

Дневное меню МАДОУ ДС №17 на зимний период времени  
 Возрастная категория: от 1 года до 3-х лет/от 3-х лет до 7 лет.

В приготовлении блюд используются: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: для предприятий общественного питания», автор-составитель А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко «Издательство Арий», 2009 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
<b>1 неделя</b>												
<b>1 день</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	200	5,21	6,51	5,08	6,35	16,42	20,53	132,20	165,25	94
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>8,77</b>	<b>10,27</b>	<b>13,85</b>	<b>15,84</b>	<b>49,69</b>	<b>57,64</b>	<b>382,06</b>	<b>418,75</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
<b>Обед</b>	Огурец соленый	30	50	1,00	1,20	0,10	0,10	9,20	12,00	55,00	69,00	56
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	150	200	19,40	32,39	5,90	9,84	91,46	152,44	496,65	827,75	91
	Горошница	110	130	4,39	5,49	4,22	5,28	13,06	16,33	107,80	134,75	302
	Гуляш из курицы	50	70	19,72	23,80	17,89	19,52	4,76	5,74	168,20	203,00	591
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>670</b>	<b>48,55</b>	<b>66,97</b>	<b>28,61</b>	<b>35,24</b>	<b>168,74</b>	<b>246,27</b>	<b>1044,25</b>	<b>1461,10</b>	
<b>Полдник</b>	Макароны отварные с сыром	150	200	9,67	10,70	10,19	11,27	41,36	45,96	281,30	311,18	415
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>380</b>	<b>9,77</b>	<b>10,90</b>	<b>10,19</b>	<b>11,27</b>	<b>53,36</b>	<b>59,96</b>	<b>304,30</b>	<b>339,18</b>	
<b>Всего</b>		<b>1266</b>	<b>1566</b>	<b>68,09</b>	<b>89,14</b>	<b>52,85</b>	<b>62,55</b>	<b>291,99</b>	<b>384,07</b>	<b>1822,61</b>	<b>2311,03</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
<b>1 неделя</b>												
<b>2 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,91	6,21	5,10	6,38	16,50	20,63	131,80	164,75	390
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>416</b>	<b>7,37</b>	<b>8,77</b>	<b>12,59</b>	<b>13,87</b>	<b>41,21</b>	<b>49,34</b>	<b>292,30</b>	<b>330,25</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Яблоко	100	100	0,40	0,26	0,40	0,26	9,80	6,50	47,00	31,00	
<b>Обед</b>	Салат из свежей капусты	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	82-83
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150	200	1,68	2,10	4,09	5,11	13,27	16,59	96,60	120,75	195
	Котлета рыбная	50	70	11,99	14,99	4,05	5,06	7,67	9,59	115,00	143,75	255
	Соус красный	30	30	0,40	0,60	1,00	2,00	3,00	3,60	24,10	25,10	228
	Рис рассыпчатый	110	130	4,79	5,74	4,26	5,11	30,83	36,99	187,02	224,42	679
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>700</b>	<b>23,26</b>	<b>28,00</b>	<b>13,95</b>	<b>17,86</b>	<b>106,16</b>	<b>128,03</b>	<b>645,62</b>	<b>749,02</b>	
<b>Полдник</b>	Ватрушка с творогом	90/30	90/30	27,84	30,93	18,00	22,89	32,40	36,00	279,60	310,66	469
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>360</b>	<b>29,04</b>	<b>32,33</b>	<b>19,28</b>	<b>24,89</b>	<b>50,96</b>	<b>58,40</b>	<b>391,96</b>	<b>426,66</b>	
