

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий д/с «Солнышко»

Грозных Р.С.

01.11.2023 года



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО» ПГТ КИЛЬМЕЗЬ КИЛЬМЕЗСКОГО РАЙОНА  
КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

# МЕНЮ

**сезон: весенне-летний**

**возрастная категория 1-3 года**

## ЯСЛИ 1 неделя 1 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
99/05	Молочная каша пшеничная с маслом сливочным	150	4,9	4,5	24,4	154,0	73,1	0,8	0,1	0,1	0,3
14/10	Какао с молоком	150	2,9	2,6	18,4	101,0	83,8	0,8	0,0	0,1	0,4
1/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	3,1	2,9	12,0	74,8	95,0	0,05	0,0	0,03	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>335</b>	<b>10,9</b>	<b>10,0</b>	<b>54,8</b>	<b>329,8</b>	<b>251,9</b>	<b>1,65</b>	<b>0,1</b>	<b>0,23</b>	<b>0,8</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком	30	0,3	2,0	3,7	31,0	7,2	0,3	0,0	0,0	0,9
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,3	0,8	9,1	51,0	6,4	0,3	0,0	0,0	1,8
19/8	Зразы манные с отварным мясом говядины	80	10,2	12,5	23,4	2,33	38,5	1,9	0,06	0,11	0,4
1/11	Соус молочный	10	0,2	0,9	1,0	8,6	9,5	0,0	0,0	0,0	0,1
1/10	Кисель из сухофруктов	150	0,7	0,0	24,0	86	23,5	0,4	0,0	0,0	37,7
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>450</b>	<b>14,11</b>	<b>16,41</b>	<b>76,1</b>	<b>473,8</b>	<b>93,1</b>	<b>3,7</b>	<b>1,13</b>	<b>0,11</b>	<b>40,9</b>
<b>Полдник</b>											
2/6	Омлет паровой	40	4,0	5,8	0,7	75,0	38,0	0,6	0,01	0,1	0,1
10/10	Чай	150	0,0	0,0	6,8	26,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,62	45,4	8,5	0,3	0,05	0,0	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>210</b>	<b>5,66</b>	<b>6,06</b>	<b>17,12</b>	<b>146,4</b>	<b>46,7</b>	<b>0,9</b>	<b>0,06</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1105</b>	<b>34,87</b>	<b>37,77</b>	<b>195,02</b>	<b>1201,2</b>	<b>407,7</b>	<b>8,45</b>	<b>0,32</b>	<b>0,44</b>	<b>51,9</b>

**ЯСЛИ 1 неделя 2 день**

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
16/4	Молочная каша ассорти (рис+ пшено) с маслом сливочным	150	3,7	4,4	19,8	132,0	86,2	0,4	0,1	0,1	0,4
10/10	Лимонный напиток	150	0,1	0,0	15,0	62,1	48,5	0,01	0,0	0,0	1,9
	Хлеб пшеничный с сыром	40/10	4,9	2,9	14,1	104,0	100,0	0,1	0,0	0,0	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>350</b>	<b>8,7</b>	<b>7,3</b>	<b>48,9</b>	<b>298,1</b>	<b>234,7</b>	<b>0,42</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>2,4</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
29/1	Салат из отварной свеклы с чесноком	30	0,4	2,5	2,7	48,7	10,2	0,5	0,01	0,04	3,3
25/2	Суп-пюре картофельный	130	1,5	1,8	7,1	52,0	25,8	0,2	0,0	0,1	3,2
5/9	Биточки (котлета) из мяса кур	50	9,0	7,3	7,6	132,0	21,2	0,7	0,01	0,0	0,2
43/13	Макаронные изделия отварные	100	3,5	2,5	22,7	125,0	8,5	0,5	0,0	0,0	0,0
6/10	Компот из сухофруктов	130	0,2	0,0	13,4	42,0	10,0	0,1	0,0	0,0	35,2
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>470</b>	<b>16,01</b>	<b>14,31</b>	<b>68,4</b>	<b>463,9</b>	<b>83,7</b>	<b>2,8</b>	<b>0,09</b>	<b>0,24</b>	<b>41,9</b>
<b>Полдник</b>											
	Йогурт	150	4,0	3,5	4,8	62,0	130,0	0,0	0,03	0,05	0,5
6/12	Ватрушка с картофелем	50	4,0	4,8	25,0	180,5	46,5	0,4	0,1	0,1	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>200</b>	<b>8,0</b>	<b>8,3</b>	<b>29,8</b>	<b>242,5</b>	<b>176,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,13</b>	<b>0,15</b>	<b>0,6</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1130</b>	<b>36,91</b>	<b>35,21</b>	<b>194,1</b>	<b>1255,7</b>	<b>510,9</b>	<b>5,82</b>	<b>0,35</b>	<b>0,49</b>	<b>54,9</b>

