

Утверждаю

Кудрина Н.М.

10.2024



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет, Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 1/ДЕНЬ 1

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 200гр	7.15/4	231,48000	0,00645	0,00632	0,03231	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/3	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Какао с молоком	7.285	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:		460,11000	0,01152	0,01637	0,06383	0,393
Завтрак второй						
Сок 0,2 л - 100г	7.033/2	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из капусты со сладкой кукурузой	7.425/1	41,10625	0,00079	0,00208	0,00539	0,04
Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	7.165	81,53000	0,00149	0,00315	0,01047	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	7.256	89,75125	0,00865	0,00754	0,00355	0,06
Греча с овощами.	7.368-2	173,15875	0,00435	0,00566	0,02724	0,15
Компот из чернослива	7.028	67,26000	0,00020	0,00000	0,01627	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		553,30625	0,01897	0,01897	0,08549	0,638
Полдник						
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	33,60000	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Запеканка творожная 80 гр	7.н039-6	217,99125	0,01045	0,01363	0,00749	0,08
Чай с сахаром.	7.354	36,95250	0,00000	0,00000	0,00886	0,15
Итого:		288,54375	0,01121	0,01452	0,02226	0,24
Всего:		1387,70138	42,19500	49,96375	181,67500	1,371

Утверждаю
Кудрина Н.М.

11.10.2024 СКИЙ
САД
№ 170

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ1/ДЕНЬ2

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	7.н119с	145,29000	0,00396	0,00565	0,01646	0,15
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/3	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Сыр 7 гр	7.435/4	19,36000	0,00144	0,00148	0,00000	0,007
Кофейный напиток на молоке	7.084	85,05500	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:		391,79500	0,01023	0,01689	0,04783	0,35
Завтрак второй						
Банан 100 гр	7.183-1	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:		62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Обед						
Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	7.130/1	16,24167	0,00036	0,00105	0,00176	0,04
Борщ с мясом со сметаной	7.254	69,48167	0,00286	0,00415	0,00666	0,15
Рыба запеченная в молочном соусе 70 г	7.6/7/2	114,69000	0,00931	0,00449	0,00692	0,07
Картофельное пюре.	7.64с	125,94667	0,00238	0,00422	0,01755	0,12
Компот из изюма	7.078	64,10000	0,00017	0,00000	0,01565	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		490,96000	0,01858	0,01445	0,07109	0,618
Полдник						
Омлет 80 гр		160,04571	0,00779	0,01105	0,00139	0,08
Пряник 25 гр	7.209	87,50000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025
Напиток из вишни	7.15/13	32,32500	0,00006	0,00002	0,00828	0,15
Итого:		279,87100	0,00785	0,01107	0,00967	0,255
Всего:		1224,92600	37,71667	42,47500	143,85500	1,323

Утверждаю

Кудрина Н.М.

11.10.2024

САД
№ 170

ОГРН 1145686015321

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 1/ДЕНЬ 3

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 200гр	7.4/4.	179,74000	0,00458	0,00633	0,02219	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Чай с молоком	7.115	68,52750	0,00211	0,00225	0,00910	0,15
Итого:		390,35750	0,00942	0,01623	0,05000	0,393
Завтрак второй						
Сок 0,2 л - 100г	7.033/2	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас 60гр.	7.29/1	83,90000	0,00086	0,00538	0,00658	0,06
Суп гороховый со сметаной	7.н086-1	81,62750	0,00300	0,00207	0,01173	0,15
Тефтели из мяса говядины 80гр.	7.20/8	108,84000	0,01204	0,01220	0,00808	0,08
Макаронные изделия отварные с овощами	7.151	166,61125	0,00420	0,00273	0,02909	0,12
Компот из сухофруктов.	7.115/1	44,55000	0,00037	0,00002	0,01009	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третьем блюде на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		586,02875	0,02395	0,02293	0,08813	0,648
Полдник						
Запеканка из творога с морковью 100 гр	7.13/5	232,69000	0,00859	0,01672	0,01259	0,1
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	33,60000	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Напиток из шиповника	7.063	54,00000	0,00029	0,00000	0,01309	0,15
Итого:		320,29000	0,00964	0,01762	0,03159	0,26
Всего:		1345,19550	43,50625	56,86750	179,83000	1,401

