

Утверждено
Заведующий МБДОУ
"Боханский детский сад №2"
Е.Н.Рудакова
Приказ № 57 от " 28 " августа 2024 год

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ, ОТ 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ
НА УЧЕБНЫЙ ПЕРИОД С 02.09.2024Г. ПО 31.05.2025 Г.
МБДОУ "Боханский детский сад №2"**

1 неделя 1 день

	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№ рецептуры	Цена	Сумма	
															Ясли	Сад
	Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад		Ясли	Сад
Завтрак 1																
Каша манная молочная	150	200	4.5	6	6.15	8.2	21.98	29.31	161.3	215	0.13	0.267	1.1		9.6	12.0
манка	0.0186	0.0233												53	0.986	1.23
Молоко	0.063	0.0788												94	5.922	7.40
Вода питьевая	0.0426	0.0533												0	0	0.00
Масло сливочное	0.003	0.0038												900	2.7	3.38
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	85	0	0	3.7		0.644	0.644
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.644	0.644
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0	0
Бутерброд с маслом	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	120	0	0	П9		3.6	3.6
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.6	3.6
Всего за завтрак			6.24	7.74	9.66	11.71	60.78	72.07	303.1	420.0	0.13	0.27			13.85	16.25
Завтрак 2																
Сок натуральный	0.1	0.1	1	1	0.2	0.2	20.2	20.2	92	92	4	4	СОК1	105	10.50	10.50
Обед																
Щи со свежей капустой и карт-м	150	200	12	15	6.3	12.5	7	12	351.28	409.53	32.8	35.3	О1/4		16.5	22.21
Капуста белокачанная	0.035	0.07												55	1.925	3.85
Морковь	0.0041	0.0082												103	0.422	0.845
Лук репчатый	0.0013	0.0026												60	0.078	0.156
Лук-порей	0.0048	0.0096												0	0	0
Томатное пюре	0.0048	0.0096												340	1.632	3.264
Мука пшеничная	0.0006	0.0012												44	0.026	0.053
Масло	0.007	0.008												145	1.015	1.16
Суп набор говяжий	0.015	0.02												95	1.425	1.9
Картофель	0.1	0.12												50	5	6
Сметана	0.01	0.01	0.53	0.53	6.075	6.075	0.56	0.56	80.4	123				498	4.98	4.98
Макаронные изд. отварные	60	70	8.304	9.072	2.67	2.85	35.465	67	88	135.72	0	0	О2/1		5.25	6.975
Макаронные изделия	0.03	0.045												55	1.65	2.475
Масло сливочное	0.004	0.005												900	3.6	4.5
Куриные котлеты	0.04	0.05	8.89	12.2	12	15.5	1.6	2	150	230	2.77	5.1	О2/2		6.835	8.51
Фарш куриный	0.0360	0.0450												170	6.12	7.65
Яйцо	0.025	0.025												17	0.425	0.425
Лук репчатый	0.008	0.011												60	0.48	0.66
Масло раст-е	0.002	0.003												145	0.29	0.435
Компот из сухофруктов	150	180	2.4	3.5	0	0	44.645	57.87	98	149.32	0	0	3.5		2.21	2.21
сухофрукты	0.013	0.013												170	2.21	2.21
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0	0
Кислота лимонная	0.0013	0.0013												0	0	0
Всего за обед			33.124	42.305	34.135	44.925	94.27	139.43	767.68	1047.6	35.6	40.4			30.8	44.88
Полдник																
Пряник	40	40	1.28	1.28	3.36	3.36	13.7	13.7	90.16	90.16	0	0	П/20		8.80	8.80
Пряник	0.04	0.04												220	8.80	8.80
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	120	150	0	0	3.7		2.994	3.464
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.644	0.644
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0	0
Сахар на весь день	0.025	0.03												94	2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.11
Всего за полдник			1.5	1.5	3.4	3.4	28.7	28.7	210.2	240.2	0.0	0.0			11.8	12.3
Всего за 1 день			41.84	52.53	47.41	60.25	203.96	260.41	1372.89	1799.73	39.70	44.67			73.321	92.11