**ЯСЛИ 1 неделя 3 день**

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
16/5	Запеканка из творога с яблоками	100	13,3	11,4	18,2	227	112,5	0,9	0,0	0,2	1,1
2/11	Сладкий молочный подлив	30	0,7	1,4	4,5	33	25,1	0,0	0,0	0,0	0,1
11/10	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,2	32	1,8	0,0	0,0	0,0	0,7
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	3,1	2,9	12,0	74,8	95,0	0,05	0,0	0,03	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>345</b>	<b>17,2</b>	<b>15,7</b>	<b>42,9</b>	<b>366,8</b>	<b>234,4</b>	<b>0,95</b>	<b>0,0</b>	<b>0,23</b>	<b>2,0</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
24/5	Салат из свежей капусты с растительным маслом	30	0,5	2,0	36	31,0	14	0,2	0,0	0,0	11,3
2/2	Борщ со сметаной	130	1,0	2,4	6,0	45,0	17,0	0,5	0,0	0,0	50,0
40/8	Кнели мясные паровые	50	8,3	8,2	3,1	118,0	29,8	1,1	0,0	0,1	0,1
44/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	5,7	4,6	30,4	167,0	15,9	2,3	0,2	0,1	0,6
5/10	чай	150	0,0	0,0	6,8	26,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>490</b>	<b>16,91</b>	<b>17,41</b>	<b>64,8</b>	<b>451,2</b>	<b>84,9</b>	<b>4,9</b>	<b>0,27</b>	<b>0,2</b>	<b>17,0</b>
<b>Полдник</b>											
32/1	Салат из отварного картофеля, свеклы с соленым огурцом с растительным маслом	40	0,6	4,0	4,2	52,0	9,5	0,3	0,0	0,0	1,7
	Кисель из сухофруктов	150	0,7	0,0	24,0	86,0	23,5	0,4	0,0	0,0	37,7
10/10	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	10,2	65,4	69,0	0,54	0,05	0,02	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>220</b>	<b>3,55</b>	<b>4,87</b>	<b>38,4</b>	<b>203,4</b>	<b>39,9</b>	<b>1,24</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>39,4</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1165</b>	<b>41,86</b>	<b>43,28</b>	<b>193,1</b>	<b>1272</b>	<b>375,2</b>	<b>9,29</b>	<b>0,35</b>	<b>0,45</b>	<b>68,4</b>

## ЯСЛИ 1 неделя 4 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
22/2	Суп молочный с лапшой	150	2,6	2,7	9,3	94,0	66,4	0,2	0,0	0,1	0,3
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	2,2	10,0	67,0	79,4	0,1	0,0	0,1	0,4
3/13	Хлеб пшеничный с сыром	40/10	4,91	2,93	14,1	104,0	100,0	0,1	0,0	0,04	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>350</b>	<b>9,8</b>	<b>7,8</b>	<b>33,4</b>	<b>242,0</b>	<b>245,8</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,8</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>10</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
26/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	0,4	2,5	2,7	32,0	9,6	0,4	0,0	0,0	0,6
31/2	Суп крестьянский с крупой и сметаной	130	10,0	2,5	6,2	45,0	13,8	0,3	0,0	0,0	3,5
6/7	Рыба запеченная в молочном соусе	50	5,2	1,3	2,5	42,0	34,6	0,2	0,0	0,0	0,1
3/3	Картофельное пюре	100	2,1	2,8	14,9	90,0	24,7	0,7	0,1	0,1	7,2
7/10	Компот из свежих яблок	130	0,1	0,0	9,8	42,0	6,2	0,3	0,08	0,0	2,5
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>470</b>	<b>10,21</b>	<b>9,31</b>	<b>51,0</b>	<b>315,2</b>	<b>96,9</b>	<b>2,7</b>	<b>0,25</b>	<b>0,1</b>	<b>13,9</b>
<b>Полдник</b>											
224/05	Булочка домашняя	45	3,4	5,9	27,4	177,3	25,0	0,4	0,1	0,0	0,1
10/10	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	13,6	49,0	3,1	0,2	0,0	0,0	66,8
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>195</b>	<b>3,6</b>	<b>6,0</b>	<b>41,0</b>	<b>226,3</b>	<b>28,1</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>66,9</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1125</b>	<b>27,81</b>	<b>28,48</b>	<b>172,4</b>	<b>1034,7</b>	<b>386,8</b>	<b>5,9</b>	<b>0,38</b>	<b>0,3</b>	<b>91,6</b>