<b>Всего</b>		<b>1260</b>	<b>1576</b>	<b>60,07</b>	<b>69,36</b>	<b>46,22</b>	<b>56,88</b>	<b>208,13</b>	<b>242,27</b>	<b>1376,88</b>	<b>1536,93</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>1 неделя</b>												
<b>3 День</b>												
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	5,90	7,55	5,58	6,95	18,57	23,21	146,80	183,50	384
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Сыр	10	10	2,30	2,30	2,90	2,90	0,00	0,00	36,40	36,40	42
2-ой завтрак	<b>Итого</b>	<b>346</b>	<b>426</b>	<b>14,28</b>	<b>17,10</b>	<b>19,69</b>	<b>22,23</b>	<b>58,77</b>	<b>70,34</b>	<b>465,90</b>	<b>513,78</b>	
Обед	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
	Салат из свеклы	40	60	4,55	6,07	3,59	4,79	1,91	2,54	58,19	77,59	79
	Суп с клецками на курином бульоне	150	200	1,68	2,10	4,09	5,11	13,27	16,59	96,60	120,75	213
	Рагу из овощей с курицей	150	200	2,29	2,75	11,00	13,20	14,44	17,33	166,00	199,20	321
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>680</b>	<b>12,56</b>	<b>15,01</b>	<b>19,18</b>	<b>23,60</b>	<b>79,88</b>	<b>96,22</b>	<b>537,39</b>	<b>624,14</b>	
Полдник	Омлет	70	90	14,27	18,99	22,16	28,32	2,65	3,51	267,93	345,90	438
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>270</b>	<b>14,37</b>	<b>19,19</b>	<b>22,16</b>	<b>28,32</b>	<b>12,65</b>	<b>17,51</b>	<b>290,93</b>	<b>373,90</b>	
<b>Всего</b>		<b>1196</b>	<b>1476</b>	<b>42,21</b>	<b>52,30</b>	<b>61,23</b>	<b>74,35</b>	<b>171,50</b>	<b>204,27</b>	<b>1386,22</b>	<b>1603,82</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
<b>1 неделя</b>												
<b>4 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная	150	200	5,97	7,46	5,48	6,85	17,08	21,35	141,60	177,00	94
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>9,53</b>	<b>11,22</b>	<b>14,25</b>	<b>16,34</b>	<b>50,35</b>	<b>58,46</b>	<b>391,46</b>	<b>430,50</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Снежок	100	150	5,80	5,85	5,00	5,30	8,00	8,40	106,00	108,00	
<b>Обед</b>	Салат из отварных овощей	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	
	Суп гороховый с гренками на курином бульоне	150	200	4,39	5,49	4,22	5,28	13,06	16,33	107,80	134,75	206
	Картофельное пюре	110	150	3,06	3,67	4,80	5,76	20,45	24,53	137,25	164,70	694
	Котлета мясная с соусом	50	70	8,87	11,78	9,83	12,91	11,71	14,90	171,00	223,00	618-619
	Кисель	150	180	0,10	0,14	0,01	0,04	17,20	27,50	98,30	110,80	869
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>690</b>	<b>20,78</b>	<b>25,56</b>	<b>19,41</b>	<b>24,57</b>	<b>89,05</b>	<b>110,26</b>	<b>643,05</b>	<b>764,05</b>	
<b>Полдник</b>	Запеканка из манной крупы со сгущенным молоком	130/20	150/30	13,23	16,61	8,13	11,29	23,36	26,78	228,00	244,00	392
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>360</b>	<b>13,33</b>	<b>16,81</b>	<b>8,13</b>	<b>11,29</b>	<b>33,36</b>	<b>40,78</b>	<b>251,00</b>	<b>272,00</b>	
<b>Всего</b>		<b>1266</b>	<b>1616</b>	<b>49,44</b>	<b>59,44</b>	<b>46,79</b>	<b>57,50</b>	<b>180,76</b>	<b>217,90</b>	<b>1391,51</b>	<b>1574,55</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>1 неделя</b>												