1 неделя 2 день

	Наименование блюда		Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№ рец	Цена	Сумма			
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад		
Завтрак1	Суп молочный с вермишелью		150	200	11.13	14.84	14.4	19.2	46.44	61.92	349.05	465.4	2.895	3.86	14			9.77	12.31	
	Вермишель		0.015	0.02													59	0.83	1.10	
	Молоко		0.063	0.079													94	5.91	7.43	
	Вода питьевая		0.1425	0.191													0	0.00	0.00	
	масло сливочное		0.00336	0.0042													900	3.01	3.78	
	Чай с сахаром		150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7			0.64	0.64	
	Чай сухой		0.001	0.001													644	0.64	0.64	
Вода питьевая		0.15	0.18													0	0.00	0.00		
	Бутерброд с маслом		34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	П9			3.60	3.60	
	Масло коровье		0.004	0.004													900	3.60	3.60	
	Всего за завтрак				12.87	16.58	17.91	22.71	71.20	86.68	484.05	600.40	2.90	3.86				14.02	16.55	
Завтрак	Яблоко	0.045	0.05	0.2	0.2	0.2	0.2	24.4	24.4	115.6	115.6	9.6	9.6	3.3	200		9	10		
Обед	картофельный с рыбными фрикадельками		150	200	8.112	10.14	8.192	10.93	20.416	43.02	111.84	207.8						13.13	16.99	
	картофель		0.08288	0.1036													50	4.14	5.18	
	Морковь		0.008	0.01													103	0.82	1.03	
	Лук репчатый		0.00768	0.0096													60	0.48	0.58	
	Томатное пюре		0.0016	0.002													340	0.54	0.68	
	Масло раст-е		0.004	0.005													145	0.58	0.73	
	Вода питьевая		0.112	0.14													0	0.00	0.00	
	Фрикадельки		50	50													0	0.00	0.00	
	Рыбные фрикадельки		45	50															6.58	8.75
	минтай		0.018	0.024														360	6.48	8.64
	Яйца		0.0025	0.0025														17	0.04	0.04
	Лук репчатый		0.0009	0.0012														60	0.09	0.07
	Вода питьевая		0.0062	0.0084														0	0.00	0.00
	Каша гречневая рассыпчатая		60	80	4.75	4.75	3.64	5.64	18.87	25.87	75	95	15.23	15.67	02/3			4.40	5.52	
	Гречневая крупа		0.02	0.03														76	1.52	2.28
	Вода питьевая		0.056	0.063														0	0.00	0.00
	Масло сливочное		0.003	0.0036														900	2.88	3.24
	Курица запеченная		38.214	57.34	8.904	13.356	13.684	15.786	0	0	92.988	139.482	3.536	6.804	02/12			19.58	29.58	
	Куры, окорочка		0.0535	0.08028														350	18.73	28.10
	Сметана 20%		0.00027	0.00122														498	0.13	0.61
Масло раст-е		0.005	0.006														145	0.73	0.87	
Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах		150	180	0	0	0	0	19.98	24.62	37.4	86	0	0	3.3			2.63	2.63		
Кисель		0.013	0.013														202	2.63	2.63	
Кислота лимонная		0.002	0.002														0	0.00	0.00	
Вода питьевая		0.15	0.18														0	0.00	0.00	
Всего за обед				23.77	32.25	25.516	32.36	59.266	93.51	317.2	528.28	18.77	22.47				39.74	54.67		
Полдник	булочка домашняя		50	90	4.8	4.8	3.69	3.69	28.98	35.98	356.3	376.3	12.26	13.26	П14			17.07	17.07	
	Мука пшеничного высшего сорта		0.0678	0.0678														44	2.98	2.98
	Масло сливочное		0.0144	0.0144														900	12.96	12.96
	Яйцо		0.0022	0.0022														340	0.75	0.75
	Дрожжи прессованные		0.0017	0.0017														220	0.37	0.37
	Чай с молоком		150	180	0	0	0	0	19.96	19.96	127.5	170	1.6	1.6	3.4			13.52	14.8732	
	Чай черный		0.00025	0.0003														644	0.161	0.1932
	Молоко		0.1	0.1														94	9.4	9.4
	Сахар на весь день		0.025	0.03														94	2.35	2.82
	Хлеб пшеничный на весь день		0.06	0.08														66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день		0.003	0.005														22	0.066	0.11	
Всего за полдник				4.8	4.8	3.7	3.7	48.9	55.9	483.8	546.3	13.9	14.9				30.6	31.9		
Всего за 2 день				41.64	53.83	47.32	58.96	203.81	260.53	1400.7	1790.6	45.12	50.79				99.72	121.37		