**ЯСЛИ 1 неделя 5 день**

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,4	5	25,2	155,0	78,6	2,0	0,1	0,1	0,3
11/10	Чай	150	0,0	0,0	6,8	26,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
1/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	3,1	2,9	12,0	74,8	95,0	0,05	0,0	0,03	0,1
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>335</b>	<b>8,5</b>	<b>7,9</b>	<b>44,0</b>	<b>255,8</b>	<b>173,8</b>	<b>2,05</b>	<b>0,1</b>	<b>0,13</b>	<b>0,4</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
27/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы, репчатого лука с растительным маслом	30	0,6	2,1	4,0	36,0	3,4	0,2	0,0	0,0	0,1
16/2	Суп картофельный с крупой	150	2,0	3,3	13,7	88,0	14,1	0,7	0,1	0,0	3,9
30/8	Голубцы с мясом говядины и рисом	100	6,3	6,9	7,0	112,0	29,2	0,9	0,0	0,0	1,6
1/10	Чай с лимоном	130	0,1	0,0	6,8	27,0	1,3	0,0	0,0	0,0	0,4
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>440</b>	<b>10,41</b>	<b>12,51</b>	<b>46,4</b>	<b>327,2</b>	<b>56,0</b>	<b>2,6</b>	<b>0,17</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</b>
<b>Полдник</b>											
8/10	Кисель	150	0,2	0,0	12,6	52,0	15,0	0,6	0,0	0,0	0,1
	Пряник	40	2,5	2,1	36,0	165,0	6,7	14,0	0,0	0,0	0,0
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>190</b>	<b>2,7</b>	<b>2,1</b>	<b>48,6</b>	<b>217,0</b>	<b>21,7</b>	<b>14,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1085</b>	<b>25,81</b>	<b>27,81</b>	<b>186,0</b>	<b>1051,2</b>	<b>267,5</b>	<b>21,45</b>	<b>0,3</b>	<b>0,13</b>	<b>16,5</b>

## ЯСЛИ 2 неделя 1 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
7/4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,5	4,4	32,8	186,0	84,5	0,4	0,0	0,1	0,4
14/10	Какао с молоком	150	2,9	2,6	18,4	101,0	83,8	0,8	0,0	0,1	0,4
1/13	Хлеб пшеничный с сыром	40/10	4,9	2,9	14,1	104,0	100,0	0,1	0,0	0,0	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>350</b>	<b>12,3</b>	<b>9,9</b>	<b>65,3</b>	<b>391,0</b>	<b>268,3</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,9</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
2/1	Горошек зеленый с яйцом	30	2,2	1,7	3,0	32,0	10,4	0,4	0,1	0,1	5,4
19/2	Суп из рыбных консервов	150	3,6	3,2	11,0	148,0	36,2	0,2	0,08	0,08	5,2
26/8	Биточки (котлеты) из мяса кур	50	9,0	7,3	7,6	132,0	21,2	0,7	0,01	0,1	0,2
18/3	Рагу из овощей	100	1,6	2,5	10,7	65,0	22,8	0,6	0,0	0,0	7,1
9/10	Компот из сухофруктов	130	0,2	0,0	13,4	42,0	10,0	0,1	0,0	0,0	35,2
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>490</b>	<b>18,01</b>	<b>14,91</b>	<b>60,6</b>	<b>483,2</b>	<b>108,6</b>	<b>2,8</b>	<b>0,26</b>	<b>0,28</b>	<b>53,1</b>
<b>Полдник</b>											
4/5	Пудинг манный с яблоками	100	4,6	5,0	25,5	160,0	69,4	1,2	0,0	0,1	1,6
10/10	Чай	150	0,0	0,0	6,8	26	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>250</b>	<b>4,6</b>	<b>5,0</b>	<b>32,3</b>	<b>186,0</b>	<b>69,6</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1200</b>	<b>39,11</b>	<b>35,11</b>	<b>205,2</b>	<b>1311,4</b>	<b>462,5</b>	<b>7,5</b>	<b>0,29</b>	<b>0,58</b>	<b>65,6</b>

## ЯСЛИ 2 неделя 2 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,5	24,4	154,0	73,1	0,8	0,1	0,1	0,3
12/10	Чай с молоком	150	1,1	1,1	8,4	46,0	39,8	0,1	0,0	0,0	0,2
3/13	Хлеб пшеничный с джемом	40/10	9,0	2,5	14,8	82,0	85,0	0,06	0,0	0,04	0,5
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>350</b>	<b>15,0</b>	<b>8,1</b>	<b>47,6</b>	<b>282,0</b>	<b>197,9</b>	<b>0,96</b>	<b>0,1</b>	<b>0,14</b>	<b>0,1</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
5/2005	Салат из свеклы с сыром и чесноком	30	0,5	2,8	3,4	42,4	10,5	0,3	0,0	0,0	0,6
29/2	Суп-пюре гороховый	130	2,8	1,0	10,2	52,0	17,0	1,0	0,1	0,0	0,2
6/8	Мясо говядины тушеное с овощами	150	11,8	11,7	16,4	214,0	19,6	2,1	0,1	0,1	8,0
9/10	Напиток из шиповника	130	0,2	0,1	10,5	39,0	2,5	0,2	0,0	0,0	40,2
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>470</b>	<b>16,71</b>	<b>15,81</b>	<b>55,4</b>	<b>411,6</b>	<b>57,6</b>	<b>4,4</b>	<b>0,27</b>	<b>0,1</b>	<b>49,0</b>
10/10	Кисель	150	0,2	0,0	12,6	52,0	15,0	0,6	0,0	0,0	0,1
	Пряники	50	2,9	2,3	37,5	183,0	10,2	28,8	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>200</b>	<b>3,1</b>	<b>2,3</b>	<b>50,1</b>	<b>235,0</b>	<b>25,2</b>	<b>29,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1130</b>	<b>39,04</b>	<b>31,51</b>	<b>200,1</b>	<b>1179,8</b>	<b>296,2</b>	<b>36,9</b> <b>6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,24</b>	<b>59,2</b>