<b>5 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная	150	200	4,82	6,03	1,02	1,28	16,83	21,04	132,40	165,50	94
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>10,90</b>	<b>13,28</b>	<b>12,23</b>	<b>13,66</b>	<b>57,03</b>	<b>68,17</b>	<b>415,10</b>	<b>459,38</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
<b>Обед</b>	Сельдь солёная	40	60	0,40	0,68	1,26	2,10	3,65	6,08	27,74	46,24	92
	Свекольник на курином бульоне	150	200	1,22	1,44	2,10	2,78	6,50	7,31	133,28	158,25	
	Котлета из курицы	50	70	7,78	12,44	5,78	9,24	7,85	12,56	114,38	183,00	608
	Соус красный	30	30	0,40	0,60	1,00	2,00	3,00	3,60	24,10	25,10	228
	Рис рассыпчатый	110	130	4,79	5,74	4,26	5,11	30,83	36,99	187,02	224,42	679
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
<b>Полдник</b>	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>710</b>	<b>18,63</b>	<b>24,99</b>	<b>14,90</b>	<b>21,73</b>	<b>102,09</b>	<b>126,30</b>	<b>703,12</b>	<b>863,61</b>	
	Ватрушка с повидлом	90	90	7,29	7,29	6,75	6,75	13,65	13,65	149,00	149,00	1058-1059
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>270</b>	<b>7,39</b>	<b>7,49</b>	<b>6,75</b>	<b>6,75</b>	<b>25,65</b>	<b>27,65</b>	<b>172,00</b>	<b>177,00</b>	
<b>Всего</b>		<b>1246</b>	<b>1496</b>	<b>37,92</b>	<b>46,76</b>	<b>34,08</b>	<b>42,34</b>	<b>204,97</b>	<b>242,32</b>	<b>1382,22</b>	<b>1591,99</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>2 неделя</b>												
<b>6 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша пшённая молочная	150	200	5,80	7,25	5,48	6,85	18,57	23,21	146,80	183,50	94,00
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943,00
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1,00
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>8,26</b>	<b>9,81</b>	<b>12,97</b>	<b>14,34</b>	<b>43,28</b>	<b>51,92</b>	<b>307,30</b>	<b>349,00</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
<b>Обед</b>	Салат из свежей капусты	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	82-83
	Суп с рыбными консервами	150	200	6,89	8,61	6,72	8,40	11,47	14,34	133,80	167,25	87,00
	Бефстроганов из печени с соусом	50	70	14,40	16,56	5,78	6,64	3,55	4,08	121,51	139,73	102,00
	Макароны отварные	110	150	5,52	6,62	4,52	5,42	26,45	31,73	168,45	202,14	688,00
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868,00
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>690</b>	<b>31,21</b>	<b>36,36</b>	<b>17,57</b>	<b>21,04</b>	<b>92,86</b>	<b>111,41</b>	<b>646,66</b>	<b>744,12</b>	
<b>Полдник</b>	Плов из курицы	130	150	20,30	25,38	17,00	21,25	35,69	44,61	377,00	471,25	601,00
	Хлеб	40	40	1,28	1,28	0,20	0,20	11,91	11,91	67,00	67,00	
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959,00
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>370</b>	<b>25,30</b>	<b>31,55</b>	<b>20,92</b>	<b>26,34</b>	<b>73,09</b>	<b>88,94</b>	<b>589,20</b>	<b>694,63</b>	
<b>Всего</b>		<b>1286</b>	<b>1576</b>	<b>65,77</b>	<b>78,72</b>	<b>51,66</b>	<b>61,92</b>	<b>229,43</b>	<b>272,47</b>	<b>1635,16</b>	<b>1879,75</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
<b>2 неделя</b>												
