

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №9»
_____Федак И.В.
Приказ № 112 от 01.10.2024

Примерное 2-х недельное меню МБДОУ

«Детский сад № 9»

Питание 4-х разовое

Возрастная категория 2-3 года; 3-7 лет

Прием пищи Неделя 1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1	Макароны отварные с маслом	Ясли-150 Сад-170	4,85 5,6	4,33 5,0	25,65 29,6	159,9 184,5	№256
Завтрак:	Кофейный напиток с молоком	Ясли-180 Сад-200	1,9 2,3	1,8 2,2	9,8 11,8	64,1 77,0	№465
	Бутерброд с маслом	Ясли-17/3 Сад-26/4	0,8 1,6	3,7 7,4	5,0 10,0	56,0 112,0	№71
		Ясли-350 Сад-400	7,8 9,5	9,8 14,6	40,4 51,4	317,5 384,5	
2-й завтрак	Сок фруктовый	Ясли-150 Сад-180	0,6 0,7	0,6 0,7	14,7 17,6	70,0 84,6	
		Ясли-150 Сад-180	0,6 0,7	0,6 0,7	14,7 17,6	70,0 84,6	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Ясли-150 Сад-200 Ясли/сад-10	0,9 1,2 0,24	2,7 3,6 1,5	2,3 3,0 0,32	37,1 49,4 15,8	№87 №104 № 433
	Плов из говядины	Ясли-170 Сад-200	12,2 16,3	13,7 18,24	26,0 34,6	300,6 368,0	№330
	Кукуруза консервированная	Ясли-50 Сад-70	0,9 1,5	0,75 1,25	7,5 12,5	26,0 36,4	
	Компот из смеси сухофруктов	Ясли-150 Сад-200	0,4 0,6	0,08 0,1	15,1 20,1	63,0 84,0	№488
	Хлеб	Ясли-30 Сад-40	3,3 4,4	1,3 1,73	23,0 30,7	72,0 96,0	
		Ясли-520 Сад-700	18,8 24,14	20,1 26,52	70,82 96,72	526,7 637,0	
Полдник	Шанежка с картофелем	Ясли-60 Сад-80	5,8 7,7	5,4 7,2	27,3 36,4	181,0 241,33	№540
	Чай с сахаром	Ясли-150 Сад-200	0,15 0,2	0,08 0,1	7,0 9,3	28,5 38,0	№456/ 457
		Ясли-210 Сад-280	5,95 7,9	5,48 7,3	34,3 45,7	209,5 279,33	
Итого за первый день:			33,2 42,2	35,9 49,1	160,2 211,4	1102,5 1385,0	

Прием пищи Неделя 1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2	Каша ячневая молочная вязкая	Ясли-130 Сад-150	4,7 5,4	4,3 5,0	21,7 24,9	143,8 165,9	№227
завтрак:	Бутерброд с джемом	Ясли/сад-30 Ясли/сад-30	2,31 0,05	0,9 -	14,9 7,3	91,0	№ 86
	Какао с молоком	Ясли-150 Сад-180	2,5 2,9	2,17 2,6	10,3 12,4	70,5 84,6	№ 462
		Ясли-320 Сад-370	9,51 10,62	7,37 10,55	46,9 37,3	295,7 331,9	
2-й завтрак	Снежок	Ясли-100 Сад-150	3,2 4,8	2,5 3,8	12,4 18,6	85,0 127,5	
		Ясли-100 Сад-150	3,2 4,8	2,5 3,8	12,4 18,6	85,0 127,5	
Обед	Суп картофельный с клецками	Ясли-150 Сад-200	1,6 2,2	2,1 2,8	5,7 7,6	57,6 64,0	№87 №115/ 144 /87/89
	Суфле из птицы	Ясли-60 Сад-80	7,7 10,3	7,6 10,2	2,6 3,5	110,2 146,6	№368
	Макаронные отварные с маслом	Ясли-110 Сад-150	3,7 5,6	3,3 5,0	19,7 29,6	123,0 184,5	№256
	Компот из смеси сухофруктов	Ясли-150 Сад-200	0,4 0,6	0,08 0,1	15,1 20,1	63,0 84,0	№495
	Хлеб	Ясли-40 Сад-60	4,4 6,6	1,73 2,6	30,7 46,05	96,0 144,0	
		Ясли-510 Сад-690	17,8 25,3	14,8 20,7	73,8 107,3	463,8 640,5	
Полдник	Булочка домашняя	Ясли-50 Сад-60	3,5 4,2	5,6 6,7	23,2 27,8	137,5 189,0	№542
	Чай с сахаром	Ясли-150 Сад-200	0,15 0,2	0,08 0,1	7,0 9,3	28,5 38,0	№456/ 457
	Яйцо вареное	Ясли/сад-40	5,1	4,6	0,3	63,0	№ 267
		Ясли-240 Сад-300	8,8 9,5	10,3 11,4	30,5 37,4	229,0 290,0	
Итого за 2 второй день:			39,3 50,2	35,0 46,5	163,6 200,6	1072,7 1368,9	

