

Утверждаю

Заведующая МКДОУ

«Д/с №2 «Ласточка»

С.Ч. Яхьяева



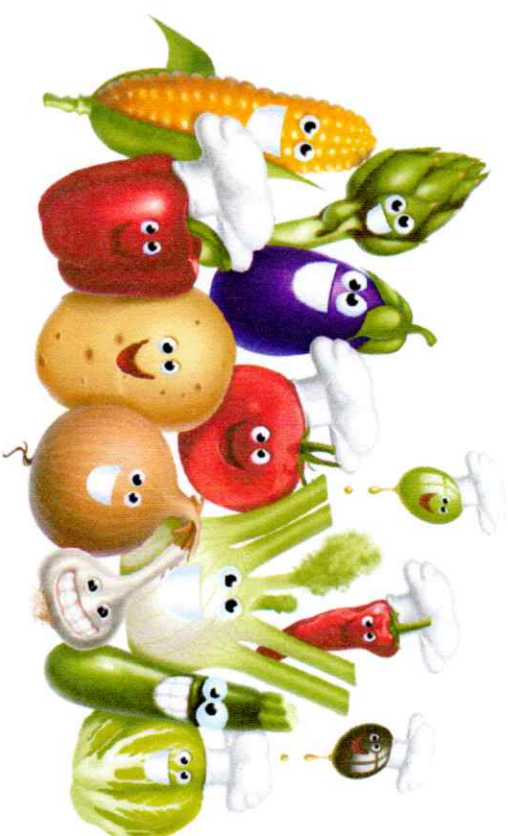
Приказ № 43/2 -ОД от 12.08.2024 г.

Перспективное 10 – дневное меню

от 3 до 7 лет

МКДОУ «Детский сад №2 «Ласточка»

на 2024 – 2025 учебный год.



г. Кизилжурт 2024г.

Меню-раскладка (2 Недели Понедельник)
Дети от 3 до 7 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				Белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	В,мг	С,мг
Завтрак											
Ф001 Бутерброды с маслом			40/7	3,45	6,1	14,87	128	18,46	2,01	0,05	0
Масло сливочное	7,0	7,0		0,05	5,46	0,07		1,26	0,01	0,01	
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
Ф411/2 Чай с сахаром			172/8	0,1	0,03	7,28	30	2,37	0,39	0	0,02
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5		0,1	0,03	0,02		2,48	0,41	0	
Сахар	8,0	8,0				7,98		0,16	0,02		
Ф191/4 Каша из смеси круп (Дружба)			200	6,9	7,64	24,65	195	163,8	0,99	0,2	0,78
Крупа гречневая	10,0	10,0		1,26	0,33	6,21		2,0	0,67	0,02	
Молоко	150,0	150,0		4,2	4,8	7,05		180,0	0,09	0,23	1,95
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
Крупа рисовая	10,0	10,0		0,7	0,1	7,14		0,8	0,1		
Крупа пшеница	10,0	10,0		1,15	0,33	6,65		2,7	0,27		
всего в Завтрак			427	10,45	13,77	46,8	353	184,7	3,38	0,25	0,8
Второй завтрак											
009 Вафли			20	1,1	5,2	12,8	102	0	0	0	0
Вафли	20,0	20,0		0,64	0,56	16,02		2,0			
всего в Второй завтрак			20	1,1	5,2	12,8	102	0	0	0	0
Обед											
Ф219/1 Макароны изделия отварные с маслом			145/5	1,47	2,25	7,58	56	5,47	0,31	0,01	0
Ф218 Макароны изделия отварные											
Макаронные изделия	14,0	14,0		1,46	0,15	9,76		2,66	0,22	0,01	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54	0,03		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
002 Хлеб пшеничный			50	4	0,7	16,83	90	18,93	2,17	0,07	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,27	0,8	18,5		21,5	2,5	0,07	
Ф394/1 Компот из смеси сухофруктов			180	0,02	0	8,32	33	0,14	0,02	0	0
Смесь сухофруктов	8,0	8,0		0,02		1,16		0,16	0,02		
Сахар	8,0	8,0				7,98					

