

МЕНЮ С 01.10

Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150		4,8	6,6	22,1	167,1
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30		1,5	0,6	16,9	79,0
			6,4	7,2	46,0	274,6
II Завтрак						
КЕФИР	150		4,4	3,8	6,0	79,5
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
			5,9	5,8	20,9	162,9
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40		0,8	3,6	3,1	47,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		5,3	5,0	10,8	109,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50		8,4	8,2	2,4	116,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	120		3,2	3,4	16,8	113,9
СУФЛЕ КУРИНОЕ	50		9,2	12,4	4,1	164,7
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			13,8	16,0	36,4	347,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,8	48,8	163,6	1 279,1

МЕНЮ С 01.10

Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА/ КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40		0,8	2,1	1,9	29,2
ДРАЧЕНА	120		9,9	11,9	7,6	182,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,3	2,3	10,4	72,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,1	4,1	0,1	37,3
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
			15,0	21,1	32,9	387,3
II Завтрак						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ	100		2,9	1,0	3,9	38,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ			1,5	0,5	21,0	96,0
			5,9	2,1	35,2	187,2
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150		4,8	5,8	5,3	95,6
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	120		2,5	5,1	18,9	132,1
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	50		9,5	2,7	8,0	94,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			18,8	13,9	49,9	403,1
Уплотненный полдник						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,2	7,6	21,8	177,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ / БАТОНЧИК ДОРОЖНЫЙ	60		7,4	5,7	46,8	267,0
			12,7	13,3	75,6	472,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,4	50,4	193,6	1 450,1

МЕНЮ С 01.10**Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40		1,2	0,1	2,5	15,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120		19,6	11,5	22,6	277,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		0,6	1,6	4,0	32,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		3,0	3,1	10,7	83,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
			26,3	21,2	52,7	511,7
II Завтрак						
КЕФИР	150		4,4	3,8	6,0	79,5
ВАФЛИ	20		1,5	1,2	18,8	91,5
			5,9	5,0	24,8	171,0
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	150		5,2	2,3	10,5	84,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120		3,7	4,0	23,3	144,1
СЕРДЦЕ, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	50		7,1	4,4	2,8	82,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			17,4	12,6	37,9	371,6
Уплотненный полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (РАЗНЫЕ	150		10,6	9,8	12,2	180,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30		0,3	0,3	1,7	11,4
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150		0,1		15,2	61,2
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			13,7	9,2	60,1	345,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,3	48,0	175,5	1 400,1

МЕНЮ С 01.10**Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,0	7,3	21,9	173,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,9	3,0	10,1	79,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
			9,8	15,2	44,9	355,7
II Завтрак						
МАЛЫШОК-БИО	150		4,2	4,7	6,0	85,9
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
			5,7	5,3	16,3	138,3
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40		0,6	2,0	3,4	34,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150		5,0	5,3	10,0	110,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,9	5,2	19,3	136,1
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ / ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50		8,2	4,4	4,4	99,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			18,0	17,1	50,6	440,2
Уплотненный полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		3,0	4,2	9,1	88,4
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50		9,8	3,6	9,9	111,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			15,7	8,6	44,8	321,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,2	46,2	156,6	1 255,6

МЕНЮ С 01.10**Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	150		4,5	7,4	20,0	165,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		2,3	2,3	10,4	72,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5		1,1	1,4		17,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		0,1	4,2	0,1	37,6
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
			9,5	15,9	40,8	345,7
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,1	0,1	11,5	47,3
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
			2,0	1,1	31,6	146,7
Обед						
БОРЩ С МЯСОМ	150		5,2	7,5	9,2	128,1
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120		4,5	3,6	20,5	132,3
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	50		9,2	9,6	5,9	146,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30		0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			20,5	22,1	50,6	485,9
Уплотненный полдник						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40		0,6	2,0	3,7	35,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180		10,4	10,1	25,1	233,3
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150		0,1		15,2	61,2
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,9	52,0	185,8	1 401,3