Прием пищи Неделя 1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3:	Суп молочный с макаронными изделиями	Ясли-150	4,4	4,9	14,8	120,0	№139
		Сад-200	5,8	6,5	19,7	160,0	
завтрак:	Хлеб	Ясли/сад-30	2,3	0,9	14,9	78,6	№ 75
	Сыр	Ясли/сад-10	2,3	2,9	-----	35,8	
	Какао с молоком	Ясли-180	2,5	2,17	10,3	84,6	№ 462
		Сад-180	2,9	2,6	12,4		
		Ясли-350	7,7	10,8	30,1	319,0	
		Сад-410	10,3	16,5	42,1	359,0	
2-й Завтрак:	Фрукты (яблоки, апельсины)	Ясли-100	0,4	0,4	12,9	63,0	
		Сад-150	0,6	0,6	19,4	94,5	
		Ясли-100	0,4	0,4	12,9	63,0	
		Сад-150	0,6	0,6	19,4	94,0	
Обед							
	Суп Свекольник со сметаной	Ясли-150	1,86	3,0	13,5	56,0	№87 №98/8 7/89 №433
		Сад-200	1,9	3,8	18,3	74,6	
		Ясли/сад-10	0,24	1,5	0,32	15,8	
	Котлеты рыбные любительские	Ясли-60	8,2	0,7	2,5	50,4	№ 308
		Сад-80	10,9	1,2	4,2	67,2	
	Соус томатный	Ясли/сад-20	0,3	0,7	0,95	10,4	№419
	Каша гречневая рассыпчатая	Ясли-110	6,5	4,8	28,7	184,8	№202
		Сад-130	7,7	5,7	33,9	218,4	
	Свекла отварная	Ясли-40	0,7	0	3,9	19,2	
		Сад-60	1,1	0	5,9	28,8	
	Кисель	Ясли-150		-	11,3	45,0	№484
		Сад-200			15,0	60,0	
	Хлеб	Ясли-40	4,4	1,73	30,7	96,0	
		Сад-60	6,6	2,6	46,1	144,0	
		Ясли-580	22,2	14,6	83,4	477,6	
		Сад-760	28,7	16,3	119,8	619,2	
Полдник	Сырники из творога	Ясли-60	17,8	4,7	19,2	188,4	№286
		Сад-80	23,7	7,5	30,6	303,4	
		Джем	Ясли/сад-30	0,05	-	7,3	
	Чай с сахаром	Ясли-150	0,15	0,08	7,0	28,5	№456/ 457
		Сад-200	0,2	0,1	9,3	38,0	
		Ясли-240	18,0	4,8	32,9	244,1	
		Сад-310	24,0	6,8	46,6	367,6	
Итого за 3 третий день:			48,3 63,6	36,8 41,0	159,9 228,5	1102,5 1408,4	