Дата: 23.04.2024

Стр. 1

Картофель	35,0	27,0	200	5,95	5,17	17,05	139	14,91	1,08	0,05	2,64
Крупа перловая	20,0	20,0		0,54	0,11	4,4		2,7	0,24	0,02	5,4
Морковь	6,0	5,0		1,86	0,22	13,3		7,6	0,36	0,01	0,25
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04	0,04	0,5
Говядина 1к	20,0	20,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Томаг-паста	1,0	1,0		3,72	3,2			1,8	0,54	0,03	
Масло сливочное	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Ф294/1 Подлива мясная с соусом			70	0,02	2,34	0,03		0,54	0,03		
Говядина 1к	50,0	50,0		9,3	11,94	1,26	148	8,96	1,3	0,06	0,72
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	8,0	0,02		4,5	1,35	0,08	
Масло растительное	4,0	4,0		0,01	1,56			0,36			
Морковь	4,0	4,0		0,08	4,0			0,36			
Лук репчатый	7,5	6,0		0,08	0,01	0,43		3,06	0,04	0,3	0,3
Лук репчатый	7,0	6,0		0,08	0,01	0,55		1,86	0,05	0,6	0,6
Томаг-паста	2,0	2,0		0,1		0,38		0,4	0,05	0,9	0,9
Ф015/1 Салат из свежих помидоров и огурцов (с репчатым луком)			40	0,38	2,45	1,45	29	7,15	0,29	0,02	6,6
Помидоры свежие	22,4	19,2		0,21	0,04	0,73		2,69	0,17	0,01	4,8
Огурцы свежие	17,6	14,0		0,11	0,01	0,36		3,22	0,08	0,01	1,4
Лук репчатый	4,8	4,0		0,06		0,36		1,24	0,03		0,4
Масло растительное	2,4	2,4			2,4						
Всего в Обед			690	20,82	22,51	52,49	495	55,56	5,17	0,21	9,96
Уплотненный поддик											

Ф470 Булочка "Творожная"			50	12,21	7,3	40,52	277	91,86	1,01	0,17	0,22
Мука пшеничная	50,0	50,0		5,15	0,55	34,4		9,0	0,6	0,02	
Сахар	8,0	8,0		0,02	2,34	7,98		0,16	0,02		
Масло сливочное	3,0	3,0		0,84	0,96	1,41		0,54	0,02	0,05	0,39
Молоко	30,0	30,0		5,01	2,7	0,6		49,2	0,12	0,08	0,15
Творог	30,0	30,0		0,06	0,01			0,14	0,02		
Дрожжи	0,5	0,5						1,1	0,01		
Соль	0,3	0,3									
Итого сырья											
Масса полуфабриката											
Яйцо	5,0	5,0		0,64	0,58	0,04		2,75	0,13	0,02	
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Ф411/2 Чай с сахаром			172/8	0,1	0,03	7,28	30	2,37	0,39	0	0,02

Дата: 23.04.2024

Стр: 2

Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5		0,1	0,03	0,02		2,48	0,41		0,05
Сахар	8,0	8,0				7,98		0,16	0,02		
Всего в Уплотненный поддик			230	12,31	7,33	47,8	307	94,23	1,4	0,17	0,24
Всего в день			1367	44,68	48,81	159,89	1257	334,5	9,96	0,63	11