<b>7 День</b>												
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	5,75	7,19	5,21	6,51	18,84	23,55	145,20	181,50	235
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>9,31</b>	<b>10,95</b>	<b>13,98</b>	<b>16,00</b>	<b>52,11</b>	<b>60,66</b>	<b>395,06</b>	<b>435,00</b>	
2-ой завтрак	Яблоко	100	100	0,40	0,26	0,40	0,26	9,80	6,50	47,00	31,00	
Обед	Огурец соленый	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	
	Суп рисовый с мясными фрикадельками	150	200	6,54	6,64	2,72	5,18	6,77	15,44	103,00	135,00	209
	Жаркое по домашнему с курицей	130	150	17,03	27,53	4,41	7,47	18,05	21,95	155,00	265,00	590
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>620</b>	<b>27,97</b>	<b>38,74</b>	<b>7,68</b>	<b>13,23</b>	<b>76,21</b>	<b>98,65</b>	<b>480,90</b>	<b>635,00</b>	
	Сырники со сгущенным молоком	90/20	110/25	4,82	6,03	1,02	1,28	16,83	21,04	132,40	165,50	94
	Чай с сахаром	150	180	1,40	1,60	1,60	1,80	16,40	18,20	86,00	93,25	945
	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>320</b>	<b>6,22</b>	<b>7,63</b>	<b>2,62</b>	<b>3,08</b>	<b>33,23</b>	<b>39,24</b>	<b>218,40</b>	<b>258,75</b>	
<b>Всего</b>		<b>1196</b>	<b>1456</b>	<b>43,90</b>	<b>57,58</b>	<b>24,68</b>	<b>32,57</b>	<b>171,35</b>	<b>205,05</b>	<b>1141,36</b>	<b>1359,75</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>2 неделя</b>												
<b>8 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша "Дружба" молочная	150	200	8,20	10,44	9,30	11,11	36,40	41,30	275,00	307,00	177
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	Сыр	10	10	2,30	2,30	2,90	2,90	0,00	0,00	36,40	36,40	42
	<b>Итого</b>	<b>346</b>	<b>426</b>	<b>12,96</b>	<b>15,30</b>	<b>19,69</b>	<b>21,50</b>	<b>63,11</b>	<b>70,01</b>	<b>471,90</b>	<b>508,90</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы	40	60	0,86	1,43	3,65	6,09	5,02	8,36	56,34	93,90	33
	Суп яичный на курином бульоне	150	200	4,79	5,99	6,03	7,54	12,42	15,53	118,62	148,28	201
	Рыба тушеная с овощами	60	80	13,87	18,30	7,85	10,21	6,53	8,49	150,00	195,00	486
	Картофельное пюре	110	150	3,06	3,67	4,80	5,76	20,45	24,53	137,25	164,70	694
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>710</b>	<b>26,62</b>	<b>33,48</b>	<b>22,83</b>	<b>30,10</b>	<b>94,68</b>	<b>116,67</b>	<b>678,81</b>	<b>828,48</b>	
<b>Полдник</b>	Омлет	70	90	28,44	33,64	19,51	22,81	17,10	20,52	357,16	421,20	463
	Чай с сахаром	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>270</b>	<b>32,16</b>	<b>38,53</b>	<b>23,23</b>	<b>27,70</b>	<b>42,59</b>	<b>52,94</b>	<b>502,36</b>	<b>577,58</b>	
<b>Всего</b>		<b>1216</b>	<b>1506</b>	<b>72,74</b>	<b>88,31</b>	<b>65,95</b>	<b>79,50</b>	<b>220,58</b>	<b>259,82</b>	<b>1745,07</b>	<b>2006,96</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
<b>2 неделя</b>												
<b>9 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,91	6,21	5,10	6,38	16,50	20,63	131,80	164,75	390
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,20	1,40	1,28	2,00	18,56	22,40	112,36	116,00	958