**ЯСЛИ 2 неделя 3 день**

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
19/8	Суфле творожное со сгущенным молоком	120/15	17,7	14,5	16,7	269,0	163,1	0,7	0,0	0,3	0,3
11/10	Напиток лимонный	180	0,1	0,0	17,9	74,0	0,0	0,01	0,0	0,0	2,3
3/13	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	4,8	2,7	13,0	94,0	72,0	0,06	0,0	0,0	0,05
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>355</b>	<b>22,6</b>	<b>17,2</b>	<b>47,6</b>	<b>437,0</b>	<b>235,1</b>	<b>0,77</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>2,65</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
24/2005	Салат из свежей капусты с луком и растительным маслом	30	0,5	2,0	3,3	31,0	12,4	0,2	0,0	0,0	11,2
5/2	Свекольник со сметаной	150	1,3	3,3	10,3	70,0	23,8	0,8	0,0	0,0	4,1
4/9	Плов с куриным мясом	110	9,8	9,4	18,2	190,0	12,1	0,9	0,0	0,1	0,8
7/10	Компот из свежих яблок	130	0,1	0,0	9,8	42,0	6,2	0,3	0,08	0,0	2,5
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>450</b>	<b>13,11</b>	<b>14,91</b>	<b>56,5</b>	<b>397,2</b>	<b>62,5</b>	<b>3,0</b>	<b>0,15</b>	<b>0,1</b>	<b>18,6</b>
<b>Полдник</b>											
10/10	Чай	150	0,0	0,0	6,8	26,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
220/2005	Блины с повидлом	50/10	4,9	5,6	43,0	202,0	98,2	0,7	0,06	0,04	1,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>210</b>	<b>4,9</b>	<b>5,6</b>	<b>49,8</b>	<b>228,0</b>	<b>98,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,06</b>	<b>0,04</b>	<b>1,0</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1125</b>	<b>44,81</b>	<b>43,01</b>	<b>200,9</b>	<b>1313,4</b>	<b>412,0</b>	<b>6,67</b>	<b>0,24</b>	<b>0,44</b>	<b>32,25</b>

**ЯСЛИ 2 неделя 4 день**

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,8	5,6	21,9	151,0	78,5	0,9	0,1	0,1	0,3
13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	12,0	80,0	95,3	0,1	0,0	0,2	0,5
11/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	3,1	2,9	12,0	74,8	95,0	0,05	0,0	0,03	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>365</b>	<b>10,6</b>	<b>11,1</b>	<b>45,9</b>	<b>305,8</b>	<b>268,8</b>	<b>1,05</b>	<b>0,1</b>	<b>0,33</b>	<b>0,9</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком и растительным маслом	30	0,3	2,0	3,7	31,0	7,2	0,3	0,0	0,0	0,9
14/2	Суп овощной со сметаной	130	1,2	3,0	5,2	45,0	15,0	0,2	0,0	0,0	2,0
9/7	Биточки (котлеты) рыбные	50	6,9	1,0	4,0	53,0	29,6	0,4	0,0	0,1	0,3
3/3	Картофельное пюре	100	2,1	2,8	14,9	90,0	24,7	0,7	0,1	0,1	7,2
6/10	Компот из сухофруктов	130	0,2	0,0	13,4	42,0	10,0	0,1	0,0	0,0	35,2
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>470</b>	<b>12,11</b>	<b>9,01</b>	<b>56,1</b>	<b>325,2</b>	<b>94,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,17</b>	<b>0,2</b>	<b>45,6</b>
<b>Полдник</b>											
10/10	Чай с молоком	180	1,3	1,3	10,1	55,0	47,8	0,1	0,0	0,1	0,2
	Вафли	40	1,0	1,0	12,5	156,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>220</b>	<b>2,3</b>	<b>2,3</b>	<b>22,6</b>	<b>211,0</b>	<b>47,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1165</b>	<b>29,21</b>	<b>27,71</b>	<b>171,6</b>	<b>1093,2</b>	<b>427,2</b>	<b>5,85</b>	<b>0,36</b>	<b>0,63</b>	<b>56,7</b>