1 неделя 3 день

	Наименование блюда		Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		рецепту	Цена	Сумма	
			Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
			Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Завтрак 1	Омлет натуральный запеченный	80	90	6.464	7.272	7.296	8.21	1.152	1.296	95.768	107.739	1.2	1.35	1.6		20.70	21.16	
	Яйцо	0.05	0.05												340	17.00	17.00	
	Молоко	0.024	0.027												94	2.26	2.54	
	Масло слив-е	0.0016	0.0018												900	1.44	1.62	
	Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7		0.64	0.64	
	Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64	
	Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00	
	Бутерброд с маслом	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	0.9		3.60	3.60	
	Масло коровье	0.004	0.004												900	3.60	3.60	
	Всего за завтрак			8.20	9.01	10.81	11.72	25.91	26.06	230.77	242.74	1.20	1.35			24.94	25.40	
Завтрак 2	Апельсин	0.045	0.05	0.41	0.41	0.4	0.4	10.95	11	45.31	45.3	16.9	16.9	2.3	240	10.8	12	
	Суп гороховый с гречками	150	200	8.47	10.96	5.565	7.42	40.64	57.52	318.68	608.24	4.005	5.34	0.1		9.12	11.95	
Обед	Суповой набор	0.02	0.025												95	1.90	2.38	
	картофель	0.0429	0.0572												50	2.15	2.86	
	Морковь	0.0075	0.01												103	0.77	1.03	
	Лук	0.0072	0.0096												60	0.43	0.58	
	Масло сливочное	0.003	0.004												900	2.70	3.60	
	Масло растительное	0.004	0.005												145	0.58	0.73	
	Вода питьевая	0.105	0.14												0	0.00	0.00	
	Горох	0.0125	0.0166												47	0.59	0.78	
	Гренки	0.01	0.01												66	0.66	0.66	
	Пюре картофельное	80	90	6.95	9.954	9.496	10.81	14.288	14.824	166.08	174.34	1.672	1.88	0.2/9		8.12	9.35	
	Картофель	0.084	0.0945												50	4.20	4.73	
	Молоко	0.0225	0.0253												94	2.12	2.38	
	Масло	0.002	0.0025												900	1.80	2.25	
	котлеты мясные	40	60	12.66	16.88	7.86	15.5	42.96	54.28	287.3	299.23	0	0	3.5		19.01	25.28	
	говядина (Котлетное)	0.0493	0.0658												360	17.76	23.67	
	Хлеб	0.008	0.0112												66	0.53	0.74	
	Масло растительное	0.005	0.006												145	0.73	0.87	
	Вода питьевая	0.0011	0.0152												0	0.00	0.00	
	Чай с сахаром и лимоном	150	180	2.23	3	7.045	7.05	13.7	15.22	53.18	56	19.2	23			2.38	2.64	
	Чай	0.0009	0.001												644	0.58	0.64	
	Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00	
	Лимон	0.0072	0.008												250	1.80	2.00	
	Всего за обед			30.31	40.79	29.97	40.8	111.6	141.84	825.24	1137.81	24.88	30.22			38.62	49.23	
	Полдник	Блинчики с повидлом	60	80	2.803	4.203	5.56	7.259	34.52	62.265	170.27	204.95	0	0	0.1		15.76	21.90
		Мука пшеничная	0.0264	0.0354												44	1.16	1.56
		Молоко или вода	0.044	0.0588												94	4.14	5.53
		Яйца	0.01	0.1336												17	0.17	2.27
Масло сливочное		0.002	0.003	0.625	0.625	12	12	18.1	18.1	51	51				900	1.80	2.70	
Дрожжи прессованные		0.0016	0.002												220	0.35	0.44	
Масло растительное		0.002	0.0027												145	0.29	0.39	
Масло сливочное		0.004	0.0053												900	3.60	4.77	
Повидло		0.025	0.025												170	4.25	4.25	
Какао с молоком		150	180	0	0	0	0	19.96	19.96	127.5	170	1.6	1.6	3.6		12.64	13.32	
какао		0.0025	0.003												1270	3.18	3.81	
Молоко		0.1	0.1												94	9.40	9.40	
Сахар на весь день		0.025	0.03												94	2.35	2.82	
Хлеб пшеничный на весь день		0.06	0.08												66	3.96	5.28	
СОЛЬ йодированная на весь день		0.003	0.005												22	0.066	0.11	
Всего за полдник			2.80	4.20	5.56	7.26	54.48	82.23	297.77	374.95	1.60	1.60			28.40	35.22		
Всего за 3 день			41.7	54.4	46.7	60.2	202.9	261.1	1399.1	1800.8	44.6	50.1			109.1	130.1		

1 неделя

Завтрак

Завтрак

Обед

Полдник

Наименование блюда	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		рецептур	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Вермишель отварная с сыром	120	150	6.192	7.74	8.364	10.455	0.576	0.72	176.892	221.115	0	0	15		13.76	17.21
Макаронные	0.036	0.045												59	1.98	2.48
Сыр российский	0.012	0.015												730	8.76	10.95
Масло сливочное	0.00336	0.0042												900	3.02	3.78
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7		0.64	0.64
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00
Бутерброд с	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	19		3.60	3.60
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.60	3.60
Всего за завтрак			7.93	9.48	11.87	13.97	25.34	25.48	311.89	356.12	0.00	0.00			18.01	21.45
Сок натуральный	0.1	0.1	1	1	0.2	0.2	20.2	20.2	92	92	4	4	сок	109	10.50	10.50
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	250	5.96	8.96	23.9	28.93	42.84	84.89	220.88	422.88	18.22	22.23	01-		21.18	23.75
Картофель	0.115	0.144												50	5.75	7.20
Морковь	0.01	0.012												103	1.03	1.24
Лук репчатый	0.004	0.005												60	0.24	0.30
Масло коровье	0.0016	0.002												900	1.44	1.80
Бульон или вода	0.121	0.151												0	0.00	0.00
Фарш:Г овыдина(ко	0.02	0.02												525.00	10.50	10.50
Лук репчатый	0.004	0.005												60.00	0.24	0.30
Яйца	0.03	0.047												17.00	0.51	0.80
Масло растительное	0.006	0.007												145.00	0.87	1.02
чеснок	0.002	0.002												300.00	0.60	0.60
Рис отварной рассыпчатый	100	150	5.4	8.6	3.46	5.2	25.4	38.1	495.63	599.58	0	0	54-6- 2020		5.70	8.32
Крупа рисовая	0.015	0.02												110	1.65	2.20
Маргарин или	0.0045	0.0068												900	4.05	6.12
Вода питьевая	0.216	0.324												0	0.00	0.00
Котлета рыбная	60	80	12	16	5.042	8.056	12.484	15.312	130.74	174.32	0	0	02/8		18.59	24.55
Филе минтая (горбуши)	0.05	0.066												360	18.00	23.76
Мука	0.0036	0.0048												44	0.16	0.21
Масло раст-е	0.003	0.004												145	0.44	0.58
концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	150	180	0	0	0	0	9.98	9.98	37.4	38	15.1	15.2	3.3		2.63	2.63
Кисель	0.013	0.013												202	2.63	2.63
Кислота лимонная	0.002	0.002												0	0.00	0.00
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00
Всего за обед			23.36	33.56	32.402	42.19	90.704	148.3	884.65	1234.78	33.32	37.43			48.10	59.25
пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем (Фарш картофельный)	50	50	9.7	9.7	3.1	3.1	52.6	52.6	59	59	0	0	П17		7.34	9.07
Мука пшеничная	0.038	0.041												44	1.7	1.8
Масло сливочное	0.003	0.004												900	2.7	3.6
Яйцо	0.0031	0.004												340	1.054	1.36
Дрожжи	0.001	0.0012												220	0.22	0.264
Молоко или вода	0.007	0.008												94	0.658	0.752
Мука на подпыл	0.0009	0.001												44	0.0396	0.044
Картофель	0.02	0.025												50	1	1.25
Чай с молоком	150	180	0.234	0.26	0.045	0.05	13.698	15.22	53.1	59	8.06	9	1/3.		9.561	9.5932
Чай черный байховый	0.00025	0.0003												644	0.161	0.1932
Молоко	0.1	0.1												94	9.4	9.4
Сахар на весь день	0.025	0.03												94	2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.11
Всего за полдник			9.93	9.96	3.15	3.15	66.30	67.82	112.10	118.00	8.06	9.00			16.90	18.67
Всего за 4 день			42.2	54.0	47.6	59.5	202.5	261.8	1400.6	1800.9	45.4	50.4			99.9	118.1

