

Утверждаю

11.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория : Дети 3-6 лет , 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	237,73622	0,00645	0,00632	0,03231	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	145,93027	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Какао с молоком	7.285	115,04541	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:		498,71189	0,01240	0,01723	0,06702	0,443
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	47,24324	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		47,24324	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из капусты со сладкой кукурузой	7.425/1	63,42811	0,00118	0,00312	0,00805	0,06
Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	7.165	111,19838	0,00196	0,00420	0,01403	0,2
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	7.256	123,09054	0,01150	0,01005	0,00452	0,08
Греча с овощами.	7.368-2	177,89135	0,00435	0,00566	0,02724	0,15
Компот из чернослива	7.028	76,86270	0,00019	0,00000	0,01809	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	55,76757	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,44865	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		655,68730	0,02268	0,02358	0,09447	0,795
Полдник						
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	34,76757	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Запеканка творожная 80 гр	7.н039-6	220,53459	0,01024	0,01345	0,00748	0,08
Чай с сахаром.	7.354	50,60162	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Итого:		305,90378	0,01100	0,01434	0,02520	0,29
Всего:		1520,27357	46,57946	55,25676	196,79324	1,628

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024



Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Дети 3-6 лет, 5 д 10,5 ч, НЕДЕЛЯ 1/ДЕНЬ 2

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	7.н119с	200,58629	0,00538	0,00728	0,02268	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	148,49971	0,00281	0,00768	0,01925	0,043
Сыр 6 гр	7.435/4	20,01371	0,00144	0,00148	0,00000	0,006
Кофейный напиток на молоке	7.084	105,40200	0,00280	0,00282	0,01427	0,2
Итого:		474,50171	0,01243	0,01926	0,05621	0,449
Завтрак второй						
Банан 100 гр	7.183-1	64,84286	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:		64,84286	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Обед						
Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	7.130/1	29,26057	0,00051	0,00207	0,00250	0,06
Борщ с мясом со сметаной	7.254	100,54229	0,00387	0,00598	0,00889	0,2
Рыба запеченная в молочном соусе 70г	7.6/7/2	138,68886	0,01191	0,00524	0,00694	0,07
Картофельное пюре.	7.64с	148,25457	0,00298	0,00395	0,02201	0,15
Компот из изюма	7.078	166,79771	0,00017	0,00000	0,01578	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	40,33714	0,00141	0,00026	0,00896	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,52000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		671,40114	0,02238	0,01768	0,07510	0,785
Полдник						
Омлет 80 гр	7.2/6	160,04571	0,00802	0,01128	0,00166	0,08
Пряник 25 гр	7.209	87,50000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025
Напиток из вишни	7.15/13	42,16571	0,00008	0,00002	0,01033	0,2
Итого:		289,71200	0,00810	0,01130	0,01198	0,305
Всего:		1500,45800	43,96686	48,30714	158,55486	1,639

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024

11.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-6 лет , 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.	188,19226	0,00458	0,00659	0,02219	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,67355	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Чай с молоком	7.118	89,08774	0,00276	0,00296	0,01098	0,2
Итого:		423,95355	0,01008	0,01720	0,05189	0,443
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	44,51613	0,00047	0,00009	0,00945	0,1
Итого:		44,51613	0,00047	0,00009	0,00945	0,1
Обед						
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас 60гр.	7.29/1	86,25161	0,00086	0,00538	0,00658	0,06
Суп гороховый со сметаной	7.н086-1	137,76968	0,00546	0,00319	0,01944	0,2
Тефтели из мяса говядины 80гр.	7.20/8	118,26677	0,01206	0,01245	0,00808	0,08
Макаронные изделия отварные с овощами	7.151	135,55419	0,00524	0,00542	0,03618	0,15
Компот из сухофруктов.	7.115/1	66,08419	0,00049	0,00003	0,01449	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00192	0,00035	0,01214	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	64,82903	0,00208	0,00025	0,01374	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		663,05548	0,02811	0,02706	0,11064	0,795
Полдник						
Запеканка из творога с морковью 100 гр	7.13/5	269,82839	0,01012	0,01899	0,01292	0,1
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	34,89032	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Напиток из шиповника	7.063	55,94484	0,00032	0,00000	0,01299	0,2
Итого:		360,66355	0,01120	0,01989	0,03182	0,31
Всего:		1443,30577	49,85806	64,24097	203,79903	1,648

Утверждаю
Кудрина Н.М.

