



Для детей 1-3 лет (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой и сл. маслом	150	4,47	4,1	12,8	106,8
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,30	15,0	78
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36
	Кофейный напиток с молоком	150	2,4	2,0	12,0	75,8
	<i>Итого:</i>	345	11,32	13,2	46,55	357,6
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с луком (чесноком)	30	0,4	1,8	1,1	28,2
	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. капустой, картоф.	150	1,2	4,1	5,2	53,3
	Плов с мясом птицы	160	16,3	14,9	27,1	309,4
	Кисель	150	0,16	0,01	26,4	106,5
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	520	20,25	21,14	72,4	562,0
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Печенье пром.	30	2,0	4,2	21,0	131,0
	<i>Итого:</i>	180	6,2	9,0	27,0	215,2
Ужин	Сырники с морковью	120	16,9	13,8	25,3	294
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	30,45
	Салат из яблок с изюмом	30	0,3	0,3	2,4	25,9
	Чай черный с сахаром	150	0	0	10	40,0
	<i>Итого:</i>	330	17,8	15,5	41,67	390,35
Итого за I день:		1475	56,07	58,84	197,72	1567,55



Для детей 1-3 лет (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	3,4	3,1	23,3	136,5
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,82	6,93	20,01	163
	<i>Итого:</i>	355	12,42	12,83	56,3	387,7
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из моркови с раст. маслом	30	0,4	1,8	1,98	25,9
	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	1,8	2,8	10,4	80,9
	Суфле куриное	50	7,25	9,3	1,5	118,6
	Капуста тушеная	110	2,64	4,0	7,9	90,1
	Компот из яблок	150	0,1	0,1	19,9	81,3
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого :</i>	520	14,38	18,33	54,28	467,4
Полдник	Кисломолочный напиток с м.д.ж 2,5-3,2%	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Плюшка с сахаром	50	3,88	2,36	26,15	141
	<i>Итого:</i>	180	8,08	7,16	32,15	225,2
Ужин	Салат из свежей капусты со свеклой	30	0,3	1,3	1,74	19,02
	Котлета рыбная	50	7,2	2,3	4,9	69,3
	Пюре картофельное	120	2,4	3,8	16,3	110,4
	Чай черн. с сахаром	150	0	0	10	40,0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,8	34,1
	Итого:	420	11,22	7,64	39,74	272,82
Итого за II день		1575	46,6	45,96	192,57	1395,52



Утверждаю

[Signature]

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 33

МЕНЮ

Для детей 1- 3 лет (ясли)

День № 3

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	150	3,8	4,6	1,4	147,8
	Кофейный напиток с молоком	150	2,4	2,0	12,0	75,8
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,30	15,0	78
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	335	8,62	10,5	28,44	334,6
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
		100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	30	0,4	1,8	2,0	26,2
	Суп крестьянский со сметаной	150	1,4	2,85	6,96	45,8
	Гуляш из отварного мяса	30/30	7,6	6,1	1,9	94,5
	Греча отварная	110	5,5	3,9	23,9	155,2
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	530	17,39	14,98	68,16	472,1
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Булочка домашняя	50	3,6	6,3	26,9	178,6
	<i>Итого:</i>	200	7,8	11,1	32,9	262,8
Ужин	Омлет натуральный	60	5,6	7,5	0,8	111,0
	Рагу из овощей с соусом №366 3-й вариант	120	2,2	4,9	12,7	103,1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,8	34,1
	Чай черный с сахаром	150	0	0	10	40,0
	<i>Итого:</i>	350	9,12	12,64	42,94	288,2
Итого за III день:		1515	43,43	49,22	182,54	1400,1



Утверждаю

[Handwritten signature]

МЕНЮ

Для детей 1- 3 лет (ясли)