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024



Меню приготовляемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 1/ДЕНЬ 4

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	7.н123с2	136,60000	0,00409	0,00547	0,01753	0,18
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Какао с молоком	7.285	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:		365,23000	0,00915	0,01553	0,04906	0,373
Завтрак второй						
Сок 0,2 л - 100г	7.033/2	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из огурцов с растительным маслом	7.291	24,67700	0,00046	0,00194	0,00199	0,045
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	7.20/2/5	88,95000	0,00176	0,00307	0,01217	0,2
Мясо кур отварное (порци..) 80 гр	7.1/9/1	267,04800	0,01892	0,01788	0,00093	0,08
Капуста тушеная 150г		104,14900	0,00352	0,00283	0,01755	0,15
Компот из кураги	7.110	55,17000	0,00044	0,00000	0,01357	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		640,49400	0,02859	0,02625	0,06877	0,713
Полдник						
Омлет с картофелем (запеченный) - 80 гр.		102,19200	0,00513	0,00465	0,00786	0,08
Чай с сахаром.	7.354	37,14200	0,00000	0,00000	0,00886	0,15
Печенье 25 гр	7.298	87,50000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025
Итого:		226,83400	0,00633	0,00535	0,03614	0,255
Всего:		1282,89220	44,57900	47,23000	164,06200	1,411

Утверждаю

Кудрина Н.М.

11.10.2024



Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет, Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 1/ДЕНЬ 5

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Сыр 7 гр	7.435/4	19,36000	0,00144	0,00148	0,00000	0,007
Кофейный напиток на молоке	7.084	84,90900	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:		373,60900	0,00980	0,01584	0,04733	0,35
Завтрак второй						
Яблоко 100гр	7.346	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:		39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Обед						
Салат из помидоров с растительным маслом.	7.097/1	25,52700	0,00062	0,00161	0,00262	0,045
Щи на мясном бульоне со сметаной.	7.н145	58,31200	0,00131	0,00230	0,00613	0,15
Жаркое по - домашнему	7.н070	239,83400	0,01792	0,01573	0,01884	0,18
Компот из чернослива	7.028	67,26000	0,00020	0,00000	0,01627	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		491,43300	0,02354	0,02017	0,06642	0,613
Полдник						
Напиток из вишни	7.15/13	46,72700	0,00006	0,00002	0,01202	0,15
Манник (68 гр)	7.103/4	309,34000	0,00744	0,00926	0,04387	0,068
Итого:		356,06700	0,00750	0,00928	0,05589	0,218
Всего:		1331,94020	41,19100	45,64600	180,02200	1,28

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11/10/2024



Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет, Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 2/ДЕНЬ 6

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	7.н027	143,86000	0,00449	0,00574	0,01805	0,15
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Чай с молоком	7.118	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,2
Итого:		361,11000	0,00933	0,01564	0,04745	0,393
Завтрак второй						
Сок 0,2 л- 100 г	7.033/2	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом 60 гр.	7.9/1	55,11000	0,00096	0,00307	0,00726	0,06
Свекольник со сметаной 200гр	7.5/2	94,14000	0,00140	0,00453	0,01119	0,2
Плов из мяса говядины 200 гр.	7.4/8/1	357,94900	0,01494	0,01716	0,03014	0,2
Компот из чернослива и изюма	7.072	67,09000	0,00019	0,00000	0,01632	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		674,78900	0,02099	0,02530	0,08747	0,698
Полдник						
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	33,92000	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Сырники из творога 100	7.6/5	317,30000	0,01372	0,01658	0,02033	0,1
Чай с лимоном.	7.087	39,22000	0,00003	0,00000	0,00926	0,15
Итого:		390,44000	0,01451	0,01748	0,03551	0,26
Всего:		1477,46710	45,33400	58,52300	180,53300	1,451

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 2/ДЕНЬ 7

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша манная молочная с маслом сливочным 200г	8.5/4	197,24000	0,00522	0,00544	0,02843	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Какао с молоком	7.285	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:		425,87000	0,01029	0,01549	0,05995	0,393
Завтрак второй						
Банан 100 гр	7.183-1	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:		62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Обед						
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.	7.19/1/1	84,55250	0,00112	0,00759	0,00345	0,05
Суп из овощей со сметаной	4.14/2	76,85125	0,00127	0,00409	0,00745	0,15
Рыба, тушеная с овощами 100 гр.*1	4.4/4	213,03875	0,02158	0,01037	0,00409	0,08
Картофельное пюре.	7.64с	113,48000	0,00238	0,00301	0,01754	0,12
Напиток из шиповника	7.063	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		653,79250	0,03013	0,02560	0,07091	0,638
Полдник						
Омлет с сыром	7.167	107,51000	0,00635	0,00729	0,00117	0,06
Напиток из вишни	7.15/13	46,53750	0,00006	0,00002	0,01202	0,15
Пряник 25 гр	7.209	87,50000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025
Итого:		241,54750	0,00761	0,00800	0,03262	0,235
Всего:		1385,84850	49,08125	49,16375	178,74500	1,366

Кудрина Н.М.