Прием пищи Неделя 1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 4	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	Ясли-130	4,7	5,5	19,0	144,1	№234
		Сад-150	5,4	6,4	21,9	166,2	
завтрак:	Бутерброд с маслом	Ясли-17/3	0,8	3,7	5,0	56,0	№71
		Сад-26/4	1,6	7,4	10,0	112,0	
	Кофейный напиток с молоком	Ясли-180	2,3	2,2	11,8	77,0	№465
		Сад-200	2,8	2,5	13,6	88,0	
		Ясли-330	7,8	11,4	35,8	277,1	
		Сад-380	9,8	16,3	45,5	366,2	
2-й завтрак	Сок фруктовый	Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
		Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
Обед	Рассольник ленинградский Со сметаной	Ясли-150	1,5	3,5	5,6	65,7	№100 №87 №433
		Сад-200	2,0	4,1	7,4	87,6	
		Ясли/сад-10	0,2	1,5	0,3	15,8	
	Печень тушенная в сметанном соусе	Ясли-50	8,3	4,0	4,8	88,0	№359 №408
		Сад-70	11,6	5,6	6,7	123,0	
		Ясли/сад--33	1,0	8,5	2,0	90,0	
	Картофельное пюре	Ясли-120	2,9	4,4	6,2	84,0	№377
		Сад-150	3,5	5,3	7,4	105,0	
	Зеленый горошек консервированный	Ясли-30	2,3	0,08	3,7	10,5	
		Сад-50	3,7	1,0	6,3	17,5	
	Компот из свежих фруктов (яблоки или апельсины)	Ясли-150	0,38	0,2	11,7	50,3	№488
		Сад-200	0,5	0,2	15,6	67,0	
	Хлеб	Ясли-40	4,4	1,7	30,7	96,0	
		Сад-60	6,6	2,6	46,1	144,0	
		Ясли-583	21,0	23,9	66,9	500,3	
		Сад-773	29,1	28,8	91,8	649,9	
Полдник	Ватрушка с творожным фаршем	Ясли- 50	6,5	2,3	18,1	120,0	№531\ №567
		Сад-60	7,8	2,8	21,7	144,0	
	Чай с сахаром	Ясли-150	0,15	0,08	7,0	28,5	№456/ 457
		Сад-200	0,2	0,1	9,3	38,0	
	Печенье	Ясли/сад-15	1,1	2,7	9,9	67,0	
		Ясли-220	6,9	3,8	39,9	215,5	
		Сад-280	8,3	4,3	45,8	249,0	
Итого за 4 день:			36,3 47,9	39,7 50,1	157,3 200,7	1062,9 1349,1	

Прием пищи Неделя 1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5	Каша «Дружба»	Ясли-130	4,2	4,5	19,8	120,8	№229
		Сад-150	4,8	5,2	22,9	139,5	
завтрак:	Хлеб Сыр	Ясли/сад-30	2,3	0,9	14,9	78,6	№ 75
		Ясли/сад-10	2,3	2,9	-----	35,8	
	Кофейный напиток с молоком	Ясли-150	1,9	1,8	9,8	66,0	№465
		Сад-180	2,3	2,2	11,8	79,2	
		Ясли-320	8,4	7,2	44,5	301,2	
		Сад-370	9,4	10,3	49,6	333,1	
2-й завтрак	Сок фруктовый	Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
		Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
Обед	Суп гороховый	Ясли-150	4,5	2,0	9,5	73,4	№87 №127
		Сад-200	6,0	2,6	12,6	97,8	
	Котлеты школьные Соус томатный с овощами	Ясли-60	9,3	6,6	8,1	127,8	№347
		Сад-80	12,3	8,8	10,7	170,4	
		Ясли/сад-20	0,3	1,5	0,9	18,0	№420
	Капуста тушеная	Ясли-110	2,2	3,7	8,3	75,9	№380
		Сад-130	2,3	4,1	9,2	89,7	
	Морковь отварная	Ясли-40	0,5	0,1	2,0	14,0	
		Сад-60	0,7	0,1	3,0	21,0	
	Компот из смеси сухофруктов	Ясли-150	0,4	0,08	15,1	63,0	№495
		Сад-200	0,6	0,1	20,1	84,0	
	Хлеб	Ясли-40	4,4	1,73	30,7	96,0	
		Сад-60	6,6	2,6	46,1	144,0	
		Ясли-570	21,6	14,7	74,6	468,0	
		Сад-750	28,8	19,8	102,6	624,9	
Полдник	Булочка дорожная	Ясли-50	3,6	6,7	24,0	170,8	№543
		Сад-60	4,3	8,0	28,8	205,0	
	Чай с лимоном	Ясли-150	0,3	0,1	9,5	30	№456/ 459
		Сад-200	0,2	0,1	9,3	40	
		Ясли-200	4,9	9,5	32,0	200,8	
		Сад-260	5,6	10,8	48,0	245,0	
Итого за 5 день:			36,3 45,4	36,5 41,3	159,3 204,2	1040,0 1287,0	