**Меню-раскладка (2 Неделя Вегетарианск)
Дати от 3 до 7 лет**

Диета: Все

Наименование блюда и продуктов	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав																
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Сахар	Феит	ЕД, мг	С, мг									
Завтрак																				
Ф001 Бутерброды с маслом				Без диет																
Масло сливочное	7,0	7,0	40,7	3,45	6,1	14,87	128	18,46	2,01	0,05	0									
Хлеб пшеничный	40,0	40,0	172,8	3,4	0,54	14,8	30	17,2	2,0	0,04	0									
Ф411/2 Чай с сахаром				0,1	0,03	7,28	30	2,37	0,39	0	0,02									
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5		0,1	0,03	0,02		2,48	0,41		0,05									
Сахар	8,0	8,0	196,4	7,08	8,61	7,98	190	0,16	0,02		0,05									
Ф199/2 Каша "Геркулес" жидкая на молоке				3,3	1,96	15,09		172,7	1,02	0,21	0,78									
Крупа "Геркулес"	30,0	30,0		4,2	4,8	7,05		15,6	1,08	0,03	1,95									
Молоко	150,0	150,0		0,03	3,12	0,04		0,02	0,72											
Сахар	1,0	1,0																		
Масло сливочное	4,0	4,0																		
всего в Завтрак			427	10,63	14,74	43,24	348	193,6	3,42	0,26	0,8									
Второй завтрак				Без диет																
Ф386/1 Яблоки			100	0,38	0,35	8,92	40	14,08	1,91	0,02	66									
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		16,0	2,2	0,02	165,0									
всего в Второй завтрак			100	0,38	0,35	8,92	40	14,08	1,91	0,02	66									
Обед				Без диет																
Ф002 Хлеб пшеничный			50	4	0,7	16,83	90	18,93	2,17	0,07	0									
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,27	0,8	18,5		21,5	2,5	0,07										
Ф394/1 Компот из смеси сухофруктов			180	0,02	0	8,32	33	0,14	0,02	0	0									
Смесь сухофруктов	8,0	8,0		0,02	0	1,16		0,16	0,02											
Сахар	8,0	8,0				7,98		0,16	0,02											
Ф299/1 Котлеты, биточки, шницели из говядины			60	10,27	12,21	3,47	165	11,91	1,72	0,09	0,36									
Говядина 1к	60,0	51,0		9,49	8,16	0,81		4,59	1,38	0,08										
Дук репчатый	10,595	8,9		0,12	0,58	0,04		2,76	0,07		0,89									
Яйцо	5,0	5,0		0,64	0,58			2,75	0,13	0,02										
Масло растительное																				
Хлеб пшеничный	5,0	5,0		0,68	0,13	2,96		3,44	0,4	0,01										
Хлеб пшеничный	8,0	8,0																		
Ф508 суп-хинкал на и/к бульоне со сметаной и чесноком.			200	7,96	7,35	23,62	192	15,74	1,22	0,08	2,54									

Дата: 23.04.2024

Стр. 4

Картофель																					
Мука пшеничная	30,0	30,0																			
Яйцо	7,0	7,0																			
Лук репчатый	10 119	8,5																			0,85
Чеснок	1,0	1,0																			0,1
Масло сливочное	5,0	5,0																			
Говядина 1к	20,0	20,0																			
Ф331/4 Каша пшеничная вязкая (гарнир)																					
Крупа пшеничная	30,0	30,0																			
Масло сливочное	3,0	3,0																			
Ф013 Нарезка из свежих помидоров																					
Огурцы свежие	47 333	40,0																			
всего в Обед	690	25,83	22,7	70,45	589	56,4	6,52	0,28	6,9												

Уплотненный полдник

002 Хлеб пшеничный																					
Хлеб пшеничный	50,0	50,0																			
Ф411/2 Чай с сахаром																					
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5																			
Сахар	8,0	8,0																			
Ф101/2 Суп молочный с гречневой крупой																					
Молоко	140,0	140,0																			
Крупа гречневая	20,0	20,0																			
Сахар	1,0	1,0																			
Масло сливочное	2,0	2,0																			
всего в Уплотненный полдник	430	10,16	4,7	6,63	42,33	173	3,8	0,27	0,75												
всего в День	1637	47	44,42	164,94	1247	437,0	15,65	0,83	74,45												

