

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	2,5 2,8	2,3 2,5	12,2 13,6	79,2 88,0	№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	8,2 10,0	10,3 14,9	42,85 53,2	295,1 384,5	
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 (на курином бульоне) 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)	N 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 (на курином бульоне)	Ясли-150 Сад-200	1,6 2,2	2,1 2,8	5,7 7,6	57,6 64,0	№87 №115/ 144
	Суфле из птицы	Ясли-60 Сад-80	7,7 10,3	7,6 10,2	2,6 3,5	110,2 146,6	№368
	Макароны 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)			Энер- гетиче- ская цен- ность (ккал)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 3:	Суп молочный с мака- ронными изделиями	Ясли-150 Сад-200	4,4 5,8	4,9 6,5	14,8 19,7	120,0 160,0	№139
завтрак:	Хлеб Сыр	Ясли/сад-30 Ясли/сад-10	2,3 2,3	0,9 2,9	14,9 -----	78,6 35,8	№ 75
	Какао с молоком	Ясли-180 Сад-180	2,5 2,9	2,17 2,6	10,3 12,4	84,6	№ 462
		Ясли-350 Сад-410	7,7 10,3	10,8 16,5	30,1 42,1	319,0 359,0	
2-й Зав- трак:	Фрукты (яблоки, апель- сины)	Ясли-100 Сад-150	0,4 0,6	0,4 0,6	12,9 19,4	63,0 94,5	
		Ясли-100 Сад-150	0,4 0,6	0,4 0,6	12,9 19,4	63,0 94,0	
Обед							
	Суп Свекольник (на ку- рином бульоне) со сметаной	Ясли-150 Сад-200 Ясли/сад-10	1,86 1,9 0,24	3,0 3,8 1,5	13,5 18,3 0,32	56,0 74,6 15,8	№87 №98 №433
	Котлеты рыбные люби- тельские Соус томатный	Ясли-60 Сад-80 Ясли/сад-20	8,2 10,9 0,3	0,7 1,2 0,7	2,5 4,2 0,95	50,4 67,2 10,4	№ 308 №419
	Каша гречневая рассып- чатая	Ясли-110 Сад-130	6,5 7,7	4,8 5,7	28,7 33,9	184,8 218,4	№202
	Свекла отварная	Ясли-40 Сад-60	0,7 1,1	0 0	3,9 5,9	19,2 28,8	
	Кисель	Ясли-150 Сад-200		-	11,3 15,0	45,0 60,0	№484
	Хлеб	Ясли-40 Сад-60	4,4 6,6	1,73 2,6	30,7 46,1	96,0 144,0	
		Ясли-580 Сад-760	22,2 28,7	14,6 16,3	83,4 119,8	477,6 619,2	
Полдник	Сырники из творога Джем	Ясли-60 Сад-80 Ясли/сад-30	17,8 23,7 0,05	4,7 7,5 -	19,2 30,6 7,3	188,4 303,4 26,2	№286
	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-240 Сад-310	18,0 24,0	4,8 6,8	32,9 46,6	244,1 367,6	
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 цен- ность (ккал)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 4	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	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	Рассольник ленинградский (на курином бульоне) Со сметаной	Ясли-150 Сад-200 Ясли/сад-10	1,5 2,0 0,2	3,5 4,1 1,5	5,6 7,4 0,3	65,7 87,6 15,8	№87 №100 №433
	Печень тушенная в сметанном соусе	Ясли-50 Сад-70 Ясли/сад--33	8,3 11,6 1,0	4,0 5,6 8,5	4,8 6,7 2,0	88,0 123,0 90,0	№359 №408
	Картофельное пюре	Ясли-120 Сад-150	2,9 3,5	4,4 5,3	6,2 7,4	84,0 105,0	№377
	Зеленый горошек консервированный	Ясли-30 Сад-50	2,3 3,7	0,08 1,0	3,7 6,3	10,5 17,5	