1 неделя 5 день

Завтрак 1

Наименование блюда	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№ рецептуры	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Каша пшеничная молочная	120	150	6.66	8.88	5.64	9.4	24.732	41.22	171.9	286.5	19.06	21.075	1.7		10.44	13.35
Молоко	0.063	0.079												94	5.92	7.41
Пшено	0.02	0.025												57	1.14	1.43
Масло сливочное	0.00375	0.005												900	3.38	4.50
Вода питьевая	0.03	0.04													0.00	0.00
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.09	0.09	15.01	15.01	57	57			3.7		0.64	0.64
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18													0.00	0.00
Бутерброд с маслом	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78			п9		3.60	3.60
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.60	3.60
Всего за завтрак			8.40	10.62	9.15	12.91	49.49	65.98	306.90	421.50	19.06	21.08			14.68	17.60

Завтрак 2

Яблоко	0.045	0.05	0.2	0.2	0.2	0.2	24.4	24.4	115.6	115.6	9.6	9.6	3.1	200	9	10
---------------	--------------	-------------	------------	------------	------------	------------	-------------	-------------	--------------	--------------	------------	------------	------------	------------	----------	-----------

Обед

Рассольник со сметаной	150	200	5.01	6.068	8.35	14.94	22.8	30.4	198.195	225.63	15.58	18.56	01/5		11.99	17.31
Картофель	0.075	0.125												50	3.75	6.25
Крупа перловая	0.004	0.006												40	0.16	0.24
Лук репчатый	0.0072	0.012												60	0.43	0.72
Морковь	0.006	0.008												103	0.62	0.82
Огурцы соленые	0.01	0.0167												220.58	2.21	3.68
Суповой набор	0.02	0.025												95.00	1.90	2.38
Масло растительное	0.003	0.005												145.00	0.44	0.73
Сметана	0.005	0.005	0.25	0.25	4.025	4.025	7.34	7.34	20.4	20.4				498	2.49	2.49
Рулет с макаронами	195	260	13.38	17.38	17.32	19.427	33.77	41.73	367.02	401.25	0.12	0.12	02/13		21.98	28.92
Говядина(котлетное мясо)	0.037	0.049												525	19.43	25.7
Хлеб пшеничный	0.005	0.007													0.00	0.00
Молоко или вода	0.007	0.009												94	0.66	0.85
Фарш: Макароны отварные №204	0.027	0.036											204		0.00	0.00
Масло сливочное	0.001	0.001												900	0.90	0.90
Яйца	0.05	0.0769												17	0.85	1.31
Сухари	0.002	0.002													0.00	0.00
Масло растительное	0.001	0.001												145	0.15	0.15
Макароны отварные с сыром	0.02175	0.029	9.68	13.91	0.6	0.8	23.27	31.027	152.3	175.1			204		5.98	7.98
Макароны отварные	0.015	0.02												55	0.83	1.10
несоленое	0.00135	0.0018												900	1.22	1.62
Сыр твердый натертый	0.0054	0.0072												730	3.94	5.26
Компот из сухофруктов	150	180	0.24	0.32	0	0	22.65	41.9	74	168	0	0	3.5		2.21	2.21
сухофрукты	0.013	0.013												170	2.21	2.21
Вода питьевая	0.15	0.18													0	0
Кислота лимонная	0.0013	0.0013													0	0
Всего за обед			28.56	37.93	30.30	39.19	109.83	#####	811.92	990.38	15.70	18.68			44.65	58.91

Полдник

Печенье	40	40	1.28	1.28	3.36	3.36	13.7	13.7	90.16	153			п20		10.40	10.40
Печенье	0.04	0.04												260	10.40	10.40
Биойогурт	100	100	4.06	4.06	4.48	4.48	5.6	5.6	82.6	120	1.19	1.19	3.8		17.00	17.00
продукт с м.д.ж.	0.1	0.1												170	17.00	17
Сахар на весь день	0.025	0.03												94	2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.11
Всего за полдник			5.34	5.34	7.84	7.84	19.30	19.30	172.76	273.00	1.19	1.19			27.40	27.40
Всего за 5 день			42.5	54.1	47.5	60.1	203.0	262.1	1407.2	1800.5	45.6	50.9			102.1	122.1