**Меню-раскладка (2 Недели Средя)
Дети от 3 до 7 лет**

Диета: **Все**

Наименование блюда и ингредиентов	Брутто,г	Нето,г	Выход,г	Химический состав						Сагг	Фелг	В2,мг	С,мг	
				Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность	Кал	Фелг					В2,мг
Завтрак														
Ф001 Бутерброды с маслом			40/7	Без диет										
Масло сливочное	7,0	7,0		3,45	6,1	14,87	128	18,46	2,01	0,05			0	
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		0,05	5,46	0,07		1,26	0,01	0,01				
Ф411/2 Чай с сахаром			172/8	Без диет										
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5		3,4	0,64	14,8	30	17,2	2,0	0,04				
Сахар	8,0	8,0		0,1	0,03	7,28		2,37	0,39	0			0,02	
Ф179/5 Каша пшениная молочная с маслом			200	Без диет										
Крупа пшениная	35,0	35,0		0,03	0,03	0,02		2,48	0,41	0				
Масло сливочное	4,0	4,0		4,2	4,8	7,98	214	0,16	0,02	0,19			0,78	
Молоко	150,0	150,0		7,76	7,99	27,64		167,3	0,9	0,19				
всего в Завтрак			427	11,31	14,12	49,79	372	188,1	3,3	0,24			0,8	
Второй завтрак														
009 Вафли			20	Без диет										
Вафли	20,0	20,0		1,1	5,2	12,8	102	0	0	0			0	
всего в Второй завтрак			20	1,1	5,2	12,8	102	0	0	0			0	
Обед														
002 Хлеб пшеничный			50	Без диет										
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4	0,7	16,83	90	18,93	2,17	0,07			0	
Ф394/1 Компот из смеси сухофруктов			180	Без диет										
Смесь сухофруктов	8,0	8,0		0,02	0	8,32	33	0,14	0,02	0			0	
Сахар	8,0	8,0		0,02	0	1,16		0,16	0,02	0				
Ф314/2 Голубцы с мясом и рисом 1 с овощной подливкой			120/10	Без диет										
Капуста белокочанная свежая	84,0	67,2		12,9	12,27	11,4	208	51,39	2,01	0,12			12,86	
<i>Масса вареной до готовности капусты</i>		<i>66,75</i>		1,21	0,07	3,16		32,26	0,4	0,03			30,24	
Говядина 1к	67,5	60,0		11,16	9,6	7,98		5,4	1,62	0,09				
Крупа рисовая	8,0	8,0		0,56	0,08	5,71		0,64	0,08					
Дата: 23.04.2024														
Стр: 6														
Лук репчатый	12,0	9,75		0,14				3,02	0,08				0,98	
<i>Масса фарша</i>		<i>72,0</i>												
<i>Масса полуфабриката</i>		<i>138,75</i>												
Молоко	8,0	8,0		0,22	0,26	0,38		9,6	0,08	0,01			0,1	
Морковь	15,0	12,0		0,16	0,01	0,86		6,12	0,06	0,01			0,6	

Мука пшеничная	2,0	2,0		0,21	0,02	1,38		0,36	0,02		0,01		5,05
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01		0,1		12,0
Ф084/2 Суп овощной с яйцом		200		6,07	6,98	9,73		18,85	1,22		0,54		0,2
Картофель	80,0	60,0		1,2	0,24	9,78		6,0	0,54		0,04		0,4
Морковь	5,0	4,0		0,05		0,29		2,04	0,03				0,02
Лук репчатый	5,0	4,0		0,06		0,36		1,24	0,03				0,04
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54					
Сметана	5,0	5,0		0,14	1,0	0,16		4,3	0,01		0,01		0,02
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25		0,04		
Говядина 1к	20,0	20,0		3,72	3,2			1,8	0,54		0,03		
Ф026 Салат из картофеля с зелеными горошком		50		1,35	2,37	7,79		17,23	0,52		0,04		3,9
Картофель	46,667	35,0		0,7	0,14	5,71		3,5	0,32		0,02		7,0
Морковь	31,25	25,0		0,33	0,03	1,8		12,75	0,18		0,02		1,25
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78		2,4	0,08		0,01		1,2
Масло растительное	2,5	2,5			2,5								
Лук репчатый	3,5	3,0		0,04		0,27		0,93	0,02				0,3
всего в Обед	610	24,34	22,32	54,07	515	106,5	5,94	0,33	21,81				

