

Муниципальное казенное  
дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Колосок»  
городского поселения Петров Вал

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК"  
ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ ВАЛ  
КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО  
РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МКДОУ дс «Колосок»  
В.С.Копейкина  
  
«\_» 2024г

Подписано: МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ГОРОДСКОГО  
ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ ВАЛ КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
DN: sn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ  
ВАЛ КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ  
ОБЛАСТИ, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ГОРОДСКОГО  
ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ ВАЛ КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ, email=kaza4ckova.vanya@yandex.ru  
дата: 2024.12.24 19:10:28 +03'00'

# Двухнедельное меню для детей с 1 до 3 лет МКДОУ дс «Колосок» осенне-зимний период

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, под. Редакцией Лапшиной  
В.Т., 2004 г.

## II день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>3,97</b>	<b>4,11</b>	<b>14,52</b>	<b>110,95</b>	<b>150</b>
	Манка	9	1,02	0,06	6,6	31,02	
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>4,94</b>	<b>10,85</b>	<b>29,55</b>	<b>204,31</b>	
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>120</b>	<b>Свекольник на к/ б со сметаной</b>		<b>5,18</b>	<b>3,7</b>	<b>16,06</b>	<b>127,243</b>	<b>150</b>
	Свекла	37/30	0,63	0	4	18,5	
	Мясо кур	13/11	2,99	1,13	0	13,13	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Лук репчатый	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Сметана	7	0,18	1,05	0,25	11,2	
	Паста томатная	2	0,1	0,01	0,67	3,2	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>490</b>	<b>Птица, тушеная с морковью</b>		<b>14,65</b>	<b>2,63</b>	<b>2,15</b>	<b>90,85</b>	<b>70</b>
	Мясо кур	50/55	14,26	0,62	0	62,62	
	Лук	10/11	0,22	0	1,24	5,82	
	Морковь	12/11	0,17	0,01	0,91	4,43	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>203</b>	<b>Отварной картофель</b>		<b>2,55</b>	<b>2,31</b>	<b>24,86</b>	<b>130,36</b>	<b>100</b>
	Картофель	103/100	2,52	0,13	24,82	110,5	
	Масло сливочное	2	0,03	2,18	0,04	19,86	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>639</b>	<b>Компот и сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	<b>48</b>
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>Итого за обед:</b>			<b>19,86</b>	<b>21,2</b>	<b>62,15</b>	<b>506,96</b>	
<b>Полдник</b>							
<b>315</b>	<b>Запеканка творожно - рисовая</b>		<b>9,72</b>	<b>4,08</b>	<b>8,952</b>	<b>117,62</b>	<b>60</b>

	Творог	48	8,26	2,4	0,86	58,08	
	Крупа рисовая	9	0,68	0,23	5,05	25	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Вода	73	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Яйцо	1//8	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>600</b>	<b>Соус сметанный</b>		<b>0,75</b>	<b>1,97</b>	<b>4,27</b>	<b>37,2</b>	<b>20</b>
	Сметана	11	0,29	1,65	0,4	17,6	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
<b>648</b>	<b>Кисель</b>		<b>3,64</b>	<b>4,2</b>	<b>9,08</b>	<b>88,58</b>	<b>130</b>
	Концентрат киселя	16	3,64	4,2	6,11	76,7	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Хлеб пшеничный	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>Итого за полдник:</b>			<b>15,71</b>	<b>10,73</b>	<b>29,182</b>	<b>281,64</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:</b>			<b>40,51</b>	<b>42,78</b>	<b>120,882</b>	<b>992,91</b>	

## I день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>3,95</b>	<b>4,19</b>	<b>16,92</b>	<b>121,21</b>	<b>150</b>
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа геркулесовая	12	1	0,14	9	41,28	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>7,434</b>	<b>9,9</b>	<b>30,97</b>	<b>258,84</b>	
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>124</b>	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>		<b>4,94</b>	<b>3,64</b>	<b>12,05</b>	<b>100,643</b>	<b>150</b>
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук репчатый	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Картофель	38/30	0,76	0,04	7,49	33,33	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Капуста	44/35	0,79	0	2,38	12,67	
	Паста томатная	3	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>479</b>	<b>Макаронник с мясом кур</b>		<b>10,91</b>	<b>3,99</b>	<b>14,142</b>	<b>140,9</b>	<b>100</b>