11.10.2024



Меню приготовляемых блюд
Возрастная категория: 3-6 лет Дети, 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	193,10857	0,00537	0,00795	0,02311	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,14971	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Какао с молоком	7.285	104,38629	0,00322	0,00326	0,01340	0,2
Итого:		443,64457	0,01133	0,01887	0,05523	0,443
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	52,57143	0,00056	0,00011	0,01125	0,1
Итого:		52,57143	0,00056	0,00011	0,01125	0,1
Обед						
Салат из огурцов с растительным маслом.	7.291	33,53829	0,00061	0,00257	0,00265	0,06
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	7.201/2	90,89114	0,00174	0,00307	0,01202	0,2
Мясо кур отварное (порци., без кости) 80 гр	7.1/9/1	279,75286	0,01892	0,01788	0,00093	0,08
Капуста тушеная 150г	7.8/3	105,88571	0,00352	0,00283	0,01755	0,15
Компот из кураги	7.110	67,81600	0,00049	0,00000	0,01612	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	55,85143	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,52000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		681,25543	0,02877	0,02689	0,07182	0,795
Полдник						
Омлет с картофелем (запеченный) - 80 гр.	7.4/6	155,51743	0,00513	0,00465	0,00786	0,08
Чай с сахаром.	7.354	39,84914	0,00000	0,00000	0,00921	0,2
Печенье 25 гр	7.298	90,00000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025
Итого:		285,36657	0,00633	0,00535	0,03649	0,305
Всего:		1424,68954	46,98800	51,21943	174,79971	1,643

Утверждаю

Кудрина Н.М.

11.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория : Дети 3-6 лет, 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	181,19333	0,00467	0,00682	0,02121	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,03694	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Сыр 6 гр	7.435/4	20,04444	0,00144	0,00148	0,00000	0,006
Кофейный напиток на молоке	7.084	116,13861	0,00280	0,00282	0,01687	0,2
Итого:		463,41333	0,01164	0,01876	0,05679	0,449
Завтрак второй						
Яблоко 100гр	7.346	40,85000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:		40,85000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Обед						
Салат из помидоров с растительным маслом.	7.097/1	37,97000	0,00076	0,00253	0,00332	0,06
Щи на мясном бульоне со сметаной.	7.н145 -1	66,74194	0,00169	0,00277	0,00813	0,2
Жаркое по - домашнему	7.н070	368,54583	0,02341	0,02277	0,02852	0,23
Компот из чернослива	7.028	76,91889	0,00019	0,00000	0,01809	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	55,80833	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,48333	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		653,46833	0,02955	0,02861	0,08062	0,795
Полдник						
Напиток из вишни	7.15/13	63,77361	0,00008	0,00002	0,01603	0,2
Манник (68 гр)	7.103/4	319,32833	0,00762	0,00942	0,04388	0,068
Итого:		383,10194	0,00770	0,00944	0,05991	0,268
Всего:		1596,46881	49,24833	57,16056	207,70444	1,612

Утверждаю

Кудрина Н.М.

11.10.2024



Меню приготовляемых блюд
Возрастная категория: 3-6 лет Дети, 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	203,18371	0,00590	0,00828	0,02393	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,14971	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Чай с молоком	7.118	99,60114	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
Итого:		448,93457	0,01140	0,01889	0,05622	0,443
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	47,31429	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		47,31429	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом 60 гр.	7.9/1	56,69743	0,00096	0,00307	0,00726	0,06
Свекольник со сметаной 200гр	7.5/2	97,14171	0,00140	0,00453	0,01119	0,2
Плов из мяса говядины 200 гр.	7.4/8/1	368,42600	0,01494	0,01716	0,03014	0,2
Компот из чернослива и изюма	7.072	80,49600	0,00019	0,00000	0,01898	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	55,85143	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,52000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		706,13257	0,02099	0,02530	0,09014	0,765
Полдник						
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	34,83429	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Сырники из творога 100	7.6/5	327,14971	0,01379	0,01664	0,02034	0,1
Чай с лимоном.	7.087	52,37486	0,00004	0,00000	0,01203	0,2
Итого:		414,35886	0,01459	0,01754	0,03828	0,31
Всего:		1578,01420	47,48571	61,83200	194,73571	1,618

Утверждаю

Кудрина Н.М.

11.10.2024

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория : 3-6 лет Дети, 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	203,81467	0,00522	0,00544	0,02843	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	174,24300	0,00363	0,00800	0,02494	0,043
Какао с молоком	7.285	103,52333	0,00324	0,00328	0,01300	0,2
Итого:		481,58100	0,01210	0,01672	0,06637	0,443
Завтрак второй						
Банан 100 гр	7.183-1	69,42000	0,00112	0,00007	0,01628	0,1
Итого:		69,42000	0,00112	0,00007	0,01628	0,1
Обед						
Рыба, тушеная с овощами 100 гр.*1	4.4/7	275,04967	0,02697	0,01296	0,00511	0,1
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.	7.19/1/1	87,85433	0,00116	0,00763	0,00346	0,05
Суп из овощей со сметаной	4.14/2	105,97933	0,00170	0,00554	0,00995	0,2
Картофельное пюре.	7.64с	148,94367	0,00298	0,00395	0,02201	0,15
Напиток из шиповника	7.063	77,66533	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	56,11000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,74000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:		799,34233	0,03664	0,03063	0,08127	0,76
Полдник						
Омлет с сыром	7.167	156,23967	0,00879	0,01042	0,00159	0,08
Напиток из вишни	7.15/13	64,11833	0,00008	0,00002	0,01603	0,2
Пряник 25 гр	7.209	90,41667	0,00120	0,00070	0,01943	0,025
Итого:		310,77467	0,01007	0,01114	0,03704	0,305
Всего:		1612,14050	59,92800	58,55767	200,95000	1,608



Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 3-6 лет Дети, 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	4.7/4	257,68233	0,00618	0,00686	0,03756	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,82633	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Кофейный напиток на молоке	7.084	116,78233	0,00280	0,00282	0,01687	0,2
Итого:		521,29100	0,01171	0,01733	0,07314	0,443
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	47,53333	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		47,53333	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат картофельный с огурцом	7.169	47,12367	0,00084	0,00188	0,00608	0,06
Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	7.274	189,92600	0,00155	0,00351	0,01133	0,2
Бигус с мясом	7.061/1	264,48600	0,02119	0,01908	0,01517	0,23
Компот из кураги и изюма	7.138	80,45533	0,00033	0,00000	0,01900	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	56,11000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,74000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		685,84100	0,02741	0,02501	0,07414	0,795
Полдник						
Запеканка из творога с яблоками 80г	7.16/5/3	243,48333	0,00890	0,01587	0,01477	0,08
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	34,98667	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Чай с сахаром.	7.354	50,91233	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Итого:		329,38233	0,00966	0,01677	0,03249	0,29
Всего:		1619,26030	49,28300	59,21167	189,87367	1,628

Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024



Меню приготовляемых блюд
Возрастная категория :3-6 лет Дети, 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	216,96067	0,00547	0,00737	0,02676	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,82633	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Чай с молоком	7.118	100,09067	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
Итого:		463,87767	0,01097	0,01797	0,05905	0,443
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	47,53333	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		47,53333	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	7.093	45,57700	0,00046	0,00210	0,00697	0,05
Суп из свежей рыбы с крупой.	7.424/3	161,61033	0,00972	0,00455	0,01638	0,2
Гуляш из мяса кури 70 г .	7.н190-4с	101,50800	0,01433	0,00280	0,00201	0,07
Каша перловая	7.142/1	225,34000	0,00457	0,00553	0,03487	0,15
Компот из сухофруктов.	7.115/1	77,04533	0,00049	0,00003	0,01708	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	56,11000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,74000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		714,93067	0,03307	0,01554	0,09987	0,775
Полдник						
Суп молочный с лапшой 0,15	7.21/2/3	102,54533	0,00247	0,00287	0,00939	0,15
Чай с лимоном.	7.087	52,61733	0,00004	0,00000	0,01203	0,2
Печенье 25 гр	7.298	118,31667	0,00260	0,00130	0,01920	0,025
Итого:		273,47933	0,00511	0,00417	0,04062	0,375
Всего:		1435,62967	49,64667	37,78067	209,64067	1,693



Утверждаю
Кудрина Н.М.
11.10.2024

Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория : 3-6 лет, Дети, 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	218,86000	0,00550	0,00637	0,02863	0,2
Батон с маслом 35/8 гр	7.035/6	146,82633	0,00274	0,00765	0,01872	0,043
Сыр 6 гр	7.435/4	20,18133	0,00144	0,00148	0,00000	0,006
Кофейный напиток на молоке	7.084	116,78233	0,00280	0,00282	0,01687	0,2
Итого:		502,65000	0,01247	0,01832	0,06421	0,449
Завтрак второй						
Апельсин 100 гр	7.090-1	29,33333	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:		29,33333	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Обед						
Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом 60гр.	7.239	101,64900	0,00081	0,00444	0,01324	0,06
Суп-пюре гороховый 200 гр	7.29/2	158,52700	0,00832	0,00221	0,02340	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 230 гр	7.36/8/4	393,23467	0,01746	0,01657	0,03428	0,23
Компот из сухофруктов	7.115/1	80,41400	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	56,11000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	47,74000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	7.500	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
Итого:		837,67467	0,03036	0,02376	0,11241	0,795
Полдник						
Напиток из шиповника	7.063	77,66533	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Рогалик Посадский с вареной сгущенкой 70г	3. 8/22	243,76333	0,00266	0,00483	0,04508	0,07
Итого:		321,42867	0,00298	0,00483	0,06325	0,27
Всего:		1643,80847	46,43967	47,04267	247,09067	1,614