2 неделя 6 день

Завтрак 1

Наименование	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Каша манная молочная	150	200	4.5	6	6.15	8.2	21.98	29.31	161.3	215	0.125	0.267	1.1		9.6	12.01
манка	0.0186	0.02325												53	0.9858	1.23
Молоко	0.063	0.07875												94	5.922	7.40
Вода питьевая	0.0426	0.05325												0	0	0.00
Масло сливочное	0.003	0.00375												900	2.7	3.38
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3		0.644	0.644
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.644	0.644
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0	0
Бутерброд с маслом	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	19		3.6	3.6
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.6	3.6
Всего за завтрак			6.24	7.74	9.66	11.71	46.74	54.07	296.30	350.00	0.13	0.27			13.85	16.25

Завтрак 2

Апельсин	0.045	0.05	0.41	0.41	0.4	0.4	10.95	11	45.31	45.3	16.9	16.9	2\3		10.8	12
Апельсин	0.045	0.05												240	10.8	12

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем	150	200	19.71	25.31	24.93	32.86	37.07	59.14	278.93	423.63	23.784	28.538	01/3		15.32	18.69
Свекла	0.02	0.03												70	1.40	2.10
Капуста белокачанная	0.01	0.015												55	0.55	0.83
Картофель	0.06	0.08												50	3.00	4.00
Морковь	0.0063	0.00945												103	0.65	0.97
Лук	0.0048	0.0072												60	0.29	0.43
Томат-паста	0.0036	0.0045												340	1.22	1.53
Масло растительное	0.005	0.006												145	0.73	0.87
Сахар	0.001	0.0015												0	0.00	0.00
Бульон мясной	120	120												0	0.00	0.00
Вода питьевая	0.08	0.12	0.25	0.25	2.025	2.025	15.34	0.34	20.4	86.4				0	0.00	0.00
Суповой набор	0.02	0.025												95	1.90	2.38
чеснок	0.002	0.002												300	0.60	0.60
Сметана 20%	0.01	0.01												498	4.98	4.98
Макаронные изделия отварные	60	135	2.304	3.072	0.33	0.44	33.46	76.61	226.35	288.36	0	0	02/1		5.25	6.975
Макаронные изделия	0.03	0.045												55	1.65	2.475
Масло сливочное	0.004	0.005												900	3.6	4.5
Курица запеченная	38.214	57.34	8.904	13.356	5.684	8.526	0	0	193.58	209.438	2.56	2.801	02/12		19.44	29.43
Куры, окорочка	0.0535	0.08028												350	18.73	28.10
Сметана 20%	0.00027	0.00122												498	0.13	0.61
Масло подсолнечное	0.004	0.005												145	0.58	0.73
Кисель из концентрата на плодовых и	150	180	0	0	0	0	9.98	9.98	37.4	53.4	0	0	3.3		2.626	2.626
Кисель	0.013	0.013												202	2.626	2.626
Кислота лимонная	0.002	0.002												0	0	0
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0	0
Всего за обед			31.17	41.99	32.97	43.85	95.85	146.07	756.66	1061.23	26.34	31.34			42.63	57.72

Полдник

Баранка яичная	40	40	4.15	4.2	4	4	30.2	30.2	174	174	0	0	11		4.80	4.80
Баранка яичная	0.04	0.04												120	4.80	4.80
Чай с молоком	150	180	0	0	0	0	19.96	19.96	127.5	170	1.6	1.6	34		9.627	9.7032
Чай черный	0.00025	0.0003												644	0.161	0.1932
Молоко	0.1	0.1												94	9.4	9.4
Сахар на весь день	0.025	0.03												94	2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.11
Всего за полдник			4.15	4.20	4.00	4.00	50.16	50.16	301.50	344.00	1.60	1.60			14.43	14.50
Всего за 6 день			42.0	54.3	47.0	60.0	203.7	261.3	1399.8	1800.5	45.0	50.1			88.1	108.7

2 неделя 7 день

Завтрак 1

Наименование блюда	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№ рецептуры	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Гренка молочная	55	65	4	4	5.8	5.8	14.3	14.3	123.7	123.7	0.05	0.05	1.15		10.01	10.01
Яйцо	0.333	0.333												17	5.66	5.66
Молоко	0.008	0.008												94	0.75	0.75
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.60	3.60
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7		0.64	0.64
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00
Всего за завтрак	100	100	4.20	4.20	5.85	5.85	29.31	29.31	180.70	180.70	0.05	0.05			10.66	10.66