	Мясо кур	35/31	8,05	0,35	0	35,35	
	Вермишель	17	1,82	0,22	12,61	59,72	
	Лук репчатый	7/6	0,12	0	0,67	3,14	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,04	19,86	
	Яйцо	1/6	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	Молоко свежее/сухое	17/1,9	0,48	0,54	0,08	10	
	<b>Икра кабачковая</b>	<b>28</b>	<b>0,28</b>	<b>1,96</b>	<b>1,96</b>	<b>27,16</b>	<b>28</b>
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	<b>Хлеб</b>		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	<b>19</b>	<b>1,33</b>	<b>0,57</b>	<b>9,12</b>	<b>46,93</b>	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>29</b>	<b>1,97</b>	<b>0,38</b>	<b>11,8</b>	<b>58,49</b>	<b>29</b>
<b>Итого за обед:</b>		<b>19,62</b>	<b>29,102</b>	<b>57,132</b>	<b>406,343</b>		

#### Уплотненный полдник

<b>394</b>	<b>Тефтели рыбная</b>		<b>10,42</b>	<b>3,7</b>	<b>6,438</b>	<b>100,64</b>	<b>50</b>
	Рыба	51/37	8,93	1,02	0	44,88	
	Лук репчатый	8/12	0,24	0	1,33	6,27	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Мука пшеничная	3	0,32	0,04	2,2	10,41	
	Хлеб пшеничный	6	0,42	0,18	2,88	14,82	
	Яйцо	1/11	0,51	0,46	0,028	6,28	
	Вода	10	0	0	0	0	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>534</b>	<b>Капуста тушеная</b>		<b>1,49</b>	<b>1,47</b>	<b>5,36</b>	<b>58,573</b>	<b>60</b>
	Капуста свежая	62/50	1,12	0	3,35	17,86	
	Лук репчатый	7/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	7/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Томатная паста	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,014</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>13,524</b>	<b>5,69</b>	<b>26,628</b>	<b>230,123</b>	
<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:</b>			<b>40,578</b>	<b>44,692</b>	<b>114,73</b>	<b>895,306</b>	

#### III день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>340</b>	<b>Омлет натуральный</b>		<b>6,89</b>	<b>7,33</b>	<b>4,51</b>	<b>111,47</b>	<b>80</b>
	Молоко свежее/сухое	26/2,9	0,73	0,65	1,23	13,7	
	Мука пшеничная	4	0,42	0,05	2,93	13,88	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Яйцо	8/9	5,72	5,18	0,32	70,65	

	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофеинный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофеинный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>7,86</b>	<b>10,593</b>	<b>19,54</b>	<b>204,83</b>	

**II завтрак**

<b>Обед</b>							
<b>138</b>	<b>Суп картофельный с крупой</b>		<b>4,64</b>	<b>3,68</b>	<b>14,09</b>	<b>108,023</b>	<b>150</b>
	Крупа перловая	4	0,37	0,04	2,95	13,68	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>455</b>	<b>Котлета с капустой</b>		<b>10,41</b>	<b>5,52</b>	<b>6,81</b>	<b>118,48</b>	<b>50</b>
	Мясо кур	38/33	8,74	0,38	0	38,38	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	1	0	3	0	26,97	
	Лук	7/6	0,12	0	0,67	3,14	
	Капуста свежая	19/15	0,34	0	1,03	5,47	
	Рис	9	0,68	0,23	5,05	25	
	Яйцо	1/16	0,51	0,46	0,03	6,28	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>536</b>	<b>Свекла тушеная</b>		<b>1,6</b>	<b>2</b>	<b>10,15</b>	<b>64,98</b>	<b>80</b>
	Свекла	0/75	1,6	0	10,15	47	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>648</b>	<b>Кисель</b>		<b>3,64</b>	<b>4,2</b>	<b>9,08</b>	<b>88,58</b>	<b>130</b>
	Концентрат киселя	16	3,64	4,2	6,11	76,7	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	<b>Хлеб</b>		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	<b>19</b>	<b>1,33</b>	<b>0,57</b>	<b>9,12</b>	<b>46,93</b>	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>29</b>	<b>1,97</b>	<b>0,38</b>	<b>11,8</b>	<b>58,49</b>	<b>29</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>23,59</b>	<b>16,35</b>	<b>61,05</b>	<b>485,483</b>	