День № 4

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	150	2,4	2,9	19,5	114,8
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,82	6,93	20,01	163
	<i>Итого:</i>	355	11,42	12,63	52,41	366,1
2 завтрак	Яблоко печеное с сахаром	100	0,3	0,3	31,0	130,0
		100	0,3	0,3	31,0	130,0
Обед:	Салат витаминный	30	0,4	1,8	2,7	26,2
	Борщ со сметаной на м/б-не	150	1,2	4,1	7,35	78,0
	Запеканка картофельная с куриным мясом	120	9,1	7,1	19,3	177,8
	Соус сметанный	30	0,4	1,5	1,8	22,2
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,8	34,1
	<i>Итого:</i>	500	12,72	14,74	58,75	424,1
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Булочка ванильная	50	3,95	4,06	27,24	161
	<i>Итого:</i>	200	8,15	8,86	33,24	245,2
Ужин:	Салат из моркови с маслом растительным	30	0,4	1,8	1,9	25,9
	Запеканка рисовая с творогом	120	7,28	5,9	39,9	242,4
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40,0
	<i>Итого:</i>	330	8,28	9,1	55,77	338,75
Итого за IV день:		1485	30,87	45,63	231,17	1504,15



Утверждаю

[Signature]

МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 5

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным.	150	2,2	3,7	27,2	150,9
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	345	7,8	10,1	61,64	370,9
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100,0	0,5	-	10,1	42,4
		100,0	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с морковью	30	0,3	3	2,5	38,3
	Суп харчо	150	3,15	3,3	13,4	96,2
	Котлета из куриного мяса	60	11,2	2,5	9,4	105,8
	Овощи тушеные в сметанном соусе	110	2,2	3,3	8,9	73,7
	Компот из яблок	150	0,1	0,1	19,9	81,3
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	<i>Итого:</i>	515	17,94	12,38	59,2	420,9
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,28	20,12	96
	<i>Итого:</i>	190	6,88	5,08	26,12	180,2
Ужин:	Оладьи с повидлом	150/30	11,9	11,1	72,9	437,6
	Чай без сахара	150	0,06	0,08	0,3	2,16
	<i>Итого:</i>	410	11,96	11,18	73,2	439,76
Итого за V день:		1560	45,08	38,74	230,26	1454,16



Утверждаю

[Signature]

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 33

МЕНЮ

Для детей 1- 3 лет (ясли)

День № 6

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «Дружба» с маслом сливочным (пшено, рис)	150	3,4	3,8	23,3	140,3
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Итого:	340	9,28	7,0	56,2	380,8
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	Итого:	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с луком (чесноком)	30	0,4	1,8	2,5	28,2
	Суп с рыбными консервами	150	5,2	5,0	8,6	100,3
	Фрикадельки из филе птицы	30/30	10,8	0,9	5,2	71,3
	Рис отварной	110	2,64	3,2	27,5	149,3
	Компот из сухофруктов без сахара	150	0,3	0,01	20,8	80,8
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	Итого:	530	21,32	11,27	74,8	481,1
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Гренка из хлеба пшеничного	20	2,5	0,32	15,2	73,64
	Итого:	170	6,7	5,12	21,2	157,84
Ужин	Салат из моркови с раст. маслом	30	0,4	1,8	1,9	25,9
	Крупеник с творогом	120	14,48	10,48	26,8	259,2
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	30,45
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40
	Итого:	330	15,48	13,68	42,67	355,55
Итого за VI день:		1470	53,28	37,07	204,97	1417,69



Утверждаю

[Signature]

МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 7

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп вермишелевый молочный с маслом слив.	150	4,3	3,9	14,1	108,9
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	355	12,26	13,57	43,12	362,15
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого:</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с раст. маслом	30	0,4	1,9	2,5	28,2
	Суп овощной на курином бульоне	150	1,6	2,9	10,1	63,2
	Печень тушенная в сметане	30/30	7,7	4,5	5,4	91,6
	Макароны отварные	120	4,6	3,4	21,3	132,4
	Кисель	150	0,16	0,01	26,4	106,6
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	540	16,65	13,04	78,3	486,6
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Вафли	40	1,3	11,7	25,1	205,6
	<i>Итого:</i>	190	5,5	16,5	31,1	289,8
Ужин:	Салат из белокочанной капусты	30	0,4	1,5	2,6	25,8
	Рыба, запеченная в омлете	60	9,8	3,3	1,9	76,5
	Картофельное пюре	120	2,4	3,8	16,3	110,4
	Чай с сахаром	180	0	0	10	40
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	420	14,58	8,96	41,0	303,9
<i>Итого за VII день:</i>		1605	49,49	52,07	203,62	1484,9



Утверждаю

[Signature]

МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 8

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая со сл. маслом и сахаром	150	1,5	3,0	20,3	115,5
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого:</i>	345	7,4	9,8	53,24	332,8
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с яблоком	30	0,33	1,6	3,4	29,01
	Суп картофельный с клецками на кур. бульоне	150	2,0	3,6	10,3	72,9
	Курица тушеная в соусе	60	7,5	2,3	2,4	60
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,5	3,9	23,9	155,2
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	530	17,82	11,73	73,4	467,51
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Сушка	30	2,82	1,8	20,1	107,7
	<i>Итого:</i>	180	7,02	6,6	26,1	191,9
Ужин	Винегрет	70	1,9	7,8	11,8	132,7
	Омлет натуральный	60	5,6	7,5	0,7	95,3
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	310	9,48	15,66	32,7	319,2
<i>Итого за VIII день:</i>		1465	42,22	43,79	195,54	1353,81

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 33

Утверждаю

МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 9



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочн. вязкая	150	3,4	3,1	23,3	136,5
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	Итого:	345	9,0	9,5	57,74	356,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	Итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из Моркови с сахаром	30	0,4	0,06	3,5	15,7
	Суп картофельный на курином бульоне	150	1,6	2,9	10,1	63,2
	Запеканка капустная с мясом	120	10,7	12,9	13,5	212,8
	Кисель	150	0,16	0,01	26,4	106,6
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	Итого:	480	15,05	16,2	66,1	462,9
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179
		200	7,84	11,06	32,96	263,2
Ужин	Салат из белокочанной капусты	30	0,4	1,5	2,6	25,8
	Вареники ленивые	150	20,2	10,1	37,2	306,8
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	30,45
	Чай с сахаром	150	0	0	10,0	40,0
	Итого:		21,2	13,0	53,77	403,05
		360				
Итого IX за день:		1485	53,59	49,76	220,67	1528,05



Утверждаю

[Signature]

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 33

ДЕТСКИЙ САД
№ 33

МЕНЮ

Для детей 1- 3 лет (ясли)

День № 10

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «Дружба» вязкая с маслом сливочным (пшено, рис)	150	3,4	3,8	23,3	140,3
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого:</i>	345	9,3	10,6	56,24	357,6
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с раст. маслом	30	0,4	1,9	2,5	28,2
	Суп картоф. с мясными фрикадельками	150	3,2	2,9	9,9	77,9
	Котлеты рыбные	50	6,4	2,1	4,4	61,6
	Картофельное пюре	120	2,5	3,8	14,6	98,0
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	530	14,99	11,03	64,8	415,5
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Ватрушка (пирожок) с джемом	60	3,8	2,6	37,8	190
	<i>Итого:</i>	210	8,0	7,4	43,8	274,2
Ужин	Оладьи с повидлом	150/30	11,9	11,1	72,9	437,6
	Чай с молоком	150	2,2	1,95	11,9	74,2
	<i>Итого:</i>	330	14,1	13,05	84,8	511,8
<i>Итого за Хдень:</i>		1515	46,89	42,08	259,74	1601,5



МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 11

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная вязкая с маслом слив.	150	2,4	2,9	19,5	114,8
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого:</i>	345	8,0	9,3	53,94	334,8
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из белокочанной капусты с раст. Маслом	30	0,4	1,5	2,6	26,3
	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. Капустой, картоф.	150	1,26	5,0	5,2	53,3
	Тефтели мясные	30/30	4,3	4,8	5,6	82,5
	Греча отварная	110	5,5	3,9	23,9	155,2
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	530	12,74	15,56	68,3	454,3
	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Гренка из пшеничного хлеба	40	4,9	0,63	30,4	147,28
Полдник	<i>Итого:</i>	190	9,1	5,43	36,4	231,48
	Салат из моркови и яблок	30	0,2	1,6	6,1	24,6
	Сырники запеченные с повидлом 100/30	130	18,81	12,67	30,9	309
	Чай с сахаром	150	0	0	10,0	40,0
	<i>Итого:</i>	310	19,01	14,27	47,0	373,6
Ужин						
	<i>Итого за XI день:</i>	1475	49,35	44,56	215,74	1436,58



МЕНЮ

Для детей 1- 3 лет (ясли)