## ЯСЛИ 2 неделя 5 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
05/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	4,0	3,8	21,4	133,0	70,2	0,3	0,0	0,1	0,3
11/10	Чай с лимоном	150	0,1	0,0	6,8	27,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,6
3/13	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	4,8	2,7	13,0	94,0	72,0	0,06	0,0	0,0	0,05
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>340</b>	<b>8,9</b>	<b>6,5</b>	<b>41,2</b>	<b>254,0</b>	<b>143,7</b>	<b>0,36</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,95</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
24/2005	Салат из квашеной капусты	30	0,2	1,8	0,5	20,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,05
12/2	Суп картофельный со сметаной	130	0,9	1,5	6,0	34,0	8,8	0,4	0,0	0,0	2,8
11/8	Гуляш из мяса говядины	50	8,0	8,2	2,2	120,0	9,0	1,0	0,0	0,0	0,1
43/3	Макаронные изделия отварные	100	3,5	2,5	22,7	125,0	8,5	0,5	0,0	0,0	0,0
3/10	Компот из яблок и изюма	130	0,1	0,0	10,5	39,0	2,2	0,0	0,0	0,0	18,5
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9	64,2	8,0	0,8	0,07	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>470</b>	<b>14,11</b>	<b>14,21</b>	<b>56,8</b>	<b>402,4</b>	<b>36,5</b>	<b>2,7</b>	<b>0,07</b>	<b>0,0</b>	<b>21,45</b>
<b>Полдник</b>											
	Йогурт	150	3,1	2,0	3,5	52,0	130,0	0,0	0,01	0,01	0,5
8/12	Сдоба обыкновенная	50	4,4	3,3	28,2	156,0	24,9	0,5	0,1	0,0	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>31,7</b>	<b>208,0</b>	<b>154,9</b>	<b>0,5</b>	<b>0,11</b>	<b>0,01</b>	<b>0,6</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1120</b>	<b>34,71</b>	<b>31,31</b>	<b>176,7</b>	<b>1115,6</b>	<b>351,1</b>	<b>5,76</b>	<b>0,21</b>	<b>0,11</b>	<b>33,0</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий д/с «Солнышко»

Грозных Р.С.

01.11.2023 год



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО» ПГТ КИЛЬМЕЗЬ КИЛЬМЕЗСКОГО РАЙОНА  
КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

# МЕНЮ

сезон: весенне-летний

возрастная категория 3-7 лет

## Детский сад 1 неделя 1 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
99/05	Молочная каша пшеничная с маслом сливочным	160	5,0	4,8	24,8	158,0	73,4	0,9	0,1	0,1	0,3
14/10	Какао	180	3,5	3,1	22,1	121,0	100,6	1,0	0,0	0,1	0,5
1/13	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	3,9	7,7	23,5	181,0	24,0	0,02	0,0	0,01	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>400</b>	<b>12,4</b>	<b>15,6</b>	<b>70,4</b>	<b>460,0</b>	<b>176,4</b>	<b>1,92</b>	<b>0,1</b>	<b>0,21</b>	<b>0,8</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком	50	0,5	3,3	6,1	52,0	11,9	0,5	0,0	0,0	1,5
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	160	1,5	1,0	9,3	51,0	6,8	0,35	0,0	0,0	2,0
36/8	Зразы манные с мясом говядины	100	13,33	18,8	25,87	328,0	47,91	2,08	0,08	0,13	0,59
1/11	Соус молочный	20	0,4	1,2	1,4	17,0	12,5	0,0	0,0	0,0	0,1
1/10	Кисель из сухофруктов	180	0,9	0,0	28,2	103,0	28,2	0,5	0,0	0,0	45,3
	Хлеб ржаной	40	2,0	04	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>550</b>									
<b>Полдник</b>											
2/6	Омлет паровой	60	5,9	7,9	1,0	98,0	41,4	1,0	0,02	0,2	0,1
10/10	Чай	180	0,0	0,0	8,2	31,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,87	16,0	85,5	17,1	0,6	0,1	0,1	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>280</b>	<b>8,54</b>	<b>8,77</b>	<b>25,2</b>	<b>214,5</b>	<b>58,7</b>	<b>1,6</b>	<b>0,12</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1340</b>	<b>43,77</b>	<b>54,37</b>	<b>230,47</b>	<b>1552,2</b>	<b>367,11</b>	<b>19,5</b>	<b>0,43</b>	<b>0,64</b>	<b>60,39</b>

## Детский сад 1 неделя 2 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
16/4	Молочная каша ассорти (рис+ пшено) с маслом сливочным	160	3,9	4,8	20,1	145,0	90,2	0,4	0,1	0,1	0,4
10/10	Лимонный напиток	180	0,1	0,0	17,9	74,0	0,0	0,01	0,0	0,0	2,3
	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	8,2	4,8	23,3	153,0	167,0	0,1	0,0	0,07	0,12
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>400</b>	<b>12,2</b>	<b>9,6</b>	<b>61,3</b>	<b>372,0</b>	<b>257,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,17</b>	<b>2,82</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
29/1	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	50	0,7	4,5	4,6	65,0	17,2	0,6	0,01	0,01	3,8
25/2	Суп-пюре картофельный	160	2,1	2,3	10,2	68,0	40,2	0,4	0,0	0,1	4,8
5/9	Биточки (котлета) из мяса кур	70	12,5	10,2	10,6	185,0	29,7	1,0	0,01	0,1	0,3
43/13	Макаронные изделия отварные	130	4,6	3,3	29,6	163,0	11,1	0,6	0,1	0,0	0,0
6/10	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	17,9	65,0	13,0	0,3	0,0	0,0	45,1
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>630</b>	<b>22,3</b>	<b>20,7</b>	<b>89,9</b>	<b>621,5</b>	<b>120,4</b>	<b>12,9</b>	<b>0,22</b>	<b>0,25</b>	<b>54,0</b>
<b>Полдник</b>											
	Йогурт	200	5,5	5,1	9,0	92,0	150,0	0,0	0,1	0,1	1,5
233	Ватрушка с картофелем	60	5,1	4,8	25,0	180,5	46,5	0,4	0,1	0,1	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>260</b>	<b>10,6</b>	<b>9,9</b>	<b>34,0</b>	<b>272,5</b>	<b>196,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>1,6</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1400</b>	<b>49,3</b>	<b>45,5</b>	<b>232,2</b>	<b>1517,2</b>	<b>590,1</b>	<b>16,0</b> <i>1</i>	<b>0,55</b>	<b>0,62</b>	<b>68,42</b>