	Компот из свежих фруктов (яблоки или апельсины)	Ясли-150 Сад-200	0,38 0,5	0,2 0,2	11,7 15,6	50,3 67,0	№488
	Хлеб	Ясли-40 Сад-60	4,4 6,6	1,7 2,6	30,7 46,1	96,0 144,0	
		Ясли-583 Сад-773	21,0 29,1	23,9 28,8	66,9 91,8	500,3 649,9	
Полдник	Ватрушка с творожным фаршем	Ясли-50 Сад-60	6,5 7,8	2,3 2,8	18,1 21,7	120,0 144,0	№531\ №567
	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
	Печенье	Ясли/сад-15	1,1	2,7	9,9	67,0	
		Ясли-220 Сад-280	6,9 8,3	3,8 4,3	39,9 45,8	215,5 249,0	
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)	N рецеп- туры
			Б	Ж	У		
День 5	Каша «Дружба»	Ясли-130 Сад-150	4,2 4,8	4,5 5,2	19,8 22,9	120,8 139,5	№229
завтрак:	Хлеб Сыр	Ясли/сад-30 Ясли/сад-10	2,3 2,3	0,9 2,9	14,9 -----	78,6 35,8	№ 75
	Кофейный напиток с мо- локом	Ясли-150 Сад-180	1,9 2,3	1,8 2.2	9,8 11,8	66,0 79,2	№465
		Ясли-320 Сад-370	8,4 9,4	7,2 10,3	44,5 49,6	301,2 333,1	
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	Суп гороховый (на кури- ном бульоне)	Ясли-150 Сад-200	4,5 6,0	2,0 2,6	9,5 12,6	73,4 97,8	№87 №127
	Котлеты школьные Соус томатный с овоща- ми	Ясли-60 Сад-80 Ясли/сад-20	9,3 12,3 0,3	6,6 8,8 1,5	8,1 10,7 0,9	127,8 170,4 18,0	№347 №420
	Капуста тушеная	Ясли-110 Сад-130	2,2 2,3	3,7 4,1	8,3 9,2	75,9 89,7	№380
	Морковь отварная	Ясли-40 Сад-60	0,5 0,7	0,1 0,1	2,0 3,0	14,0 21,0	
	Компот из смеси сухо- фруктов	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 46,1	96,0 144,0	
		Ясли-570 Сад-750	21,6 28,8	14,7 19,8	74,6 102,6	468,0 624,9	
Полдник	Булочка дорожная	Ясли-50 Сад-60	3,6 4,3	6,7 8,0	24,0 28,8	170,8 205,0	№543
	Чай с лимоном	Ясли-150 Сад-200	0,3 0,2	0,1 0,1	9,5 9,3	30 40	№456/ 459
		Ясли-200 Сад-260	4,9 5,6	9,5 10,8	32,0 48,0	200,8 245,0	
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 Сад-150	4,8 5,6	4,8 5,6	23,3 26,9	151,9 175,3	№235
завтрак:	Хлеб бородинский	Ясли/сад-30	2,0	0,9	11,9	60,3	№ 75
	Сыр	Ясли/сад-10	2,3	2,95	-----	35,8	
	Какао с молоком	Ясли-180 Сад-200	2,9 3,3	2,6 2,9	12,1 13,8	83,5 94,0	№ 462
		Ясли-350 Сад-390	11,2 15,4	12,1 14,6	53,9 64,5	331,0 365,0	
2-й завтрак	Снежок	Ясли-150 Сад-180	3,2 4,8	2,5 3,8	12,4 18,6	85,0 127,5	
		Ясли-150 Сад-180	3,2 4,8	2,5 3,8	12,4 18,6	83,5 94,0	№ 462
Обед	Суп из овощей (на ку- рином бульоне)	Ясли-150 Сад-200 Ясли/сад-10	1,2 1,6 0,24	2,7 3,6 1,5	3,8 5,1 0,32	44,4 59,2 15,8	№87 №116
	Со сметаной						№433
	Голубцы ленивые	Ясли-60 Сад-80	6,6 8,8	7,4 9,9	2,4 3,2	102,9 137,6	№333
	Соус сметанный с тома- том и луком	Ясли/сад -20	0,3	2,0	2,1	21,0	№411
	Картофельное пюре	Ясли-120 Сад-150	2,9 3,5	4,4 5,3	6,2 7,4	84,0 105,0	№377
	Кукуруза консервиро- ванная	Ясли-50 Сад-70	0,9 1,5	0,75 1,25	7,5 12,5	26,0 36,4	
	Компот из смеси сухо- фруктов	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	1,7 2,6	30,7 46,1	96,0 144,0	
		Ясли-600 Сад-790	17,7 23,9	21,0 26,8	61,9 91,5	452,0 603,0	№ 462