Прием пищи Неделя 2	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- ти ческая цен- ность (ккал)	N рецеп- цеп- туры
			Б	Ж	У		
День 6	Пшённая каша молоч- ная жидкая	Ясли-130	4,8	4,8	23,3	151,9	№235
		Сад-150	5,6	5,6	26,9	175,3	
завтрак:	Хлеб бородинский Сыр	Ясли/сад-30	2,0	0,9	11,9	60,3	№ 75
		Ясли/сад-10	2,3	2,95	-----	35,8	
	Какао с молоком	Ясли-180	2,9	2,6	12,1	83,5	№ 462
		Сад-200	3,3	2,9	13,8	94,0	
		Ясли-350	11,2	12,1	53,9	331,0	
		Сад-390	15,4	14,6	64,5	365,0	
2-й завтрак	Снежок	Ясли-150	3,2	2,5	12,4	85,0	
		Сад-180	4,8	3,8	18,6	127,5	
		Ясли-150	3,2	2,5	12,4	83,5	№ 462
		Сад-180	4,8	3,8	18,6	94,0	
Обед	Суп из овощей Со сметаной	Ясли-150	1,2	2,7	3,8	44,4	№87 №116
		Сад-200	1,6	3,6	5,1	59,2	
		Ясли/сад-10	0,24	1,5	0,32	15,8	№433
	Голубцы ленивые Соус сметанный с тома- том и луком	Ясли-60	6,6	7,4	2,4	102,9	№333
		Сад-80	8,8	9,9	3,2	137,6	
		Ясли/сад -20	0,3	2,0	2,1	21,0	№411
	Картофельное пюре	Ясли-120	2,9	4,4	6,2	84,0	№377
		Сад-150	3,5	5,3	7,4	105,0	
	Кукуруза консервиро- ванная	Ясли-50	0,9	0,75	7,5	26,0	
		Сад-70	1,5	1,25	12,5	36,4	
	Компот из смеси сухо- фруктов	Ясли-150	0,4	0,08	15,1	63,0	№495
		Сад-200	0,6	0,1	20,1	84,0	
	Хлеб	Ясли-40	4,4	1,7	30,7	96,0	
		Сад-60	6,6	2,6	46,1	144,0	
		Ясли-600	17,7	21,0	61,9	452,0	№ 462
		Сад-790	23,9	26,8	91,5	603,0	
Полдник	Ватрушка с повидлом	Ясли- 50	2,9	1,2	29,0	138,0	№530
		Сад-60	3,5	1,4	34,8	166,0	
	Чай с сахаром	Ясли-150	0,15	0,08	7,0	28,5	№456/ 457
		Сад-200	0,2	0,1	9,3	38,0	
	Печенье	Ясли/сад-15	1,1	2,7	9,9	67,0	
		Ясли-220	3,4	2,7	50,8	233,5	
		Сад-280	4,0	2,9	58,9	271,0	
Итого за 6 день:			34,7	37,8	179,0	1100,9	
			47,3	47,6	233,5	1333,0	

Прием пищи Неделя 2	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- ти ческая цен- ность (ккал)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 7	Каша манная, мо- лочная жидкая	Ясли-150 Сад-180	4,7 6,2	5,0 6,6	23,4 28,2	152,9 183,5	№230
завтрак:	Хлеб	Ясли/сад-30	2,3	0,9	14,9	78,6	№ 75
	Сыр	Ясли/сад-10	2,3	2,9	-----	35,8	
	Кофейный напиток с молоком	Ясли-150 Сад-180	1,9 2,3	1,8 2.2	8,8 10,8	66,0 79,2	№465
		Ясли-320 Сад-390	7,4 10,1	10,5 16,2	37,2 49,0	233,3 377,1	
2-й завтрак	Сок фруктовый	Ясли-150 Сад-180	0,6 0,7	0,6 0,7	10,7 14,6	70,0 84,6	
		Ясли-150 Сад-180	0,6 0,7	0,6 0,7	10,7 14,6	70,0 84,6	
Обед	Суп картофельный с крупой	Ясли-150 Сад-200	1,7 2,2	2,1 2,8	5,9 7,8	49,2 66,0	№87 №114
	Тефтели из говяди- ны с рисом - «ежи- ки»	Ясли-50 Сад-70	6,3 8,4	4,9 6,5	7,3 9,7	81,3 114,0	№350
	Соус томатный	Ясли/сад-20	0,1	0,7	0,3	10,4	№419
	Каша ячневая рас- сыпчатая	Ясли-110 Сад-130	3,4 4,0	3,41 4,1	22,0 26,0	132,9 157,1	№208
	Свекла отварная	Ясли-40 Сад-60	0,7 1,1	0 0	3,9 5,9	19,2 28,8	
	Компот из смеси сухофруктов	Ясли-150 Сад-200	0,4 0,6	0,08 0,1	15,1 20,1	63,0 84,0	№495
	Хлеб	Ясли-40 Сад-60	4,4 6,6	1,73 2,6	30,7 46,05	96,0 144,0	
		Ясли-560 Сад-740	20,2 26,7	15,6 19,3	86,3 110,0	467,3 620,5	
Полдник	Ватрушка с фрук- товым сладким фаршем	Ясли- 50 Сад-60	2,9 3.5	1,2 1.4	29,0 34,8	138,0 166.0	№531 №564
	Чай с сахаром	Ясли-150 Сад-200	0,15 0,2	0,08 0,1	7,0 9,3	28,5 38,0	№456/ 457
	Вафля	Ясли/сад-20	1,7	2,0	10,5	63,3	
		Ясли-220 Сад-280	5,1 5,7	5,6 5,8	46,5 54,6	229,8 267,3	
Итого за 7 день:			37,5 42,6	31,4 41,1	166,1 227,0	1100,0 1349,9	