Завтрак 2

Обед

Сок натуральный	0.1	0.1	1	1	0.2	0.2	20.2	20.2	92	92	4	4	СОК1	105	10.50	10.50
Суп с мясными фрикадельками	150	200	12.5	16.666	17.45	23.266	15.1	15.1	239.35	338.98					17.04	23.05
Макаронные	0.012	0.016												59	0.66	0.88
Картофель:	0.032	0.042												50	1.60	2.10
с 01.09.-31.10	0.092	0.123														
с 31.10-31.12	0.099	0.132														
с 31.12-28.02	0.106	0.144														
с 29.02-01.09	0.115	0.15														
Морковь	0.006	0.008												103	0.62	0.82
Лук репчатый	0.00024	0.004												60	0.01	0.24
Масло коровье сладкосливочное	0.00096	0.0016												900	0.86	1.44
Бульон или вода	0.0726	0.112												0	0.00	0.00
Говядина (котлетное мясо)	0.0234	0.0312												525	12.29	16.38
Лук репчатый	0.0018	0.0024												60	0.11	0.14
Яйцо	0.01	0.01												17	0.17	0.17
Масло растительное	0.005	0.006												145	0.73	0.87
Вода для фарша	0.0018	0.0024												0	0.00	0.00
Рагу овощное	80	90	2	2.25	2.712	3.051	7.704	8.667	186.54	234.65	21	22	О2/4		9.07	10.22
Картофель	0.0462	0.0522												50	2.31	2.61
Капуста	0.0256	0.0288												59	1.41	1.58
Морковь	0.024	0.027												103	2.47	2.78
Лук	0.012	0.0135												60	0.72	0.81
Молоко	0.024	0.027												0	0.00	0.00
Масло сливочное	0.0024	0.0027												900	2.16	2.43
Курица запеченная	38.214	57.34	17.904	24.63	18.684	24.526	20	20	192.386	239.38	6	8	О2\12		19.31	28.82
Куры, окорочка	0.0535	0.08028												350	18.73	28.10
Сметана 20%	0.00027	0.00122												0	0.00	0.00
Масло подсолнечное	0.004	0.005												145	0.58	0.73
Компот из сухофрукты	150	180	0.24	0.32	0	0	24.65	68.68	97.125	129.52	5.3	6.4	3.5		2.21	2.21
сухофрукты	0.013	0.013												170	2.21	2.21
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0	0
Кислота лимонная	0.0013	0.0013												0	0	0
Всего за обед			32.64	43.87	38.85	50.84	67.45	112.4	715.4	942.53	32.3	36.4			47.63	64.29

Полдник

Ватрушки сповидлом,	60	80	4.3	5.19	2.55	3.4	68.3	84.45	356	528	8.3	10.3			7.57	7.58
Мука пшеничная	0.0398	0.05												44	1.75	2.20
масло сливочное	0.0013	0.0017												900	1.17	1.53
Яйцо	0.0019	0.0021												17	0.00	0.04
Дрожжи	0.009	0.0012												220	1.98	0.26
Вода	0.012	0.016												0	0.00	0.00
Мука на подпыл	0.0014	0.0018												44	0.06	0.08
Повидло	0.015	0.02												170	2.55	3.40
Или фарш творожный	30	40													0.00	0.00
-творог	27.5	36.6													0.00	0.00
-Яйца	0.0016	0.0012													0.00	0.00
-сахар	1.5	2													0.00	0.00
- мука пшеничная	1.2	1.6													0.00	0.00
-ванилин	0.003	0.004													0.00	0.00
Яйцо для смазки	0.0016	0.0021												17	0.03	0.04
Масло раст-е для смазки	0.0002	0.00026												145	0.03	0.04
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7		0.71	0.75
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00
Сахар на весь день	0.025	0.03												94	2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.11
Всего за полдник			4.5	5.39	2.6	3.45	83.31	99.46	413	585	8.3	10.3			8.279	8.3363
Всего за 7 день			42.3	54.5	47.5	60.3	200.3	261.4	1401.1	1800.2	44.7	50.8			83.4	102.1

2 неделя 8 день

Завтрак 1

Наименование блюда	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№ рецептуры	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Каша рисовая молочная	150	200	4.66	5.82	6	7.5	26.11	32.64	198	253	0.52	0.645	1/3,		12.4	14.63
Рис	0.0264	0.033												110	2.90	3.63
Молоко	0.063	0.0788												94	5.92	7.40
Вода питьевая	0.008	0.008												0	0.00	0.00
Масло сливочное	0.004	0.004												900	3.60	3.60
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3/7		0.64	0.64
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00
Бутерброд с	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	П9		3.60	0.01
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.60	0.01
Всего за завтрак	45	50	6.4	7.6	9.5	11.0	50.9	57.4	333.0	388.0	0.5	0.6			16.7	15.3

Завтрак 2

Обед

Яблоко	0.045	0.05	0.2	0.2	0.2	0.2	24.4	24.4	115.6	115.6	9.6	9.6	3.1	200	9	10
Рассольник со сметаной	150	200	5.01	6.068	3.705	4.94	30.6	59.8	167.15	316.26	6.58	8.773	01/5		10.39	14.63
Картофель	0.075	0.125												50	3.75	6.25
Крупа перловая	0.004	0.006												40	0.16	0.24
Лук репчатый	0.0072	0.012												60	0.43	0.72
Морковь	0.006	0.008												103	0.62	0.82
Огурцы соленые	0.01	0.0167												60	0.60	1.00
Суповой набор	0.02	0.025												95.00	1.90	2.38
Масло растительное	0.003	0.005												145.00	0.44	0.73
Сметана	0.005	0.005	0.25	0.25	4.03	4.03	7.34	7.34	20.4	20.4				498	2.49	2.49
Рулет с луком и яйцами	100	120	24.4	30.92	23.25	30.5	33.78	49.736	404.53	446.36	3.4	4.08			45.56	57.18
Говядина	0.06	0.08												525	31.50	42.00
Пшеничный хлеб	0.01	0.012												66	0.66	0.79
Молоко или вода	0.01625	0.0195												94	1.53	1.83
Лук	0.006	0.009												60	0.36	0.54
Масло сливочное	0.00375	0.0045												900	3.38	4.05
Яйцо	0.5	0.5												17	8.50	8.50
Петрушка	0.00375	0.0045												0	0.00	0.00
Сухари	0.00375	0.0045												0	0.00	0.00
Чай с сахаром и лимоном	150	180	0.23	0.26	0.05	0.05	13.7	15.22	53.1	59	14	16	1/3.		2.38	2.64
Чай	0.0009	0.001												644	0.58	0.64
Вода питьевая	0.18	0.2												0	0.00	0.00
Лимон	0.0072	0.008												250	1.80	2.00
Всего за обед			29.9	37.5	31	39.5	85.42	132.1	645.18	842.02	24	28.85			68.71	74.45

