удэ комбинированного вида

Проспект Победы, д.9А, г. Улан-Удэ, Республика Бурятия, 670017

Тел/факс 8(3012)21-60-10, 21-66-57, E-mail:belochka-57@yandex.ru

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №57

	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	Каша манная молочная Батон с маслом Чай с молоком	Каша пшеничная молочная Батон с маслом Чай с лимоном	Каша ячневая молочная Батон с джемом Чай с молоком	Каша кукурузная молочная Батон с маслом Чай с молоком	Каша геркулесовая молочная Батон с маслом Какао с молоком
10-00	Сок яблочный	Напиток кисломолочный Снежок	Напиток кисломолочный Йогурт	Напиток кисломолочный Снежок	Напиток кисломолочный Йогурт
Обед	Суп Харчо с мясом Капуста тушенная с мясом Закуска: икра кабачковая Компот из сухофруктов Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Щи с мясом , сметаной Котлета мясная Соус белый Гарнир: гречневый Закуска: кукуруза сладкая Морс облепиховый Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Свекольник с мясом со сметаной Гуляш мясной Макароны отварные Закуска: огурец свежий Напиток из шиповника Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Вермишелевый с мясом Котлета рыбная (минтай) Картофельное пюре Соус белый Закуска: помидор свежий Компот изюм, чернослив Хлеб украинский Хлеб пшеничный	Суп Овсяный Азу Закуска:зеленый горошек Кисель плодово-ягодный Хлеб украинский Хлеб пшеничный
Полдник	Омлет натуральный Хлеб Чай Фрукт в ассортименте	Творожная-манная запеканка со сгущенным молоком Чай Фрукт в ассортименте (Сметана)	Каша рисовая молочная Чай Хлеб пшеничный Фрукт в ассортименте	Яйцо отварное Бутерброд с маслом сыром Чай с сахаром Фрукт в ассортименте	Ватрушка с творогом Чай с молоком Фрукт в ассортименте

В меню возможны изменения!!!

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день1								
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№88
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	200	0,80	1,00	13,25	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			9,26	9,34	53,76	2,60	327,50	
второй завтрак	Сок	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
итого за второй завтрак			0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	
Обед	Суп Уха (с сайрой)	200	5,30	6,50	25,30	12,05	150,30	№41
	Котлета мясная	70	9,84	8,02	7,16	0,81	139,13	№161
	Гарнир рисовый	150	4,66	6,10	48,33	0,00	270,21	№132
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: кукуруза сладкая	50	1,25	0,10	4,15	55,00	27,50	№107
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122	
Итого за обед			24,64	23,31	128,89	68,65	797,14	
Полдник	Омлет натуральный	100	9,01	13,51	2,24	0,49	156,25	№110
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
	Чай	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№390
Итого за полдник			11,35	13,99	17,38	60,49	236,05	
ИТОГО за день			46,15	46,64	218,21	135,34	1436,69	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день1								
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№88
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	200	0,80	1,00	13,25	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			9,26	9,34	53,76	2,60	327,50	
второй завтрак	Сок	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
ИТОГО за второй завтрак			0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	
Обед	Суп Уха (с сайрой)	200	5,30	6,50	25,30	12,05	150,30	№41
	Котлета мясная	70	9,84	8,02	7,16	0,81	139,13	№161
	Гарнир рисовый	150	4,66	6,10	48,33	0,00	270,21	№132
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: кукуруза сладкая	50	1,25	0,10	4,15	55,00	27,50	№107
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122	
Итого за обед			24,64	23,31	128,89	68,65	797,14	
Полдник	Омлет натуральный	100	9,01	13,51	2,24	0,49	156,25	№110
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
	Чай	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№390
Итого за полдник			11,35	13,99	17,38	60,49	236,05	
ИТОГО за день			46,15	46,64	218,21	135,34	1436,69	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день2								
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	7,01	8,09	28,39	1,95	213,00	№96
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			10,06	9,96	57,31	2,60	348,50	
второй завтрак	напиток кисломолочный	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
	Снежок							
Итого за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Борщ с мясом, сметаной	200/10/6	2,81	5,78	7,82	7,80	93,60	№27
	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	0,79	150,50	№174
	Гарнир гречневый	150	4,50	6,40	21,90	0,00	263,00	№186
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: зеленый горошек	50	1,25	0,10	4,15	5,50	27,50	№107
	Морс облепиховый	200	0,18	0,01	13,88	0,20	5,50	№75
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			20,83	24,37	75,21	14,68	660,10	
полдник	Суп молочный с вермишелью	200	5,85	5,81	19,99	1,00	155,00	№44
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			7,69	6,49	36,83	11,00	238,80	
ИТОГО за день			42,93	45,62	175,35	29,33	1335,90	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день2								
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	7,01	8,09	28,39	1,95	213,00	№96
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			10,06	9,96	57,31	2,60	348,50	
второй завтрак	напиток кисломолочный	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
	Снежок							
Итого за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Борщ с мясом, сметаной	200/10/6	2,81	5,78	7,82	7,80	93,60	№27
	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	0,79	150,50	№174
	Гарнир гречневый	150	4,50	6,40	21,90	0,00	263,00	№186
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: зеленый горошек	50	1,25	0,10	4,15	5,50	27,50	№107
	Морс облепиховый	200	0,18	0,01	13,88	0,20	5,50	№75
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			20,83	24,37	75,21	14,68	660,10	
полдник	Суп молочный с вермишелью	200	5,85	5,81	19,99	1,00	155,00	№44
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			7,69	6,49	36,83	11,00	238,80	
ИТОГО за день			42,93	45,62	175,35	29,33	1335,90	