Прием пищи Неделя 2	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 8	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	Ясли-130 Сад-150	4,7 5,4	5,5 6,4	19,0 21,9	144,1 166,2	№234
завтрак:	Бутерброд с маслом	Ясли-17/3 Сад-26/4	0,8 1,6	3,7 7,4	5,0 10,0	56,0 112,0	№71
	Кофейный напиток с молоком	Ясли-180 Сад-200	2,3 2,8	2,2 2,5	11,8 13,6	77,0 88,0	№465
		Ясли-330 Сад-380	7,8 9,8	11,4 16,3	35,8 45,5	277,1 366,2	
2-й завтрак	Фрукты (яблоки, апельсины)	Ясли-100 Сад-150	0,4 0,5	0,4 0,6	12,9 19,4	63,0 94,5	
		Ясли-100 Сад-150	0,4 0,5	0,4 0,6	12,9 19,4	66,5 94,5	
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Ясли-150 Сад-200 Ясли/сад-10	1,1 1,5 0,24	2,7 3,5 1,5	4,2 5,6 0,32	45,0 60,0 15,8	№95 87\89 №433
	Рыба тушеная в томате с овощами	Ясли-60 Сад-80 Ясли/сад-20	8,04 10,7 0,3	2,4 3,2 1,5	2,04 2,7 0,9	80,6 98,2	№299
	Каша перловая рассыпчатая	Ясли-110 Сад-130	3,0 3,5	3,3 3,9	20,8 25,4	131,5 155,3	№207
	Морковь отварная	Ясли-40 Сад-60	0,5 0,72	0,1 0,1	2,0 3,0	14,0 21,0	
	Компот из смеси сухофруктов	Ясли-150 Сад-200	0,4 0,6	0,08 0,1	15,1 20,1	63,0 84,0	№495
	Хлеб	Ясли-40 Сад-60	4,4 6,6	1,73 2,6	30,7 46,05	96,0 144,0	
		Ясли-500 Сад-700	18,3 24,5	21,8 19,4	76,6 104,6	447,4 579,8	
Полдник	Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем из свежей капусты	Ясли-60 Сад-90	2,6 4,2	2,2 3,5	14,9 23,8	108,0 162,0	№535
	Чай с лимоном	Ясли-150 Сад-200	0,3 0,2	0,1 0,1	9,5 9,3	30 40	№456/ 459
	Конфета	Ясли/сад-20	0,3	1,4	14,8	72,0	
		Ясли-265 Сад-305	3,9 5,6	5,0 6,6	31,8 43,0	210,0 274,0	
Итого за 8 день:			30,4 40,4	38,6 42,9	157,1 212,5	1001,0 1314,5	