## Детский сад 1 неделя 3 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
16/5	Запеканка из творога с яблоками	150	20,0	17,1	27,4	341,0	168,8	1,4	0,1	0,3	1,6
2/11	Соус молочный сладкий	50	1,2	2,4	7,5	55,0	41,8	0,1	0,0	0,0	0,2
11/10	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,2	32,0	1,8	0,0	0,0	0,0	0,7
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	50/10	3,9	7,7	23,5	181,0	2,4	0,02	0,0	0,01	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>440</b>	<b>25,2</b>	<b>27,2</b>	<b>66,6</b>	<b>609,0</b>	<b>214,8</b>	<b>15,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,31</b>	<b>2,5</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
24/5	Салат из свежей капусты с морковью	50	0,8	3,3	5,9	52,0	23,4	0,3	0,0	0,0	18,8
2/2	Борщ со сметаной	160	1,5	3,8	7,8	64,0	26,2	0,7	0,0	0,0	6,8
40/8	Кнели мясные паровые	70	11,6	11,4	4,3	166,0	41,7	1,5	0,0	0,1	0,2
44/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	6,2	5,0	32,2	175,0	16,2	3,0	0,2	0,1	0,7
5/10	чай	180	0,0	0,0	8,2	31,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>610</b>	<b>22,1</b>	<b>23,9</b>	<b>75,4</b>	<b>563,5</b>	<b>116,9</b>	<b>15,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>26,5</b>
<b>Полдник</b>											
32/1	Салат из отварного картофеля, свеклы с соленым огурцом с растительным маслом	50	0,7	5,0	5,2	66,0	11,8	0,4	0,0	0,0	2,1
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,15	77,4	6,9	0,54	0,05	0,02	0,0
10/10	Кисель из сухофруктов	180	0,9	0,0	28,2	103,0	28,2	0,5	0,0	0,0	45,3
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>260</b>	<b>3,85</b>	<b>5,87</b>	<b>48,55</b>	<b>246,4</b>	<b>46,9</b>	<b>1,44</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>47,4</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1420</b>	<b>55,35</b>	<b>62,27</b>	<b>237,55</b>	<b>1670,1</b>	<b>394,6</b>	<b>20,66</b>	<b>0,48</b>	<b>0,53</b>	<b>86,4</b>

## Детский сад 1 неделя 4 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
22/2	Суп молочный с лапшой	160	2,8	3,0	9,8	78,0	67,3	0,3	0,0	0,1	0,38
13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	12,0	80,0	95,3	0,1	0,0	0,1	0,5
3/13	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	8,2	4,8	23,3	153,0	167,0	0,1	0,0	0,07	0,12
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>400</b>	<b>13,7</b>	<b>10,4</b>	<b>45,1</b>	<b>311,0</b>	<b>329,6</b>				
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
26/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50	0,7	4,1	4,5	53,0	16,0	0,6	0,0	0,0	1,0
31/2	Суп крестьянский с крупой и сметаной	160	1,5	3,5	9,0	70,0	20,2	0,4	0,0	0,0	5,2
6/7	Рыба запеченная в молочном соусе	70	7,3	1,8	3,5	59,0	48,5	0,3	0,0	0,1	0,1
3/3	Картофельное пюре	110	2,3	2,9	15,0	92,0	24,9	0,8	0,1	0,1	7,5
7/10	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,0	13,2	52,0	83,0	0,4	0,01	0,0	3,8
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>610</b>	<b>13,9</b>	<b>12,7</b>	<b>62,2</b>	<b>401,5</b>	<b>127,1</b>	<b>12,5</b>	<b>0,21</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>
<b>Полдник</b>											
235	Булочка домашняя	60	4,5	7,9	36,5	236,4	35,0	0,6	0,1	0,0	0,1
10/10	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	18,2	65,0	4,1	0,2	0,0	0,0	89,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>260</b>	<b>4,7</b>	<b>8,0</b>	<b>54,7</b>	<b>301,4</b>	<b>39,1</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>89,1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1380</b>	<b>36,5</b>	<b>36,4</b>	<b>209,0</b>	<b>1265,1</b>	<b>511,8</b>	<b>16,0</b>	<b>0,34</b>	<b>0,47</b>	<b>117,7</b>