шеф повар
повар

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 57  Осокина Р.Е


МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день3								
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	1,95	204,00	№99
	Батон с повидлом	30/8	2,32	0,24	20,08	0,01	92,00	№2
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
Итого за завтрак			8,96	7,83	48,21	1,96	296,00	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Рассольник с мясом, сметаной	200/10/6	4,10	7,16	20,93	8,20	145,00	№33
	Печень по строгоновски	70	11,12	10,13	8,38	1,99	157,26	№83
	Макароны отварные	150	5,52	5,29	35,32	0,00	211,09	№134
	Икра кабачковая	50	0,54	2,12	3,47	4,32	35,10	№111
	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	18,00	0,00	60,00	№233
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к122
Итого за обед			23,70	25,34	103,16	14,51	697,45	
Полдник	Запеканка творожно-молочная со сгущенным молоком	120/20	13,50	9,03	12,86	0,18	185,25	№237
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			13,9	9,33	23,16	5,18	232,25	
ИТОГО за день			49,91	47,30	180,53	22,70	1314,20	

шеф повар

повар

Утвержда:

Заведующий МБДОУ № 57  Осокина Р.Е

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день3								
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	1,95	204,00	№99
	Батон с повидлом	30/8	2,32	0,24	20,08	0,01	92,00	№2
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
Итого за завтрак			8,96	7,83	48,21	1,96	296,00	
второй завтрак	Напиток кисломолочный Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Рассольник с мясом, сметаной	200/10/6	4,10	7,16	20,93	8,20	145,00	№33
	Печень по строгоновски	70	11,12	10,13	8,38	1,99	157,26	№83
	Макароны отварные	150	5,52	5,29	35,32	0,00	211,09	№134
	Икра кабачковая	50	0,54	2,12	3,47	4,32	35,10	№111
	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	18,00	0,00	60,00	№233
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к122
Итого за обед			23,70	25,34	103,16	14,51	697,45	
Полдник	Запеканка творожно-молочная со сгущенным молоком	120/20	13,50	9,03	12,86	0,18	185,25	№237
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			13,9	9,33	23,16	5,18	232,25	
ИТОГО за день			49,91	47,30	180,53	22,70	1314,20	

шеф повар

повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57  Осокина Р.Е

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 4								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	7,44	4,65	32,47	0,28	201,50	№280
	Бутерброд с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Какао с молоком	200	1,20	1,80	13,00	1,17	90,00	№248
Итого за завтрак			10,89	7,32	60,89	1,45	371,00	
второй завтрак	напиток кисломолочный Снежок	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп с клецками с мясом	200/10	5,16	7,05	18,95	5,31	196,80	№37
	Котлета рыбная горбуша	70	7,80	7,35	28,30	0,42	114,00	№134
	Рис отварной	150	4,66	6,10	48,33	0,00	270,21	№132
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Компот изюм, чернослив	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			21,61	23,14	140,78	11,52	798,01	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/12	4,72	3,25	15,30	0,07	108,00	№7,122
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	10,00	43,00	№253
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			10,22	8,25	37,38	10,07	261	
ИТОГО за день			47,07	43,51	245,05	24,09	1518,51	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57  Осокина Р.Е