11.10.2024



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети от 1 года до 3 лет Ясли, 5 д 10,5 ч, **НЕДЕЛЯ 2/ДЕНЬ 8**

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200гр	7.7/4	249,37000	0,00618	0,00686	0,03756	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Кофейный напиток на молоке	7.084	84,69000	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:		476,15000	0,01101	0,01663	0,06893	0,393
Завтрак второй						
Сок 0,2 л-100г	7.033/2	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат картофельный с огурцом	7.169	32,81375	0,00058	0,00141	0,00418	0,04
Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	7.274	69,65250	0,00116	0,00263	0,00850	0,15
Бигус с мясом 200г	7.061/3	190,26500	0,01418	0,01289	0,01453	0,2
Компот из кураги и изюма	7.138	66,77000	0,00030	0,00000	0,01633	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		496,00125	0,01972	0,01746	0,06610	0,628
Полдник						
Запеканка из творога с яблоками 80г	7.16/5/3	237,33875	0,00903	0,01599	0,01478	0,08
Сгущеное молоко 10 гр	7.262	33,60000	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Чай с сахаром.	7.354	36,95250	0,00000	0,00000	0,00886	0,15
Итого:		307,89125	0,00979	0,01689	0,02955	0,24
Всего:		1377,77075	41,02500	51,07500	174,67500	1,361

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024



Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 2 / ДЕНЬ 9

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша вязкая из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом	7.091/1	145,28375	0,00409	0,00425	0,02028	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Чай с молоком	7.118	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Итого:		362,53375	0,00893	0,01416	0,04969	0,393
Завтрак второй						
Сок 0,2 л- 100 г	7.033/2	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	7.093	24,07500	0,00028	0,00106	0,00402	0,03
Суп из свежей рыбы с крупой.	7.424/3	119,63125	0,00747	0,00340	0,01308	0,15
Гуляш из мяса куры 70 г .	7.н190-4с	98,00000	0,01433	0,00280	0,00201	0,07
Каша перловая	7.142/1	159,91500	0,00365	0,00302	0,02789	0,12
Компот из сухофруктов.	7.115/1	57,81500	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		559,93625	0,02960	0,01083	0,08282	0,608
Полдник						
Суп молочный с лапшой 0,15	7.21/2/3	79,79250	0,00247	0,00287	0,00939	0,15
Чай с лимоном.	7.087	39,22000	0,00003	0,00000	0,00926	0,15
Печенье 25 гр	7.298	114,50000	0,00260	0,00130	0,01920	0,025
Итого:		233,51250	0,00510	0,00417	0,03785	0,325
Всего:		1206,71700	44,13125	29,25625	180,46125	1,426

Утверждаю
Кудрина Н.М.

11.10.2024

ДЕТСКИЙ
САД
№ 170

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, Ясли, 5 д 10,5 ч НЕДЕЛЯ 2/ ДЕНЬ 10

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным 200г	7.19/4	211,80000	0,00550	0,00637	0,02863	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	142,09000	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Сыр 6 гр	7.435/4	19,36000	0,00144	0,00148	0,00000	0,006
Кофейный напиток на молоке	7.084	84,69000	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:		457,94000	0,01177	0,01761	0,06000	0,399
Завтрак второй						
Апельсин 100 гр	7.090-1	29,33330	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:		29,33330	0,00006	0,00014	0,00721	0,1
Обед						
Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом 60гр.	7.239	98,37000	0,00081	0,00444	0,01324	0,06
Суп-пюре гороховый 200 гр	7.29/2	153,40000	0,00832	0,00221	0,02340	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 200 гр	7.36/8/4	235,97875	0,01522	0,01445	0,02981	0,2
Компот из сухофруктов	7.115/1	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:		643,32875	0,02813	0,02163	0,10249	0,698
Полдник						
Напиток из шиповника	7.063	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Рогалик Посадский с вареной сгущенкой 70г	3,8/22	235,90000	0,00266	0,00483	0,04508	0,07
Итого:		301,27000	0,00295	0,00483	0,06089	0,22
Всего:		1544,20200	43,19375	44,42625	233,76750	1,417