Полдник	Ватрушка с повидлом	Ясли- 50 Сад-60	2,9 3,5	1,2 1,4	29,0 34,8	138,0 166,0	№530
	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
	Печенье	Ясли/сад-15	1,1	2,7	9,9	67,0	
		Ясли-220 Сад-280	3,4 4,0	2,7 2,9	50,8 58,9	233,5 271,0	
Итого за 6 день:			34,7 47,3	37,8 47,6	179,0 233,5	1100,9 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 (на кури- ном бульоне)	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)			Энергетическая 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 (на курином бульоне) 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	№87 №95 №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 Сад-150	4,8 5,6	4,3 5,0	23,6 27,2	148,7 171,6	№232
завтрак:	Бутерброд с джемом	Ясли/сад-30	1,2	2,9	15,2	91,0	№ 86
	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-350 Сад-390	9,4 10,7	7,4 10,4	50,3 55,7	330,5 364,4	
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	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
	Печень говяжья по-строгановски Соус сметанный	Ясли-60 Сад-80 Ясли /сад -33	11,7 15,8 1,0	5,6 7,5 8,5	4,6 6,08 2,0	115,8 154,4 90,0	№356 №408
	Картофельное пюре	Ясли-120 Сад-150	2,9 3,5	4,4 5,3	6,2 7,4	84,0 105,0	№377
	Зеленый горошек консервированный	Ясли-30 Сад-50	2,3 3,7	0,08 1,0	3,7 6,3	10,5 17,5	
	Компот из смеси су- хофруктов	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-550 Сад-740	23,4 32,4	14,0 19,3	66,2 93,8	508,0 660,5	
Полдник	Запеканка из творога с джемом	Ясли-80 Сад-100 Ясли/сад-30	12,7 15,9 0,05	6,2 7,7 -	12,0 15,0 7,3	155,2 194,0 26,2	№279 № 86
	Чай с сахаром	Ясли-150 Сад-200	0,15 0,2	0,08 0,1	7,0 9,3	28,5 38,0	№456/4 57
		Ясли-260 Сад-330	12,9 16,1	6,3 7,8	26,3 31,6	209,9 258,2	
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 Сад-150	3,3 3,8	4,2 4,8	20,4 23,5	131,9 152,2	№236
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
	Какао с молоком	Ясли-180 Сад-200	2,9 3,3	2,6 2,9	12,1 13,8	83,5 94,0	№ 462
		Ясли-340 Сад-380	7,0 8,7	10,5 15,1	37,5 47,3	271,4 358,2	
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	Рассольник ленинградский Со сметаной	Ясли-150 Сад-200 Ясли/сад-10	1,5 2,0 0,24	3,5 4,1 1,5	5,6 7,4 0,32	65,7 87,6 15,8	№87 №100 №433
	Рагу из птицы	Ясли-170 Сад-230	24,2 19,9	16,2 21,9	13,5 18,3	271,2 366,9	№376
	Кисель	Ясли-150 Сад-200		-	11,3 15,0	45,0 60,0	№484
	Хлеб	Ясли-40 Сад-60	4,4 6,6	1,73 2,6	30,7 46,05	96,0 144,0	
		Ясли-520 Сад-700	19,3 27,8	16,4 22,8	61,4 87,1	493,7 674,3	
Полдник	Булочка ванильная	Ясли- 50 Сад-60	4,4 5,3	3,9 4,7	23,7 28,5	149,0 179,0	№541
	Чай с сахаром	Ясли-150 Сад-200	0,15 0,2	0,08 0,1	7,0 9,3	28,5 38,0	№456/4 57
	Яйцо вареное	Ясли/сад-40	5,1	4,6	0,3	63,0	№ 267
		Ясли-240 Сад-300	9,7 10,6	8,6 9,4	31,0 38,1	240,5 280,0	
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