День № 12

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «Янтарная» (пшенная с яблоками) и сл. маслом	150	6,1	7,3	28,8	204,8
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	355	14,36	17,37	56,32	455,35
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Огурец соленый	30	0,3	0,06	1,4	12,0
	Суп гороховый на мясном б-не с гречками	150/10	4,4	3,4	15,9	112,6
	Суфле из отварного мяса (куриное)	60	10,26	5,3	1,8	96
	Картофельное пюре	120	2,5	3,8	14,6	98,0
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого :</i>	550	19,74	12,92	64,7	455,6
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,28	20,12	96
	<i>Итого:</i>	190	6,88	5,08	26,12	180,2
Ужин	Оладьи с повидлом	150/30	11,9	11,1	72,9	437,6
	Чай с сахаром	150	0	0	10,0	40,0
	<i>Итого:</i>	330	11,9	11,1	82,9	477,6
Итого за XII день:		1525	53,38	46,47	240,14	1611,15



МЕНЮ

Для детей 1- 3 лет (ясли)

День № 13

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая со сл. маслом и сахаром	150	1,5	3,0	20,3	115,5
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	345	7,1	9,4	54,74	335,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с маслом растительным	30	0,4	1,9	2,5	28,2
	Свекольник со сметаной	150	1,6	4,0	8,9	78,9
	Жаркое по-домашнему	160	20,0	5,4	15,9	180,7
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	520	24,49	11,63	60,7	438,2
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Печенье	35	2,1	2,7	21,3	166,8
	<i>Итого:</i>	185	6,3	7,5	27,3	251
Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0,4	2,2	2,7	26,3
	Котлета рыбная любительская	50	6,7	2,1	5,4	67,5
	Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,35
	Рис отварной	110	2,64	3,2	27,5	149,3
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,1	0,01	12,2	49,5
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	42,7
	<i>Итого:</i>	400	11,82	9,17	60,4	357,65
Итого заXIII день:		1550	50,21	37,7	213,24	1424,75



[Handwritten signature]

МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 14

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная молочная с тыквой и маслом сл.	150	5,5	5,0	26,4	172,7
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Бутерброд с сыром и маслом слив.	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	435	13,76	15,07	53,92	423,25
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат витаминный	30	0,4	1,8	2,7	26,2
	Суп лапша с курицей	150	1,5	3,1	7,3	63,8
	Голубцы ленивые с куриным мясом	130	11,4	7,3	16,4	177,9
	Компот из сухофруктов без сахара	150	0,3	0,0	9,2	39,2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	490	15,58	12,56	45,8	358,3
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Гренка из хлеба пшеничного	40	4,9	0,63	30,4	147,28
	<i>Итого:</i>	190	9,1	5,43	36,4	195,48
Ужин:		30	0,3	0,2	2,8	26,1
	Салат из моркови с яблоком	120	7,3	5,9	39,9	242,4
	Запеканка рисовая с творогом	30	0,6	1,4	3,9	30,5
	Соус молочный	150	0	0	10,0	40,0
	Чай с сахаром	330	10,2	9,17	70,36	425,05
	<i>Итого:</i>					
		1545	55,27	48,63	237,71	1656,18
Итого за XIV день:						



[Handwritten signature]

МЕНЮ

Для детей 1-3 лет (ясли)

День № 15

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	150	3,4	3,1	23,3	136,5
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	345	9,0	9,5	57,74	356,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Икра свекольная	30	0,7	1,4	3,6	18,0
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	150	1,6	4,1	10,4	85,5
	Тефтели из рыбы паровые	50	7,7	0,6	4,4	47,5
	Картофельное пюре	120	2,5	3,8	14,6	98,0
	Компот из яблок	150	0,1	0,1	19,9	81,3
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	530	14,79	10,33	65,5	394,9
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Булочка домашняя	50	3,6	6,3	26,9	178,6
	<i>Итого :</i>	200	7,8	11,1	32,9	262,8
Ужин:	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0,4	2,2	2,7	26,3
	Котлета куриная	60	11,2	2,5	9,4	105,8
	Гречка отварная со слив. маслом	110	5,5	3,9	23,9	155,2
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	380	19,08	8,96	56,2	378,5
Итого за XV день:		1555	51,17	39,89	221,54	1434,2