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>8,47</b>	<b>9,97</b>	<b>13,87</b>	<b>15,87</b>	<b>49,77</b>	<b>57,74</b>	<b>381,66</b>	<b>418,25</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Снежок	100	150	5,80	5,85	5,00	5,30	8,00	8,40	106,00	108,00	
<b>Обед</b>	Винегрет	30	50	0,36	0,48	0,05	0,08	1,13	1,50	6,30	8,40	100
	Суп из овощей на курином бульоне	150/6	200/8	1,68	2,10	5,98	7,48	9,35	11,69	98,37	122,96	202
	Котлета из курицы с соусом	50	70	7,78	12,44	5,78	9,24	7,85	12,56	114,38	183,00	608
	Каша гречневая	110	130	7,46	8,95	5,61	6,73	35,84	43,00	230,45	276,53	679
	Кисель	150	180	0,10	0,14	0,01	0,04	17,20	27,50	98,30	110,80	869
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>536</b>	<b>678</b>	<b>21,38</b>	<b>28,11</b>	<b>17,93</b>	<b>24,07</b>	<b>96,87</b>	<b>121,75</b>	<b>670,20</b>	<b>824,09</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка с сахаром	50	50	7,46	8,95	5,61	6,73	35,84	43,00	230,45	276,53	679
	Какао на молоке	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	10,00	14,00	23,00	28,00	943
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>230</b>	<b>7,56</b>	<b>9,15</b>	<b>5,61</b>	<b>6,73</b>	<b>45,84</b>	<b>57,00</b>	<b>253,45</b>	<b>304,53</b>	
<b>Всего</b>		<b>1172</b>	<b>1474</b>	<b>43,21</b>	<b>53,08</b>	<b>42,41</b>	<b>51,97</b>	<b>200,48</b>	<b>244,89</b>	<b>1411,31</b>	<b>1654,87</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>2 неделя</b>												
<b>10 День</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	200	5,21	6,51	5,08	6,35	16,42	20,53	132,20	165,25	94
	Какао на молоке	150	180	3,72	4,89	3,72	4,89	25,49	32,42	145,20	156,38	959
	Батон с маслом сливочным	30./6	30./6	2,36	2,36	7,49	7,49	14,71	14,71	137,50	137,50	1
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>416</b>	<b>11,29</b>	<b>13,76</b>	<b>16,29</b>	<b>18,73</b>	<b>56,62</b>	<b>67,66</b>	<b>414,90</b>	<b>459,13</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	100	100	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00	
<b>Обед</b>	Салат из отварных овощей	40	60	0,40	0,68	1,26	2,10	3,65	6,08	27,74	46,24	92
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/8	200/10	1,45	1,81	3,93	4,91	100,20	125,25	82,00	102,50	170
	Тефтеля мясная с соусом	50	70	8,87	11,78	9,83	12,91	11,71	14,90	171,00	223,00	618-619
	Рис рассыпчатый	110	130	4,79	5,74	4,26	5,11	30,83	36,99	187,02	224,42	679
	Компот из с/ф	150	180	0,04	0,09	0,00	0,00	24,76	34,26	94,20	104,20	868
	Хлеб	40	40	4,00	4,00	0,50	0,50	25,50	25,50	122,40	122,40	
	<b>Итого</b>	<b>538</b>	<b>680</b>	<b>19,55</b>	<b>24,10</b>	<b>19,78</b>	<b>25,53</b>	<b>196,65</b>	<b>242,98</b>	<b>684,36</b>	<b>822,76</b>	
<b>Полдник</b>	Запеканка из творога с морковью	130	150	10,23	11,66	8,25	10,29	20,14	23,78	186,36	234,00	469
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,20	0,00	0,00	12,00	14,00	23,00	28,00	944
	<b>Итого</b>	<b>280</b>	<b>330</b>	<b>10,33</b>	<b>11,86</b>	<b>8,25</b>	<b>10,29</b>	<b>32,14</b>	<b>37,78</b>	<b>209,36</b>	<b>262,00</b>	
<b>Всего</b>		<b>1254</b>	<b>1526</b>	<b>42,17</b>	<b>50,72</b>	<b>44,52</b>	<b>54,75</b>	<b>305,61</b>	<b>368,62</b>	<b>1400,62</b>	<b>1635,89</b>	