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 4								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	7,44	4,65	32,47	0,28	201,50	№280
	Бутерброд с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Какао с молоком	200	1,20	1,80	13,00	1,17	90,00	№248
Итого за завтрак			10,89	7,32	60,89	1,45	371,00	
второй завтрак	напиток кисломолочный Снежок	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп с клецками с мясом	200/10	5,16	7,05	18,95	5,31	196,80	№37
	Котлета рыбная горбуша	70	7,80	7,35	28,30	0,42	114,00	№134
	Рис отварной	150	4,66	6,10	48,33	0,00	270,21	№132
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Компот изюм, чернослив	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			21,61	23,14	140,78	11,52	798,01	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/12	4,72	3,25	15,30	0,07	108,00	№7,122
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	10,00	43,00	№253
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			10,22	8,25	37,38	20,07	261	
ИТОГО за день			47,07	43,51	245,05	34,09	1518,51	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	6,35	8,51	21,86	1,95	187,00	№93
	Бутерброд с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	0,00	125,10	№604
	Чай лимоном	180	0,04	0,00	12,13	2,00	47,00	№200,264
Итого за завтрак			10,89	12,32	71,73	3,95	438,60	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Гороховый с мясом	200	6,50	5,20	22,09	6,10	150,00	№36
	Овощное рагу с мясом	220	2,67	4,82	12,19	17,20	104,00	№77
	Закуска: помидор свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,33	15,00	100,00	№256
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			12,23	10,81	70,92	43,30	450,00	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	4,80	4,30	24,48	0,30	182,30	№289,314
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			6,4	5,5	45,48	38,95	276,3	
ИТОГО за день			31,87	33,43	194,13	87,25	1253,40	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	6,35	8,51	21,86	1,95	187,00	№93
	Бутерброд с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	0,00	125,10	№604
	Чай лимоном	180	0,04	0,00	12,13	2,00	47,00	№200,264
Итого за завтрак			10,89	12,32	71,73	3,95	438,60	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Гороховый с мясом	200	6,50	5,20	22,09	6,10	150,00	№36
	Овощное рагу с мясом	220	2,67	4,82	12,19	17,20	104,00	№77
	Закуска: помидор свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,33	15,00	100,00	№256
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			12,23	10,81	70,92	43,30	450,00	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	4,80	4,30	24,48	0,30	182,30	№289,314
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			6,4	5,5	45,48	38,95	276,3	
ИТОГО за день			31,87	33,43	194,13	87,25	1253,40	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 6								
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№88
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			9,26	9,34	54,01	2,60	327,50	
второй завтрак	Сок	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
ИТОГО за второй завтрак			0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	
Обед	Суп Харчо	200	4,16	5,80	19,69	7,87	143,80	№101
	Капуста тушеная с мясом	220	7,80	10,20	10,80	21,00	280,00	№200
	Закуска: икра кабачковая	50	0,54	2,12	3,47	4,32	35,10	№111
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			15,40	18,76	74,82	33,59	637,90	
Полдник	Омлет натуральный	100	9,01	12,51	2,24	0,49	156,25	№110
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			10,85	14,19	19,08	10,49	240,05	
ИТОГО за день			36,41	42,29	166,09	50,28	1281,45	

шеф повар

повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 6								
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№88
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			9,26	9,34	54,01	2,60	327,50	
второй завтрак	Сок	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
ИТОГО за второй завтрак			0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	
Обед	Суп Харчо	200	4,16	5,80	19,69	7,87	143,80	№101
	Капуста тушеная с мясом	220	7,80	10,20	10,80	21,00	280,00	№200
	Закуска: икра кабачковая	50	0,54	2,12	3,47	4,32	35,10	№111
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			15,40	18,76	74,82	33,59	637,90	
Полдник	Омлет натуральный	100	9,01	12,51	2,24	0,49	156,25	№110
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			10,85	13,19	19,08	10,49	240,05	
ИТОГО за день			36,41	41,29	166,09	50,28	1281,45	

шеф повар

повар

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 7								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,01	8,09	28,39	1,95	213,00	№96
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	12,13	2,00	47,00	№200,264
Итого за завтрак			9,30	8,96	55,94	3,95	339,50	
второй завтрак	Сок яблочный	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Щи с мясом, сметаной	200/10/6	3,68	7,07	8,58	19,41	118,00	№56
	Котлета из говядины	70	9,84	8,02	7,16	0,81	139,13	№161
	Гарнир гречневый	150	4,50	6,40	21,90	0,00	163,00	№186
	Закуска: кукуруза сладкая	50	1,50	0,10	4,15	5,50	27,50	№107
	Морс облепиховый	200	0,18	0,01	13,88	0,20	5,50	№75
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			22,12	22,24	72,73	25,92	542,13	
Полдник	Запеканка творожно-молочная со сгущенным молоком	120/20	13,50	9,03	12,86	0,18	185,25	№237
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			13,9	9,43	22,66	10,18	232,25	
ИТОГО за день			49,67	45,43	157,33	41,10	1202,38	

шеф повар
повар

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 7								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,01	8,09	28,39	1,95	213,00	№96
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	12,13	2,00	47,00	№200,264
Итого за завтрак			9,30	8,96	55,94	3,95	339,50	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Снежок	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Щи с мясом, сметаной	200/10/6	3,68	7,07	8,58	19,41	118,00	№56
	Котлета из говядины	70	9,84	8,02	7,16	0,81	139,13	№161
	Гарнир гречневый	150	4,50	6,40	21,90	0,00	163,00	№186
	Закуска: кукуруза сладкая	50	1,50	0,10	4,15	5,50	27,50	№107
	Морс облепиховый	200	0,18	0,01	13,88	0,20	5,50	№75
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			22,12	22,24	72,73	25,92	542,13	
Полдник	Запеканка творожно-молочная со сгущенным молоком	120/20	13,50	9,03	12,86	0,18	185,25	№237
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			13,9	9,43	22,66	10,18	232,25	
ИТОГО за день			49,67	45,43	157,33	41,10	1202,38	

шеф повар
повар

утверждаю
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 8								
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	1,95	204,00	№99
	Ботон с джемом	30/8	1,32	0,24	20,08	0,01	92,00	№2
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			8,76	8,83	61,71	2,61	352,00	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Свекольный с мясом, сметаной	200/10/6	3,68	7,07	8,58	19,41	118,00	№56
	Гуляш мясной	40/40	6,00	7,60	2,47	0,80	164,80	№152
	Макароны отварные	150	5,52	5,29	35,32	0,00	211,09	№134
	Закуска: огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,33	15,00	100,00	№256
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			18,26	20,75	83,01	40,21	689,89	
Полдник	Каша рисовая молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№173
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Хлеб пшеничный	20	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№ тех.карта122
	Апельсин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			7,91	7,87	40,69	99,95	273	
ИТОГО за день			39,28	42,25	191,41	143,82	1403,39	