МЕНЮ С 01.10

Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,0	7,6	17,8	160,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30		2,7	6,2	10,3	107,5
			7,8	13,8	35,1	296,4
II Завтрак						
КЕФИР	150		4,5	0,2	6,0	46,3
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
			6,0	2,2	20,9	129,7
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	40		0,8	2,1	1,9	29,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		5,3	5,0	10,8	109,9
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	120		2,7	2,8	28,7	151,0
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ/РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ	50		8,7	12,1	6,7	170,1
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30		0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			19,1	23,4	63,1	539,3
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	180		11,3	11,0	23,8	242,6
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,9	3,0	10,1	79,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			17,0	14,8	52,7	415,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,9	54,2	171,8	1 381,0

МЕНЮ С 01.10

Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,2	7,6	21,8	177,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		3,0	3,0	11,5	85,7
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30		1,5	0,6	16,9	79,0
			9,7	11,2	50,2	341,7
II Завтрак						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ	100		2,9	1,0	3,9	38,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ			1,5	0,5	21,0	96,0
			5,9	2,1	35,2	187,2
Обед						
САЛАТ «СВЕКОЛКА»/ ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,3		0,7	5,2
ЩИ С МЯСОМ	150		5,2	5,6	7,2	103,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,7	5,2	17,4	126,9
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ/ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50		9,4	2,7	7,8	92,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			19,6	13,8	50,8	409,9
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120		19,5	13,2	24,3	297,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30		0,6	1,9	1,9	27,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		4,2	4,7	6,8	87,3
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
			25,8	20,4	43,3	464,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,0	47,5	179,5	1 403,7

МЕНЮ С 01.10**Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40		0,5		4,6	21,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120		10,1	12,6	2,3	163,4
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,9	3,0	10,1	79,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
			15,4	20,5	29,9	367,4
II Завтрак						
КЕФИР	150		4,5	0,2	6,0	46,3
ВАФЛЯ	20		1,5	1,2	18,8	91,5
			6,0	1,4	24,8	137,8
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	150		5,6	2,1	9,7	80,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120		3,7	4,0	23,3	144,1
ОЛАДЬИ ИЗ СЕРДЦА	50		7,5	4,3	4,4	86,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		10,6	9,8	12,2	180,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50		0,3	0,3	1,7	11,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			17,8	12,4	37,1	563,1
Уплотненный полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		10,6	9,8	12,2	180,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	50		0,3	0,3	1,7	11,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			12,6	8,5	43,2	260,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,8	42,8	135,0	1 137,6

МЕНЮ С 01.10**Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,0	7,3	21,9	173,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
БАТОН	25		1,9	0,7	12,9	65,5
			7,0	12,1	41,8	304,4
II Завтрак						
МАЛЫШОК-БИО	150		4,2	4,7	6,0	85,9
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	100		0,4	0,4	9,8	47,0
			6,1	5,7	26,1	185,3
Обед						
СВЕКОЛЬНИК	150		5,5	7,1	11,0	132,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,5	2,8	18,9	111,2
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ / ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50		8,5	4,7	3,4	99,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			19,0	14,9	49,3	419,2
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	120		3,2	3,4	16,8	113,9
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50		9,8	3,6	9,9	111,3
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150		0,1	0,1	11,5	47,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			14,4	7,3	46,7	313,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,5	40,0	163,9	1 222,2

МЕНЮ С 01.10**Ясли 10,5 часов- 12 ЧАСОВ****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150		4,8	7,3	19,8	164,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		3,0	3,0	11,5	85,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
			9,7	15,2	44,2	353,3
II Завтрак						
КЕФИР	150		4,5	0,2	6,0	46,3
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
			6,0	0,8	16,3	98,7
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150		8,4	8,4	17,3	178,2
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120		4,5	3,7	20,5	133,8
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50		9,8	12,2	8,4	182,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30		0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			24,3	25,7	61,2	573,4
Уплотненный полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120		1,9	6,3	12,3	113,9
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,4
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150		0,1		16,5	66,3
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ / ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	60		7,4	4,4	46,8	255,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			15,7	15,4	84,4	538,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,7	57,1	206,1	1 563,5