пол яйца

Полдник

Вареники из пшеничной муки с картофелем	0.05	0.09	5.73	8.595	6.28	9.41	32.94	32.94	250	398.17	11	11	П3		10.1	11.0
Мука пшеничная	0.03	0.039												44	1.3	1.7
Вода питьевая	0.0059	0.0088												0	0	0
Яйцо	0.008	0.008												17	0.136	0.136
Картофель	0.1	0.111												50	5	5.55
Масло сливочное	0.004	0.004												900	3.6	3.6
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	10.01	15.01	57	57	0	0	3/7		0.7	0.8
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00
Сахар на весь день	0.025	0.03												94	2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.11
Всего за полдник			5.93	8.80	6.33	9.46	42.95	47.95	307.00	455.17	11.00	11.00			10.77	11.76
Всего за 8 день			42.4	54.1	47.1	60.2	203.6	261.8	1400.8	1800.8	45.1	50.1			111.5	119.7

2 неделя 9 день

Завтрак 1

Наименование блюда	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№ рецептуры	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Суп молочный с вермишелью	150	200	11.13	14.84	14.4	19.2	46.44	61.92	349.05	465.4	2.895	3.86	1.4		9.7	12.3
Вермишель	0.015	0.02												5	0.8	1.1
Молоко	0.063	0.079												9	5.9	7.4
Вода питьевая	0.1425	0.191													0.0	0.0
масло сливочное	0.0034	0.0042												90	3.0	3.7
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7		0.6	0.6
Чай сухой	0.001	0.001												64	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18													0.0	0.0
Бутерброд с маслом	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	П9		3.4	3.4
Масло коровье	0.004	0.004												90	3.6	3.6
Всего за завтрак			12.87	16.58	17.91	22.71	71.20	86.68	484.05	600.40	2.90	3.86			14.0	16.5

Завтрак 2

Апельсин	0.045	0.05	1	1	0.2	0.2	20.2	20.2	92	92	4	4	Сок-1	24	10.4	11
-----------------	-------	------	---	---	-----	-----	------	------	----	----	---	---	-------	----	------	----

Обед

Суп гороховый с гречками	150	200	4.47	5.96	5.57	7.42	28.64	27.52	118.68	158.24	4.005	5.34	О1-11		10.25	13.1
Суповой набор	0.02	0.025												95	1.90	2.34
картофель	0.043	0.0572												50	2.15	2.8
Морковь	0.008	0.01												103	0.7	1.0
Лук	0.007	0.0096												60	0.43	0.54
Масло сливочное	0.003	0.004												900	2.70	3.6
Вода питьевая	0.105	0.14													0.0	0.0
Горох	0.012	0.0166												47	0.53	0.71
Масло растительное	0.003	0.004												145	0.44	0.54
Гречки	0.02	0.02												66	1.3	1.3
Пюре картофельное	80	90	1.736	1.954	10.49	10.5	15.288	24.824	85.08	117.36	23.72	26.81	О2/9		8.1	9.3
Картофель	0.084	0.0945												5	4.20	4.7
Молоко	0.0225	0.0253												9	2.1	2.3
Масло сливочное	0.002	0.0025												90	1.80	2.2
Рыба (филе) запеченная	60	80	14	18	3.042	4.056	2.484	5.316	130.74	262.35	0	0	О2/8		22.1	27.3
(горбуши) мороженное	0.06	0.074												36	21.60	26.6
Мука	0.0036	0.0048												4	0.16	0.21
Масло растительное	0.0024	0.0032												14	0.33	0.44
Компот из сухофруктов	150	180	0.24	0.32	0	0	24.645	36.86	97.125	126.35	9	9	3.5		2.2	2.2
сухофрукты	0.013	0.013												170	2.2	2.2
Вода питьевая	0.15	0.18													0.0	0.0
Кислота лимонная	0.001	0.0013													0.0	0.0
Всего за обед			20.45	26.23	19.1	22	71.057	94.52	431.625	664.3	36.73	41.15			42.7	52.0

Полдник

Блинчики (со сметаной или сгущенкойповидло)	60	80	7.803	10.203	9.809	15.89	21.51	35.265	265.85	289.65	0	0	П1		8.50	9.5
Мука пшеничная	0.025	0.03744												44	1.10	1.6
Вода питьевая	0.0624	0.0936													0.0	0.0
Яйцо	0.05	0.0747												17	0.85	1.2
масло растительное	0.001	0.0018												145	0.1	0.2
Сгущенка	0.025	0.025	5.63	5.63	5	5	2.1	2.1	51	51				255.2	6.3	6.3
Какао с молоком	150	180	0	0	0	0	19.96	24.96	127.5	153.2	1.6	1.6	3.4		12.57	13.2
какао	0.0025	0.003												127	3.17	3.8
Молоко	0.1	0.1												9	9.4	9.4
Сахар на весь день	0.025	0.03												9	2.35	2.8
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.2
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005												22	0.066	0.1
Всего за полдник			7.80	10.20	9.81	15.89	41.47	60.23	393.39	442.89	1.60	1.60			21.08	22.7
Всего за 9 день			42.1	54.0	47.0	60.8	203.9	261.6	1401.1	1799.6	45.2	50.6			95.0	111.1