шеф повар
повар

утверждаю
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 8								
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	1,95	204,00	№99
	Ботон с джемом	30/8	1,32	0,24	20,08	0,01	92,00	№2
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			8,76	8,83	61,71	2,61	352,00	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Свекольный с мясом, сметаной	200/10/6	3,68	7,07	8,58	19,41	118,00	№56
	Гуляш мясной	40/40	6,00	7,60	2,47	0,80	164,80	№152
	Макароны отварные	150	5,52	5,29	35,32	0,00	211,09	№134
	Закуска: огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,33	15,00	100,00	№256
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			18,26	20,75	83,01	40,21	689,89	
Полдник	Каша рисовая молочная	200	6,21	7,47	25,09	1,95	192,00	№173
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Хлеб пшеничный	20	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№ тех.карта122
	Апельсин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			7,91	7,87	40,69	99,95	273	
ИТОГО за день			39,28	42,25	191,41	143,82	1403,39	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 9								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	7,44	4,65	32,47	0,28	201,50	№280
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			10,49	6,52	61,39	0,93	337,00	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Снежок	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Вермишелевый с мясом	200/10	4,50	8,30	24,72	6,05	148,87	№38
	Котлета рыбная (минтай)	70	7,80	7,35	28,36	0,42	114,00	№134
	Пюре картофельное	150	2,44	5,24	18,06	17,95	142,00	№206
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: помидор свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Компот изюм (чернослив)	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122	
Итого за обед			18,73	23,53	116,34	30,21	621,87	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/12	4,72	3,25	15,30	0,07	108,00	№7,122
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	0,00	43,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			10,22	8,25	37,38	10,07	261	
ИТОГО за день			43,79	43,10	221,11	42,26	1308,37	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 9								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	7,44	4,65	32,47	0,28	201,50	№280
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Чай с молоком	180	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
Итого за завтрак			10,49	6,52	61,39	0,93	337,00	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Снежок	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Вермишелевый с мясом	200/10	4,50	8,30	24,72	6,05	148,87	№38
	Котлета рыбная (минтай)	70	7,80	7,35	28,36	0,42	114,00	№134
	Пюре картофельное	150	2,44	5,24	18,06	17,95	142,00	№206
	Соус белый	40	0,69	1,95	3,09	0,39	31,00	№45
	Закуска: помидор свежий	50	0,40	0,05	1,25	5,00	7,00	№70
	Компот изюм (чернослив)	200	0,48	0,00	23,80	0,40	90,00	№241
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122	
Итого за обед			18,73	23,53	116,34	30,21	621,87	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/12	4,72	3,25	15,30	0,07	108,00	№7,122
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	0,00	43,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			10,22	8,25	37,38	10,07	261	
ИТОГО за день			43,79	43,10	221,11	42,26	1308,37	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 10								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	6,35	8,51	21,86	1,95	187,00	№93
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Какао с молоком	180	1,20	1,80	1,17	13,00	90,00	№248
Итого за завтрак			9,80	11,18	38,45	14,95	356,50	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Овсянный с мясом	200	4,00	7,20	13,38	4,98	126,95	№40
	Азу	200	7,23	11,62	8,30	4,27	194,44	№153
	Закуска: зеленый горошек	30	1,50	0,10	4,15	5,50	27,50	№107
	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	18,00	0,00	60,00	№233
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			15,15	19,56	60,89	14,75	497,89	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	4,80	4,30	24,48	0,30	182,30	№237
	Чай с молоком	200	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
	Банан	100	1,50	0,50	21,00	10,00	96,00	№390
Итого за полдник			7,1	5,8	58,98	10,95	334,3	
ИТОГО за день			36,40	41,34	164,32	41,70	1277,19	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ САД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 10								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	6,35	8,51	21,86	1,95	187,00	№93
	Батон с маслом	30/5	2,25	0,87	15,42	0,00	79,50	№1
	Какао с молоком	180	1,20	1,80	1,17	13,00	90,00	№248
Итого за завтрак			9,80	11,18	38,45	14,95	356,50	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	150	4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	№251
ИТОГО за второй завтрак			4,35	4,80	6,00	1,05	88,50	
Обед	Суп Овсянный с мясом	200	4,00	7,20	13,38	4,98	126,95	№40
	Азу	200	7,23	11,62	8,30	4,27	194,44	№153
	Закуска: зеленый горошек	30	1,50	0,10	4,15	5,50	27,50	№107
	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	18,00	0,00	60,00	№233
	Хлеб украинский	30	0,98	0,36	10,02	0,00	52,20	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,28	7,04	0,00	36,80	№тех.к.122
Итого за обед			15,15	19,56	60,89	14,75	497,89	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	4,80	4,30	24,48	0,30	182,30	№237
	Чай с молоком	200	0,80	1,00	13,50	0,65	56,00	№261
	Банан	100	1,50	0,50	21,00	10,00	96,00	№390
Итого за полдник			7,1	5,8	58,98	10,95	334,3	
ИТОГО за день			36,40	41,34	164,32	41,70	1277,19	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 1								
Завтрак	Каша манная молочная	180	5,50	6,70	21,83	1,75	172,80	№88
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			7,67	8,11	43,36	2,29	272,47	
второй завтрак	Сок яблочный	130	0,78	0,00	15,75	3,12	66,80	№301
Итого за второй завтрак			0,78	0,00	15,75	3,12	66,80	
Обед	Суп Уха (с сайрой)	170	4,24	5,20	20,24	9,64	112,80	№41
	Котлета мясная	50	6,03	5,73	5,11	0,58	99,38	№161
	Рис отварной	100	2,59	3,39	26,86	0,00	150,12	№132
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска: Кукуруза сладкая	30	0,69	0,07	2,80	3,40	18,56	№тех.к.107
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			17,42	16,20	97,14	13,98	572,56	
Полдник	Омлет натуральный	80	7,21	10,00	1,79	0,39	125,00	№110
	Хлеб пшеничный	20/8	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№390
Итого за полдник			9,71	10,4	20,09	60,39	216	
ИТОГО за день			35,58	34,71	176,34	79,78	1127,83	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 1								
Завтрак	Каша манная молочная	180	5,50	6,70	21,83	1,75	172,80	№88
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			7,67	8,11	43,36	2,29	272,47	
второй завтрак	Сок яблочный	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
итого за второй завтрак			0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	
Обед	Суп Уха (с сайрой)	170	4,24	5,20	20,24	9,64	112,80	№41
	Котлета мясная	50	6,03	5,73	5,11	0,58	99,38	№161
	Рис отварной	100	2,59	3,39	26,86	0,00	150,12	№132
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска: Кукуруза сладкая	30	0,69	0,07	2,80	3,40	18,56	№тех.к.107
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			17,42	16,20	97,14	13,98	572,56	
Полдник	Омлет натуральный	80	7,21	10,00	1,79	0,39	125,00	№110
	Хлеб пшеничный	20/8	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№390
Итого за полдник			9,71	10,4	20,09	60,39	216	
ИТОГО за день			35,58	34,71	176,34	79,78	1127,83	