## Детский сад 1 неделя 5 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	6,6	33,5	206	104,78	2,72	0,2	0,2	0,4
11/10	Чай	180	0,0	0,0	8,2	31,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
1/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	45/10	3,8	7,6	23,4	170,0	2,4	0,02	0,0	0,01	0,0
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>435</b>	<b>11,0</b>	<b>14,2</b>	<b>62,1</b>	<b>407</b>	<b>107</b>	<b>2,72</b>	<b>0,2</b>	<b>0,21</b>	<b>0,4</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
27/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы, репчатого лука с растительным маслом	40	0,7	2,7	5,4	48,0	4,5	0,2	0,0	0,0	1,3
16/2	Суп картофельный с крупой	160	2,2	3,8	14,2	92,0	15,8	0,7	0,1	0,0	4,0
32/8	Голубцы с мясом говядины и рисом	180	11,3	12,4	12,5	201,0	52,6	1,6	0,0	0,1	2,9
1/10	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,2	32,0	1,8	0,0	0,0	0,0	0,7
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>600</b>	<b>16,3</b>	<b>19,3</b>	<b>57,3</b>	<b>448,5</b>	<b>83,9</b>	<b>12,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник</b>											
8/10	Кисель	200	0,4	0,02	25,24	102,7	29,0	1,13	0,0	0,0	0,36
	Пряник	50	2,9	2,3	37,5	183	10,2	28,8	0,0	0,0	0,0
<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>		<b>250</b>	<b>3,3</b>	<b>2,32</b>	<b>62,77</b>	<b>285,7</b>	<b>13,1</b>	<b>29,93</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,36</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1395</b>	<b>34,8</b>	<b>41,12</b>	<b>232,14</b>	<b>1392,4</b>	<b>220,38</b>	<b>47,35</b>	<b>0,43</b>	<b>0,31</b>	<b>19,66</b>



## Детский сад 2 неделя 2 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6,0	31,2	206,0	97,5	1,05	0,14	0,11	0,42
12/10	Чай с молоком	180	1,3	1,3	10,1	55,0	47,8	0,1	0,0	0,1	0,2
3/13	Хлеб пшеничный с джемом	50/10	10,0	3,2	16,5	99,0	98,0	0,1	0,0	0,08	1,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>440</b>	<b>17,8</b>	<b>10,5</b>	<b>57,8</b>	<b>360,0</b>	<b>243,3</b>	<b>1,2</b>	<b>0,14</b>	<b>0,29</b>	<b>1,62</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
5/2005	Салат из свеклы с сыром и чесноком	50	0,7	3,7	4,3	53,0	13,2	0,6	0,0	0,0	0,9
29/2	Суп-пюре гороховый	160	4,0	1,4	13,8	78,0	24,8	1,3	0,1	0,0	0,4
3/8	Мясо говядины тушеное с овощами	180	14,1	14,1	19,7	257,0	23,5	2,5	0,1	0,1	9,6
9/10	Напиток из шиповника	180	0,2	0,1	16,3	59,0	3,7	0,2	0,0	0,0	80,1
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>610</b>	<b>21,0</b>	<b>19,7</b>	<b>71,1</b>	<b>52,25</b>	<b>74,4</b>	<b>14,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>91,0</b>
<b>Полдник</b>											
10/10	Кисель	200	0,4	0,02	22,54	102,7	29,0	1,13	0,0	0,0	0,36
	Пряники	50	2,9	2,3	37,5	183,0	10,2	28,8	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>250</b>	<b>3,3</b>	<b>2,32</b>	<b>60,04</b>	<b>285,7</b>	<b>39,2</b>	<b>29,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,36</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1410</b>	<b>46,3</b>	<b>37,82</b>	<b>235,94</b>	<b>1419,4</b>	<b>372,9</b>	<b>47,9</b>	<b>0,47</b>	<b>0,39</b>	<b>102,98</b>

## Детский сад 2 неделя 3 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
19/8	Суфле творожное со сгущенным молоком	150/20	22,1	18,2	20,9	336,0	203,8	0,9	0,1	0,0	0,3
11/10	Напиток лимонный	180	0,1	0,0	17,9	74,0	0,0	0,01	0,0	0,0	2,3
3/13	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	8,2	4,8	23,3	153,0	167,0	0,1	0,0	0,07	0,12
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>410</b>	<b>30,4</b>	<b>23</b>	<b>62,1</b>	<b>563,0</b>	<b>370,8</b>	<b>1,01</b>	<b>0,1</b>	<b>0,07</b>	<b>2,72</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
24/2005	Салат из свежей капусты с луком и растительным маслом	50	0,8	3,3	5,5	51,0	20,7	0,3	0,0	0,0	18,2
5/2	Свекольник со сметаной	160	1,5	12,1	24,2	89,0	24,2	0,9	0,0	0,4	4,8
4/9	Плов с куриным мясом	180	17,2	15,7	31,4	331,0	20,8	1,7	0,1	0,1	1,3
7/10	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,0	13,2	52,0	8,3	0,4	0,01	0,0	3,8
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>610</b>	<b>21,6</b>	<b>31,5</b>	<b>91,3</b>	<b>598,5</b>	<b>83,2</b>	<b>13,3</b>	<b>0,21</b>	<b>0,5</b>	<b>28,1</b>
<b>Полдник</b>											
10/10	Чай	180	0,0	0,0	8,2	31,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0
220/2005	Блины с повидлом	50/15	4,9	5,6	43,0	202,0	98,2	0,7	0,06	0,04	1,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>245</b>	<b>4,9</b>	<b>5,6</b>	<b>51,2</b>	<b>233,0</b>	<b>98,4</b>	<b>0,7</b>	<b>0,06</b>	<b>0,04</b>	<b>1,0</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1375</b>	<b>61,1</b>	<b>65,4</b>	<b>251,60</b>	<b>1645,7</b>	<b>568,4</b>	<b>17,2</b> <i>1</i>	<b>0,4</b>	<b>0,61</b>	<b>41,82</b>