Уплотненный подливик

без смет

Ф414/2 Кофейный напиток		180		1,84	1,94	10,1		65	63,5	0,05	0,07		0,31
Кофейный напиток	2,0	2,0		0,28	0,29	0,3		0,16	0,02		0,02		0,78
Сахар	8,0	8,0		1,68	1,92	7,98		72,0	0,04		0,09		0,16
Молоко	60,0	60,0		6,3	3,78	48,62		9,0	0,6		0,02		0,16
Ф470 Булочка с повидлом		80		5,15	0,55	34,4		254	41,38	0,88	0,06		0,16
Мука пшеничная	50,0	50,0		5,15	0,55	34,4		9,0	0,16		0,02		0,16
Сахар	8,0	8,0		0,02	2,34	7,98		0,54	0,02		0,02		0,33
Масло сливочное	3,0	3,0		0,7	0,8	0,03		30,0	0,27		0,03		
Молоко	25,0	25,0		0,13	0,03	1,18		2,21	0,02				
Дрожжи	1,0	1,0											
Соль	0,6	0,6											
<i>Итого сырья</i>													
<i>Масса полуфабриката</i>		130,1											
		118,0											

Дата: 23.04.2024

Стр: 7

Повидло	15,0	15,0		0,06	0,58	9,8		2,1	0,2		0,02		0,08
Яйцо	5,0	5,0		0,64		0,04		2,75	0,13		0,02		0,47
всего в Уплотненный подливик	260	8,14	5,72	58,72	319	104,8	0,93	0,13	0,13		0,13		0,47
всего в День	1317	44,89	47,36	175,38	1308	399,6	10,17	0,7	23,08				

Дата: 23.04.2024

Стр: 8

Меню-раскладка (2 Недели Четверг)
Дети от 3 до 7 лет

Диета: **Все**

Наименование блюда из продуктов	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав														
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Са, мг	Fe, мг	B2, мг	C, мг							
Завтрак																		
Ф001 Бутерброды с маслом			40/7	3,45	6,1	14,87	128	18,46	2,01	0,05	0							
Масло сливочное	7,0	7,0		0,05	5,46	0,07		1,26	0,01	0,01								
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04								
Ф416/2 Какао с молоком 1			180	3,67	3,19	15,82	107	137	0,43	0,17	1,43							
Какао-порошок	1,0	1,0		0,48	0,35	0,76		1,1	0,3	0,01								
Сахар	8,0	8,0				9,98		0,2	0,03									
Молоко	100,0	100,0	200	3,08	3,52	5,17	216	132,0	0,07	0,17	1,43							
Ф182/6 Каша ячневая вязкая молочная +			7,28	7,28	8,06	28,49	216	183,8	0,63	0,22	0,78							
Крупа ячневая	35,0	35,0		3,5	0,46	23,21		28,0	0,63	0,03								
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01								
Сахар	1,0	1,0				1,0		0,02										
Молоко	150,0	150,0	427	4,2	4,8	7,05	451	180,0	0,09	0,23	1,95							
всего в Завтрак			427	14,4	17,35	59,18	451	339,3	3,07	0,44	2,21							
Второй завтрак																		
009 Вафли			20	1,1	5,2	12,8	102	0	0	0	0							
Вафли	20,0	20,0		0,64	0,56	16,02		2,0										
всего в Второй завтрак			20	1,1	5,2	12,8	102	0	0	0	0							
Обед																		
Ф327/2 Суфле куриное			70	13,7	16,1	2,28	209	29,04	1,24	0,14	0,06							
Курица 1к полупотрошенная	80,0	70,0		12,74	12,88	0,49		11,2	1,12	0,11								
<i>Масса вареной мякоти курицы без кожи</i>		<i>58,375</i>																
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04								
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01								
<i>Масса полфабриката</i>		<i>76,0</i>																
<i>Масса готового суфле</i>		<i>70,0</i>																
Мука пшеничная	2,0	2,0		0,21	0,02	1,38		0,36	0,02									
Молоко	11,0	11,0		0,31	0,35	0,52		13,2	0,01	0,02	0,14							
Соль	0,5	0,5		4	0,7	16,83	90	1,84	0,01	0,07	0							
002 Хлеб пшеничный			50				90	18,93	2,17	0,07	0							