шеф повар
повар

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день2								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	6,30	7,30	25,50	1,75	191,70	№96
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			8,47	8,71	47,03	2,29	291,37	№261
второй завтрак	Напиток кисломолочный	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
	Снежок							
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Борщ с мясом, сметаной	150/8/5	2,40	4,07	5,65	6,63	79,63	№27
	Тефтели из говядины	50	6,41	6,78	5,22	0,56	107,50	№174
	Гарнир гречневый	100	3,00	4,27	14,16	0,00	175,33	№186
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска:зеленый горошек	40	2,25	0,09	3,70	4,50	24,70	№тех.к.107
	Морс облепиховый	150	0,14	0,08	10,40	0,20	4,13	№75
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к120
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122	
Итого за обед			11,23	17,10	59,84	11,89	501,99	
Полдник	Суп молочный с вермишелью	150	4,39	4,36	14,99	0,75	116,25	№44
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			6,39	4,76	34,99	10,75	211,25	
ИТОГО за день			29,57	34,41	146,66	25,95	1075,41	

шеф повар
повар

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя1 день2								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	6,30	7,30	25,50	1,75	191,70	№96
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			8,47	8,71	47,03	2,29	291,37	
второй завтрак	напиток кисломолочный	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
	Снежок							
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Борщ с мясом, сметаной	150/8/5	2,40	4,07	5,65	6,63	79,63	№27
	Тефтели из говядины	50	6,41	6,78	5,22	0,56	107,50	№174
	Гарнир гречневый	100	3,00	4,27	14,16	0,00	175,33	№186
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска:зеленый горошек	40	2,25	0,09	3,70	4,50	24,70	№тех.к.107
	Морс облепиховый	150	0,14	0,08	10,40	0,20	4,13	№75
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к120
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122	
Итого за обед			11,23	17,10	59,84	11,89	501,99	
Полдник	Суп молочный с вермишелью	150	4,39	4,36	14,99	0,75	116,25	№44
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			6,39	4,96	34,99	10,75	301,92	
ИТОГО за день			29,57	34,61	146,66	25,95	1075,41	

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 3								
Завтрак	Каша ячневая молочная	180	4,98	6,82	25,30	1,75	183,60	№99
	Батон с повидлом	20/4	0,54	0,16	13,16	0,01	61,00	№2
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
Итого за завтрак			5,52	6,98	38,46	1,76	244,60	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Рассольник с мясом, сметаной	150/8/5	3,28	4,80	16,76	6,57	116,11	№33
	Печень по строгановски	60	8,6	6,14	6,71	0,85	130,23	№83
	Макароны отварные	100	3,68	3,53	23,55	0,00	140,75	№134
	Закуска: икра кабачковая	30	0,40	1,60	2,60	3,24	26,30	№тех.к111
	Кисель	150	0,00	0,00	13,50	0,00	46,50	№233
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122
Итого за обед			18,92	16,51	81,67	10,66	548,89	
Полдник	Творожно-манная запеканка со сгущенным молоком	100/15	10,96	7,53	10,70	0,15	154,37	№237
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			11,36	7,83	21	5,15	201,37	
ИТОГО за день			35,08	35,16	145,93	18,59	1065,66	