Прием пищи Неделя 2	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- ти- ческая цен- ность (ккал)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 9	Каша пшеничная «Артек» молочная жидкая	Ясли-130	4,8	4,3	23,6	148,7	№232
		Сад-150	5,6	5,0	27,2	171,6	
завтрак:	Бутерброд с джемом	Ясли/сад-30	1,2	2,9	15,2	91,0	№ 86
	Кофейный напиток с молоком	Ясли-180	2,3	2,2	11,8	77,0	№465
		Сад-200	2,8	2,5	13,6	88,0	
		Ясли-350	9,4	7,4	50,3	330,5	
		Сад-390	10,7	10,4	55,7	364,4	
2-й Завтрак:	Сок фруктовый	Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
		Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
Обед	Суп картофельный с крупой	Ясли-150	1,7	2,1	5,9	49,2	№114 №87
		Сад-200	2,2	2,8	7,8	66,0	
	Печень говяжья по-строгановски Соус сметанный	Ясли-60	11,7	5,6	4,6	115,8	№356
		Сад-80	15,8	7,5	6,08	154,4	
		Ясли /сад -33	1,0	8,5	2,0	90,0	№408
	Картофельное пюре	Ясли-120	2,9	4,4	6,2	84,0	№377
		Сад-150	3,5	5,3	7,4	105,0	
	Зеленый горошек консервированный	Ясли-30	2,3	0,08	3,7	10,5	
		Сад-50	3,7	1,0	6,3	17,5	
	Компот из смеси су- хофруктов	Ясли-150	0,4	0,08	15,1	63,0	№495
		Сад-200	0,6	0,1	20,1	84,0	
	Хлеб	Ясли-40	4,4	1,73	30,7	96,0	
		Сад-60	6,6	2,6	46,05	144,0	
		Ясли-550	23,4	14,0	66,2	508,0	
		Сад-740	32,4	19,3	93,8	660,5	
Полдник	Запеканка из творога с джемом	Ясли-80	12,7	6,2	12,0	155,2	№279
		Сад-100	15,9	7,7	15,0	194,0	
		Ясли/сад-30	0,05	-	7,3	26,2	№ 86
	Чай с сахаром	Ясли-150	0,15	0,08	7,0	28,5	№456/4 57
		Сад-200	0,2	0,1	9,3	38,0	
		Ясли-260	12,9	6,3	26,3	209,9	
		Сад-330	16,1	7,8	31,6	258,2	
Итого за 9 день:			35,3 43,9	28,3 43,2	157,5 199,7	1109,8 1244,3	

Прием пищи Неделя 2	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10	Каша рисовая молочная жидкая	Ясли-130	3,3	4,2	20,4	131,9	№236
		Сад-150	3,8	4,8	23,5	152,2	
завтрак:	Бутерброд с маслом	Ясли-17/3	0,8	3,7	5,0	56,0	№71
		Сад-26/4	1,6	7,4	10,0	112,0	
	Какао с молоком	Ясли-180	2,9	2,6	12,1	83,5	№ 462
		Сад-200	3,3	2,9	13,8	94,0	
		Ясли-340	7,0	10,5	37,5	271,4	
		Сад-380	8,7	15,1	47,3	358,2	
2-й завтрак	Сок фруктовый	Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
		Ясли-150	0,6	0,6	14,7	70,0	
		Сад-180	0,7	0,7	17,6	84,6	
Обед	Рассольник ленинградский Со сметаной	Ясли-150	1,5	3,5	5,6	65,7	№100 №87 №433
		Сад-200	2,0	4,1	7,4	87,6	
		Ясли/сад-10	0,24	1,5	0,32	15,8	
	Рагу из птицы	Ясли-170	24,2	16,2	13,5	271,2	№376
		Сад-230	19,9	21,9	18,3	366,9	
	Кисель	Ясли-150		-	11,3	45,0	№484
		Сад-200			15,0	60,0	
	Хлеб	Ясли-40	4,4	1,73	30,7	96,0	
		Сад-60	6,6	2,6	46,05	144,0	
		Ясли-520	19,3	16,4	61,4	493,7	
		Сад-700	27,8	22,8	87,1	674,3	
Полдник	Булочка ванильная	Ясли- 50	4,4	3,9	23,7	149,0	№541
		Сад-60	5,3	4,7	28,5	179,0	
	Чай с сахаром	Ясли-150	0,15	0,08	7,0	28,5	№456/4 57
		Сад-200	0,2	0,1	9,3	38,0	
	Яйцо вареное	Ясли/сад-40	5,1	4,6	0,3	63,0	№ 267
		Ясли-240	9,7	8,6	31,0	240,5	
		Сад-300	10,6	9,4	38,1	280,0	
Итого за 10день:			36,7 47,8	36,3 48,0	144,6 190,1	1075,6 1396,5	
Итого за весь период			330,1 472,7	358,5 452,2	1604,9 2111,1	10804,3 13562,2	
Среднее значение за период			33,1 47,2	35,8 45,2	160,4 211,1	1080,4 1356,2	

Использовали литературу:

- 1.Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий. Пермь 2021 год.
- 2.Технологические карты