Дата: 23.04.2024

Стр: 9

Картофель	120,0	98,0	100	1,86	2,4	14,56	87	9,1	0,77	0,06	7,84
Картофель		97,0		1,96	0,39	15,97		9,8	0,88	0,07	19,6
Масса картофеля отварного											
Масло сливочное	3,0	3,0	180	0,02	2,34	0,03	33	0,54	0,02	0	0
Масло сливочное				0,02	0	1,16		0,14			
Смесь сухофруктов	8,0	8,0		0,02		7,98					
Смесь сухофруктов											
Сахар	8,0	8,0	200	2,14	5,4	12,91	109	0,16	0,02	0,03	2,59
Сахар				0,54	0,11	4,4		2,7	0,24	0,02	5,4
Ф094 Суп-лапша на к/б со сметаной	36,0	27,0		0,05	3,9	0,29		2,04	0,03	0,01	0,2
Картофель				0,04		0,05		0,9	0,01	0,01	0,85
Марковь	5,0	4,0		0,12	0,13	0,77		2,64	0,07	0,01	
Масло сливочное	5,0	5,0		1,25	2,0	8,36		2,28	0,19	0,01	0,03
Масло сливочное				0,28	0,03	0,32		8,6	0,02	0,01	0,03
Лук репчатый	10,119	8,5	40	0,8	2,69	2,97	39	10,78	0,4	0,02	1,6
Лук репчатый				0,38	0,03	2,28		9,25	0,35	0,01	2,5
Лапша (вермишель)	12,0	12,0		0,47	0,03	0,98		3,0	0,11	0,01	1,5
Лапша (вермишель)											
Сметана	10,0	10,0									
Сметана											
Ф035 Салат из свеклы с зеленым горошком	30,0	25,0		22,52	27,29	57,87	567	84,85	5,07	0,32	12,09
Свекла				0,38	0,03	2,28					
Горошек зеленый консервированный	15,0	15,0	640	0,47	3,0	0,98					
Горошек зеленый консервированный											
Масло растительное	3,0	3,0									
Масло растительное											
всего в Обед											
Уплотненный поддник											
Уплотненный поддник											
Ф411/2 Чай с сахаром											
Чай вышнего или 1-го сорта	0,5	0,5	172/8	0,1	0,03	7,28	30	2,37	0,39	0	0,02
Чай вышнего или 1-го сорта				0,1	0,03	0,02		2,48	0,41		0,05
Сахар	8,0	8,0	40	3,4	0,64	14,8	79	0,16	0,02	0,04	0
Сахар				3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	0
Ф02 Хлеб пшеничный	40,0	40,0	58	5,21	7,9	0,95	96	35,99	0,88	0,17	0,08
Хлеб пшеничный				5,21	7,9	0,28		22,0	1,0	0,18	
Ф229/1 Омлет натуральный	40,0	40,0		0,42	0,48	0,71		18,0	0,01	0,02	0,2
Яйцо				0,42	0,48	0,71					
Яйцо											
Молоко	15,0	15,0									
Молоко											
Масса омлетной смеси		55,323									
Масса омлетной смеси											
Масло сливочное	5,0	5,0	278	8,71	8,57	23,03	205	55,56	3,27	0,21	0,1
Масло сливочное				8,71	8,57	23,03					
всего в День			1365	46,73	58,41	152,98	1325	479,7	11,42	0,97	14,4
всего в День											

Дата: 23.04.2024

Стр: 10

меню-раскладка (4 недели в неделю)