шеф повар
повар

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 3								
Завтрак	Каша ячневая молочная	180	4,98	6,82	25,30	1,75	183,60	№99
	Батон с повидлом	20/4	0,54	0,16	13,16	0,01	61,00	№2
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
Итого за завтрак			5,52	6,98	38,46	1,76	244,60	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Рассольник с мясом, сметаной	150/8/5	3,28	4,80	16,76	6,57	116,11	№33
	Печень по строгановски	60	8,6	6,14	6,71	0,85	130,23	№83
	Макароны отварные	100	3,68	3,53	23,55	0,00	140,75	№134
	Закуска: икра кабачковая	30	0,40	1,60	2,60	3,24	26,30	№тех.к111
	Кисель	150	0,00	0,00	13,50	0,00	46,50	№233
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122
Итого за обед			18,92	16,51	81,67	10,66	548,89	
Полдник	запеканка со сгущенным молоком	100/15	10,96	7,53	10,70	0,15	154,37	№237
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			11,36	7,83	21	5,15	201,37	
ИТОГО за день			35,08	35,16	145,93	18,59	1065,66	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 4								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	180	5,70	6,70	4,19	29,22	181,35	№280
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Какао с молоком	150	1,00	1,08	10,83	0,83	75,00	№248
Итого за завтрак			8,20	8,36	25,30	30,05	309,35	
второй завтрак	напиток кисломолочный Снежок	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп с клецками с мясом	170/8	4,12	5,63	15,13	4,24	129,60	№37
	Котлета рыбная (горбуша)	60	4,83	3,81	24,80	0,37	99,75	№134
	Гарнир рисовый	100	2,59	3,39	26,86	0,00	150,12	№132
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска: огурец свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Компот изюм, чернослив	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к120
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122	
Итого за обед			15,68	14,68	109,76	8,35	575,89	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/10	3,92	3,15	10,20	0,07	84,00	№7,122
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	8,98	0,00	30,00	№253
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			9,82	7,95	26,98	45	215	
ИТОГО за день			32,28	34,83	166,84	84,42	1171,04	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 4								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	180	5,70	6,70	4,19	29,22	181,35	№280
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Какао с молоком	150	1,00	1,08	10,83	0,83	75,00	№248
Итого за завтрак			8,20	8,36	25,30	30,05	309,35	
второй завтрак	напиток кисломолочный Снежок	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп с клецками с мясом	170/8	4,12	5,63	15,13	4,24	129,60	№37
	Котлета рыбная (горбуша)	60	4,83	3,81	24,80	0,37	99,75	№134
	Гарнир рисовый	100	2,59	3,39	26,86	0,00	150,12	№132
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска: огурец свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Компот изюм, чернослив	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к120
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к122	
Итого за обед			15,68	14,68	109,76	8,35	575,89	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/10	3,92	3,15	10,20	0,07	84,00	№7,122
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	8,98	0,00	30,00	№253
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			9,82	7,95	26,98	45	215	
ИТОГО за день			32,28	34,83	166,84	84,42	1171,04	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	5,70	7,60	19,70	1,75	168,30	№93
	Батон с маслом	20/5	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с лимоном	150/9/4	0,04	0,00	9,10	1,60	46,67	№200,264
Итого за завтрак			7,24	8,18	39,08	3,35	267,97	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Гороховый с мясом	170/8	4,30	7,90	17,51	4,83	105,60	№36
	Овощное рагу с мясом	180	2,23	4,14	10,16	14,33	86,67	№77
	Закуска: помидор свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	13,75	11,00	75,00	№256
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			9,94	12,60	60,81	33,54	360,99	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	4,80	3,69	20,98	0,26	155,30	№289,314
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			6,27	4,72	39,73	38,8	239,97	
ИТОГО за день			26,93	46,88	144,42	76,71	939,73	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	5,70	7,60	19,70	1,75	168,30	№93
	Батон с маслом	20/5	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с лимоном	150/9/4	0,04	0,00	9,10	1,60	46,67	№200,264
Итого за завтрак			7,24	8,18	39,08	3,35	267,97	
второй завтрак	напиток кисломолочный Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Гороховый с мясом	170/8	4,30	7,90	17,51	4,83	105,60	№36
	Овощное рагу с мясом	180	2,23	4,14	10,16	14,33	86,67	№77
	Закуска: помидор свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	13,75	11,00	75,00	№256
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			9,94	12,60	60,81	33,54	360,99	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	4,80	3,69	20,98	0,26	155,30	№289,314
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			6,27	4,72	39,73	38,8	239,97	
ИТОГО за день			26,93	46,88	144,42	76,71	939,73	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 6								
Завтрак	Каша манная молочная	180	5,50	6,70	21,83	1,75	172,80	№88
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			7,67	9,12	43,36	2,29	272,47	
второй завтрак	Сок яблочный	130	0,78	0,00	15,75	3,12	66,80	№301
итого за второй завтрак			0,78	0,00	15,75	3,12	66,80	
Обед	Суп Харчо с мясом	180	3,33	5,64	15,70	6,30	115,15	№101
	Капуста тушеная с мясом	180	6,30	7,50	7,36	19,00	145,00	№200
	Закуска: икра кабачковая	30	0,40	1,60	2,60	3,24	26,30	№111
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			13,42	15,18	65,63	28,90	456,45	
Полдник	Омлет натуральный	80	7,21	10,00	1,79	0,39	125,00	№110
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			9,21	10,6	21,79	10,39	220	
ИТОГО за день			31,08	34,90	146,53	44,70	1015,72	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 6								
Завтрак	Каша манная молочная	180	5,50	6,70	21,83	1,75	172,80	№88
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			7,67	5,85	43,36	2,29	272,47	
второй завтрак	Сок яблочный	150	0,90	0,00	18,18	3,60	76,00	№301
Итого			8,57	5,85	61,54	5,89	348,47	
Обед	Суп Харчо с мясом	180	3,33	5,64	15,70	6,30	115,15	№101
	Капуста тушеная с мясом	180	6,30	7,50	7,36	19,00	145,00	№200
	Закуска: икра кабачковая	30	0,40	1,60	2,60	3,24	26,30	№111
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			13,42	15,18	65,63	28,90	456,45	
Полдник	Омлет натуральный	80	7,21	10,00	1,79	0,39	125,00	№110
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			9,21	10,6	21,79	10,39	220	
ИТОГО за день			31,08	34,90	146,53	44,70	1015,72	