Детский сад 2 неделя 4 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углево ды	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	160	5,0	5,8	22,2	160,0	82,2	0,9	0,1	0,1	0,3
13/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	12,0	80,0	95,3	0,1	0,0	0,1	0,5
11/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	50/10	3,9	7,7	23,5	181,0	2,40	0,02	0,0	0,01	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>400</b>									
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Печенье	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком и растительным маслом	50	0,5	3,3	6,1	52,0	11,9	0,5	0,0	0,0	1,5
14/2	Суп овощной со сметаной	160	1,8	4,2	7,9	68,0	17,5	0,6	0,0	0,0	5,5
9/7	Биточки (котлеты) рыбные	70	9,6	1,4	5,6	74,0	41,4	0,5	0,1	0,1	0,4
3/3	Картофельное пюре	110	2,3	2,9	15,0	92,0	24,9	0,8	0,1	0,1	7,5
9/10	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	17,9	65,0	13,0	0,3	0,0	0,0	45,1
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>610</b>	<b>16,6</b>	<b>12,2</b>	<b>69,5</b>	<b>426,5</b>	<b>117,9</b>	<b>12,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>60,0</b>
<b>Полдник</b>											
10/10	Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61,0	53,06	0,07	0,01	0,06	0,26
	Вафли	50	2,84	1,19	38,0	212,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>250</b>	<b>4,24</b>	<b>2,59</b>	<b>49,2</b>	<b>273,0</b>	<b>53,46</b>	<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>	<b>0,26</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1370</b>	<b>36,34</b>	<b>36,19</b>	<b>223,4</b>	<b>1371,7</b>	<b>547,76</b>	<b>15,99</b>	<b>0,44</b>	<b>0,47</b>	<b>71,06</b>

## Детский сад 2 неделя 5 день

Номер ТК	Наименование изделий (блюд)	Выход Г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
05/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	160	4,4	3,9	22,2	138,0	70,4	0,4	0,0	0,1	0,3
11/10	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,2	32,0	1,8	0,0	0,0	0,0	0,7
3/13	Хлеб пшеничный с сыром	50/10	8,2	4,8	23,3	153,0	167,0	0,1	0,0	0,07	0,12
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>400</b>	<b>12,7</b>	<b>8,7</b>	<b>53,7</b>	<b>323,0</b>	<b>239,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,17</b>	<b>1,12</b>
<b>10.00</b>											
	Сок или фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	42,7	16,0	2,2	0,03	0,0	10,0
	Вафли	10	3,8	4,9	37,2	208,5					
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>110</b>	<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>47,0</b>	<b>251,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>
<b>Обед</b>											
24/2005	Салат из квашеной капусты	50	0,4	2,6	0,8	29,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2
12/2	Суп картофельный со сметаной	160	1,5	2,0	8,0	57,0	13,0	0,6	0,1	0,1	3,8
11/8	Гуляш из мяса говядины	70	10,4	11,0	3,8	154,0	11,7	1,6	0,0	0,1	0,3
43/3	Макаронные изделия отварные	110	3,8	2,8	22,8	127,0	8,5	0,5	0,0	0,0	0,0
3/10	Компот из яблок и изюма	180	0,3	0,0	17,4	64,0	5,4	0,1	0,0	0,0	45,1
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	17,0	75,5	9,2	10,0	0,1	0,	0,0
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>610</b>	<b>18,4</b>	<b>18,8</b>	<b>69,8</b>	<b>507,0</b>	<b>47,8</b>	<b>12,8</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>49,4</b>
<b>Полдник</b>											
	Йогурт	200	5,5	5,1	9,0	92,0	15,0	0,0	0,1	0,1	1,5
8/12	Сдоба обыкновенная	60	5,3	3,9	32,4	188,0	29,9	0,5	0,06	0,05	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ</b>	<b>260</b>	<b>10,8</b>	<b>9,2</b>	<b>41,4</b>	<b>280,0</b>	<b>179,9</b>	<b>0,5</b>	<b>0,16</b>	<b>0,15</b>	<b>1,6</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1380</b>	<b>46,1</b>	<b>42</b>	<b>211,9</b>	<b>1361,2</b>	<b>482,9</b>	<b>16,0</b>	<b>0,39</b>	<b>0,52</b>	<b>62,12</b>