Дети от 3 до 7 лет

Дата: Все

Наименование блюд и продуктов	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав									
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Са, мг	Fe, мг	B2, мг	C, мг		
Завтрак													
0001 Бутерброды с маслом			40/7	Без смет									
Масло сливочное	7,0	7,0		3,45	6,1	14,87	128	18,46	2,01	0,05	0		
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		0,05	5,46	0,07		1,26	0,01	0,01			
011/2 Чай с сахаром			172/8	Без смет									
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5		3,4	0,64	14,8	30	17,2	2,0	0,04			
Сахар	8,0	8,0		0,1	0,03	7,28		2,37	0,39	0			0,02
0190/4 Каша манная с сахаром			200/5	Без смет									
Крупа манная	20,0	20,0		0,1	0,03	0,02	170	2,48	0,41	0			0,05
Молочко	150,0	150,0		5,91	7,15	7,98		0,16	0,02	0,19			0,78
Сахар	2,0	2,0		2,06	0,2	13,52		4,0	0,2	0,01			0,01
Масло сливочное	2,0	2,0		4,2	4,8	7,05		180,0	0,09	0,23			1,95
Итого в Завтрак	4,0	4,0	427	0,03	3,12	0,04	328	0,72	0,01	0,24	0	0,8	
Второй завтрак													
009 Вафли			20	Без смет									
Вафли	20,0	20,0		1,1	5,2	12,8	102	0	0	0	0	0	0
Итого в Второй завтрак	20,0	20,0	20	0,64	0,56	16,02	102	2,0	0	0	0	0	0
Обед													
002 Хлеб пшеничный			50	Без смет									
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4	0,7	16,83	90	18,93	2,17	0,07	0	0	0
0394/1 Компот из смеси сухофруктов			180	Без смет									
Смесь сухофруктов	8,0	8,0		4,27	0,8	18,5	33	21,5	2,5	0,07	0	0	0
Сахар	8,0	8,0		0,02	0	8,32		0,14	0,02	0			0
0063 Борщ со свежей капустой на м/к бульоне со сметаной			200	Без смет									
Сметана	20,0	16,0		5,06	8,49	7,38	126	31,66	1,13	0,08			7,63
Капуста белокочанная свежая	30,0	25,0		0,24	0,02	1,46		5,92	0,22	0,01			1,6
Картофель	30,0	22,0		0,45	0,03	1,18		12,0	0,15	0,01			11,25
Итого в Обед	7,0	7,0	427	0,44	0,09	3,59	328	2,2	0,2	0,02	0	4,4	

Дата: 23.04.2024

Стр: 11

Масло сливочное	5,0	5,0																						
Ф336 Картофель отварной																								
Картофель	108,0	88,2																						
Масса картофеля отварного	3,0	87,3																						
Масло сливочное	3,0	3,0																						
Ф304/1 Тертые мясные (2-й вариант)																								
Говядина 1к	52,0	45,0																						
Крупа рисовая	7,0	7,0																						
Лук репчатый	8 333	7 917																						
Морковь	4 167	3 025																						
Томат-паста	1,0	1,0																						
Мука пшеничная	2,0	2,0																						
Масло сливочное	3,0	3,0																						
Ф012 Салат из кукурузы (консервированной)																								
Кукуруза сахарная консервированная	45,5	38,0																						
Масло растительное	2,0	2,0																						
Всего в Обед	610	20,27	21,92	56,38	504	69,18	5,38	0,28	15,98															
Уплотненный поддник																								
Ф411/2 Чай с сахаром																								
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5																						
Сахар	8,0	8,0																						
Ф442/2 Пирог открытый с повидлом 1(свежем яблочном)																								
Мука пшеничная	50,0	50,0																						
Сахар	8,0	8,0																						
Масло сливочное	4,0	4,0																						
Дрожжи	1,0	1,0																						
Масса теста		169,12																						
Молоко	30,0	30,0																						
Масло растительное	4,0	4,0																						
Яйцо	5,0	5,0																						
Повидло	20,0	20,0																						
Всего в Уплотненный поддник	290	6,56	8,16	59,09	336	47,87	1,32	0,07	0,22															
Всего в День	1347	37,39	48,56	171	1270	300,4	9,35	0,59	17															

Без смет

Дата: 23.04.2024

Стр: 12

Дата: 23.04.2024

Стр: 13