шеф повар
повар

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 7								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,30	7,30	25,50	1,75	191,70	№96
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с лимоном	150/9/4	0,04	0,00	9,10	1,60	35,00	№200,264
Итого за завтрак			6,84	7,88	44,88	3,35	279,70	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Снежок	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Щи с мясом, сметаной	150/8/5	2,95	4,80	6,87	15,54	94,49	№56
	Котлета мясная	50	6,03	5,73	5,11	0,58	99,38	№161
	Гарнир гречневый	100	3,00	4,27	14,60	0,00	175,33	№186
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска: кукуруза сладкая	30	0,69	0,07	2,80	3,40	18,56	№107
	Морс облепиховый	150	0,14	0,08	10,40	0,20	4,13	№75
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№ тех.карта122
Итого за обед			16,25	16,76	60,49	19,72	502,59	
Полдник	Творожно-манная запеканка со сгущенным молоком	100/15	10,96	7,53	10,70	0,15	154,37	№237
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			11,36	7,83	21	5,15	201,37	
ИТОГО за день			37,93	36,31	131,17	29,24	1054,46	

шеф повар
повар

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 7								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,30	7,30	25,50	1,75	191,70	№96
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с лимоном	150/9/4	0,04	0,00	9,10	1,60	35,00	№200,264
Итого за завтрак			6,84	7,88	44,88	3,35	279,70	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Снежок	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Щи с мясом, сметаной	150/8/5	2,95	4,80	6,87	15,54	94,49	№56
	Котлета мясная	50	6,03	5,73	5,11	0,58	99,38	№161
	Гарнир гречневый	100	3,00	4,27	14,60	0,00	175,33	№186
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Закуска: кукуруза сладкая	30	0,69	0,07	2,80	3,40	18,56	№107
	Морс облепиховый	150	0,14	0,08	10,40	0,20	4,13	№75
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№ тех.карта122
Итого за обед			16,25	16,76	60,49	19,72	502,59	
Полдник	Творожно-манная запеканка со сгущенным молоком	100/15	10,96	7,53	10,70	0,15	154,37	№237
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Груша	100	0,40	0,30	10,30	5,00	47,00	№390
Итого за полдник			11,36	7,83	21	5,15	201,37	
ИТОГО за день			37,93	36,31	131,17	29,24	1054,46	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 8								
Завтрак	Каша ячневая молочная	180	4,98	6,82	25,30	1,75	183,60	№99
	Батон с джемом	20/5	0,54	0,16	13,16	0,01	61,00	№2
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
Итого за завтрак			5,52	6,98	38,46	1,76	244,60	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Свекольник с мясом, сметаной	180/8/5	3,38	5,20	11,03	7,97	116,11	№34
	Гуляш мясной	60	4,50	5,70	1,85	0,60	123,60	№152
	Макароны отварные	100	3,68	3,53	23,55	0,00	140,75	№134
	Закуска:огурец свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	13,75	11,00	75,00	№256
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			14,97	14,99	69,57	22,95	549,18	
Полдник	Каша рисовая молочная	150	4,16	5,60	19,56	1,46	144,00	№173
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№390
Итого за полдник			6,66	6	37,86	61,46	235	
ИТОГО за день			30,63	31,81	150,69	87,19	1099,58	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осокина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 8								
Завтрак	Каша ячневая молочная	180	4,98	6,82	25,30	1,75	183,60	№99
	Батон с джемом	20/5	0,54	0,16	13,16	0,01	61,00	№2
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
Итого за завтрак			5,52	6,98	38,46	1,76	244,60	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Свекольник с мясом, сметаной	180/8/5	3,38	5,20	11,03	7,97	116,11	№34
	Гуляш мясной	60	4,50	5,70	1,85	0,60	123,60	№152
	Макароны отварные	100	3,68	3,53	23,55	0,00	140,75	№134
	Закуска:огурец свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	13,75	11,00	75,00	№256
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			14,97	14,99	69,57	22,95	549,18	
Полдник	Каша рисовая молочная	150	4,16	5,60	19,56	1,46	144,00	№173
	Чай	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№263,264
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	60,00	43,00	№390
Итого за полдник			6,66	6	37,86	61,46	235	
ИТОГО за день			30,63	31,81	150,69	87,19	1099,58	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осойкина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 9								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	180	6,70	6,70	4,19	29,22	181,35	№280
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			8,87	8,11	25,72	29,76	281,02	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Снежок	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп вермишелевый с мясом	170/8	4,30	4,90	17,51	4,83	105,60	№38
	Котлета рыбная (минтай)	60	4,83	4,81	24,80	0,37	99,75	№134
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Пюре картофельное	120	2,44	4,19	24,45	14,36	113,60	№206
	Закуска:помидор свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Компот изюм,чернослив	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122	
Итого за обед			15,71	15,75	109,73	23,30	515,37	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/10	3,92	3,15	10,20	0,07	84,00	№7,122
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	8,98	0,00	30,00	№253
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			9,42	8,15	29,28	10,07	224	
ИТОГО за день			37,48	35,85	169,53	64,15	1091,19	