Завтрак 1

Наименование	Выход		Белки,г.		Жиры,г.		Углеводы,г.		Эн/ц,ккал		Витамин С		№	Цена	Сумма	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			Ясли	Сад
Каша "Дружба" молочная	150	200	3.72	4.65	25.16	36.45	19.44	24.3	385	174	0.12	0.15	1.2		10.14	13.14
рис	0.0096	0.015												110	1.06	1.65
Крупа пшеничная	0.01	0.015												57	0.57	0.86
Молоко	0.0618	0.07725												94	5.81	7.26
Вода питьевая	0.041	0.051												0	0.00	0.00
Масло сливочное	0.003	0.00375												900	2.70	3.38
Чай с сахаром	150/15	180/15	0.2	0.2	0.05	0.05	15.01	15.01	57	57	0	0	3.7		0.64	0.64
Чай сухой	0.001	0.001												644	0.64	0.64
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00

Завтрак 2

Бутерброд с маслом	34	44	1.54	1.54	3.46	3.46	9.75	9.75	78	78	0	0	0	0	0	3.6	3.6
Масло коровье	0.004	0.004												900	3.60	3.60	
Всего за завтрак	100	100	5.46	6.39	28.67	39.96	44.20	49.06	520.00	309.00	0.12	0.15			14.38	17.39	

Завтрак 2

Сок натуральный	0.1	0.1	1	1	0.2	0.2	20.2	20.2	92	92	4	4	4	4	105	10.50	10.50
------------------------	------------	------------	----------	----------	------------	------------	-------------	-------------	-----------	-----------	----------	----------	----------	----------	------------	--------------	--------------

Обед

картофельный с лапшой домашней/клецки	150	200	9.15	9.15	1.1	1.1	7.15	7.15	44	253	2.64	2.64	01/14		11.87	14.83
Мясо птицы	0.015	0.02												350	5.250	7.000
Картофель	0.1	0.117												50	5.000	5.850
Морковь	0.005	0.005												103	0.515	0.515
Мука пшеничная	0.015	0.02												44	0.660	0.880
Яйцо	0.0011	0.0011												17	0.005	0.005
Вода питьевая	0.001	0.001												0	0.000	0.000
Масло растительное	0.003	0.004												145	0.435	0.580
Соль йодированная	0.0001	0.0001												0	0.000	0.000
Каша гречневая рассыпчатая	60	80	16.5	23.69	3.64	3.64	5.87	5.87	75	186	16.67	21.67	02/3		4.40	5.52
Гречневая крупа	0.02	0.03												76	1.52	2.28
Вода питьевая	0.056	0.063												0	0.00	0.00
Масло сливочное	0.003	0.0036												900	2.88	3.24
Голубцы ленивые	75	90	5.58	9.3	5.6	7.3	93	145.2	435.2	623.8	14.76	14.76	02-18.		23.84	27.06
говядины	0.055	0.062												360	19.8	22.32
капуста	0.062	0.072												55	3.41	3.96
масло	0.002	0.003												145	0.29	0.435
томат. Паста	0.001	0.001												340	0.34	0.34
Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	150	180	0	0	0	0	9.98	9.98	37.4	37.4	0	0	3.3		2.63	2.63
Кисель	0.013	0.013												202	2.63	2.63
Кислота лимонная	0.002	0.002												0	0.00	0.00
Вода питьевая	0.15	0.18												0	0.00	0.00

Полдник

Всего за обед			31.23	42.14	10.34	12.04	116	168.2	591.6	1100.2	34.07	39.07			42.731	50.031
Печенье	40	40	1.28	1.28	3.36	3.36	13.7	13.7	90.16	90.16	0	0	0	0	10.40	10.40
Печенье	0.04	0.04												260	10.40	10.40
Бийогулт	100	100	4.06	4.06	4.48	4.48	5.6	5.6	82.6	185	1.19	1.19	3.8		17.00	17.00
Кисломолочный	0.1	0.1												170	17.00	17.00
Сахар на весь день	0.025	0.03													2.35	2.82
Хлеб пшеничный на весь день	0.06	0.08												66	3.96	5.28
Соль йодированная на весь день	0.003	0.005													0.066	0.11
Всего за полдник			5.34	5.34	7.84	7.84	19.30	19.30	172.76	275.16	1.19	1.19			27.40	27.40
Всего за 10 день			43.0	54.9	47.1	60.0	199.7	256.8	1376.4	1776.4	39.4	44.4			101.4	113.5

Итого за 10 дней			421.82	540.60	472.21	600.30	2027.49	2608.87	13959.55	17969.98	439.64	492.48			963.60	1139.27
дней			42.1818	54.06	47.221	60.03	202.749	260.887	1395.9549	1796.9984	43.964	49.24804			96.36	113.93

10

210.3 2.00

итого в среднем за 1 день -

105.14

оплата за питание за 1 день -

115.46