шеф повар
повар

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 57 _____ Осойкина Р.Е.

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 9								
Завтрак	Каша кукурузная молочная	180	6,70	6,70	4,19	29,22	181,35	№280
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
Итого за завтрак			8,87	8,11	25,72	29,76	281,02	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
ИТОГО			12,35	11,95	30,52	30,78	351,82	
Обед	Суп вермишелевый с мясом	170/8	4,30	4,90	17,51	4,83	105,60	№38
	Котлета рыбная (минтай)	60	4,83	4,81	24,80	0,37	99,75	№134
	Соус белый	30	0,48	1,37	2,16	0,00	21,70	№45
	Пюре картофельное	120	2,44	4,19	24,45	14,36	113,60	№206
	Закуска:помидор свежий	30	0,27	0,04	0,84	3,38	4,72	№70
	Компот изюм,чернослив	180	0,43	0,00	21,42	0,36	81,00	№241
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122	
Итого за обед			15,71	15,75	109,73	23,30	515,37	
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	0,00	63,00	№209
	Бутерброд с сыром	20/10	3,92	3,15	10,20	0,07	84,00	№7,122
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	8,98	0,00	30,00	№253
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	10,00	47,00	№390
Итого за полдник			9,42	8,15	29,28	10,07	224	
ИТОГО за день			37,48	35,85	169,53	64,15	1091,19	

шеф повар
повар

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 57  Осокина Р.Е

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 10								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	5,70	7,60	19,70	1,75	140,25	№93
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Какао с молоком	150	1,00	1,08	10,83	0,83	75,00	№248
Итого за завтрак			8,20	9,26	40,81	2,58	268,25	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
итого за второй завтрак			3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	
Обед	Суп Овсяный с мясом	150/8	3,00	4,92	8,03	2,99	76,17	№40
	Азу	180	6,50	8,23	7,47	1,84	175,00	№153
	Закуска: зеленый горошек	30	0,69	0,17	2,80	3,40	18,56	№107
	Кисель плодово-ягодный	150	0,00	0,00	13,50	0,00	46,50	№233
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			13,15	13,76	50,35	8,23	405,23	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	4,80	3,69	20,98	0,26	155,30	№289,314
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			6,27	4,72	39,73	38,8	239,97	
ИТОГО за день			31,10	31,58	135,69	50,63	984,25	

шеф повар
повар

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 57  Осокина Р.Е

МЕНЮ ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Витамин С	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 день 10								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	5,70	7,60	19,70	1,75	140,25	№93
	Батон с маслом	20/4	1,50	0,58	10,28	0,00	53,00	№1
	Какао с молоком	150	1,00	1,08	10,83	0,83	75,00	№248
Итого за завтрак			8,20	9,26	40,81	2,58	268,25	
второй завтрак	Кисломолочный продукт Йогурт	120	3,48	3,84	4,80	1,02	70,80	№251
ИТОГО			11,68	13,10	45,61	3,60	339,05	
Обед	Суп Овсяный с мясом	150/8	3,00	4,92	8,03	2,99	76,17	№40
	Азу	180	6,50	8,23	7,47	1,84	175,00	№153
	Закуска: зеленый горошек	30	0,69	0,17	2,80	3,40	18,56	№107
	Кисель плодово-ягодный	150	0,00	0,00	13,50	0,00	46,50	№233
	Хлеб украинский	20	1,36	0,24	8,35	0,00	41,00	№тех.к.120
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,20	0,00	48,00	№тех.к.122
Итого за обед			13,15	13,76	50,35	8,23	405,23	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	4,80	3,69	20,98	0,26	155,30	№289,314
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	0,54	46,67	№261
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	№390
Итого за полдник			6,27	4,72	39,73	38,8	239,97	
ИТОГО за день			31,10	31,58	135,69	50,63	984,25	

шеф повар
повар