**Уплотненный полдник**

<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>4,48</b>	<b>4,91</b>	<b>16,4</b>	<b>127,72</b>	<b>150</b>
	Крупа пшеничная	12	1,52	0,13	8,47	41,17	
	Молоко свежее/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,04	19,86	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	<b>Хлеб белый</b>	<b>12</b>	<b>0,84</b>	<b>0,36</b>	<b>5,76</b>	<b>29,64</b>	<b>12</b>
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>769</b>	<b>Булочка домашняя</b>		<b>4,42</b>	<b>4,76</b>	<b>26,52</b>	<b>166,41</b>	<b>50</b>

	Мука пшеничная	31	3,29	0,4	22,69	107,54	
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Яйцо	1/11	0,54	0,46	0,03	6,28	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Дрожжи сухие	0,7	0,09	0,02	0	0,53	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>9,04</b>	<b>10,07</b>	<b>56,63</b>	<b>356,44</b>	
<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ:</b>			<b>40,49</b>	<b>37,013</b>	<b>137,22</b>	<b>1046,753</b>	

#### IV день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>160</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>		<b>3,89</b>	<b>4,9</b>	<b>15,38</b>	<b>119,52</b>	<b>150</b>
	Вермишель	9	0,93	0,12	7,07	33,03	
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофеинный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофеинный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
	<b>Всего</b>		<b>7,374</b>	<b>10,61</b>	<b>29,43</b>	<b>257,15</b>	
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>134</b>	<b>Суп крестьянский с крупой</b>		<b>3,32</b>	<b>4,38</b>	<b>11,7</b>	<b>88,2</b>	<b>150</b>
	Рис	4	0,28	0,04	2,86	12,9	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>374</b>	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b>		<b>16,03</b>	<b>7,55</b>	<b>3,78</b>	<b>147,143</b>	<b>60</b>
	Рыба	7/59	15,39	4,05	0	98,01	
	Лук	7/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/10	0,16	0,01	0,84	4,09	
	Масло сливочное	1	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Паста томатная	2	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>203</b>	<b>Отварной картофель</b>		<b>2,09</b>	<b>2,28</b>	<b>20,71</b>	<b>110,13</b>	<b>100</b>
	Картофель	130/100	2,06	0,1	20,29	90,33	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	

	Соль	0.7	-	-	-	0,6	
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	<b>Хлеб</b>		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>24,93</b>	<b>15,16</b>	<b>65,17</b>	<b>483,113</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>3,96</b>	<b>4,92</b>	<b>17,31</b>	<b>127,77</b>	<b>150</b>
	Крупа кукурузная	12	1	0,14	9	41,28	
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>784</b>	<b>Булочка с повидлом</b>		<b>4,21</b>	<b>4,7</b>	<b>28,02</b>	<b>169,2</b>	<b>50</b>
	Повидло	6	0	0	4,2	14,8	
	Мука	27	2,86	0,35	19,76	93,66	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Яйцо	1/11	0,51	0,46	0,03	6,28	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Дрожжи сухие	0,7	0,34	0,01	0,26	2,4	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>9,91</b>	<b>10,14</b>	<b>60,16</b>	<b>367,88</b>	
<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ:</b>			<b>42,214</b>	<b>35,91</b>	<b>154,76</b>	<b>1108,143</b>	

## В день ясли

Обед							
139	Суп картофельный с бобовыми		6,8	3,82	17,49	131,433	150
	Горох	11	2,53	0,18	6.35	37,09	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
452	Котлета из мяса кур		13,15	4,63	5,528	117,01	50
	Мясо кур	51/45	11,73	0,51	0	51,51	
	Хлеб пшеничный	6	0,6	0,18	2,58	14,34	
	Яйцо	1/11	0,54	0,46	0,028	6,28	
	Лук	15/13	0,26	0	1,43	6,72	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
587	Соус томатный		0,34	1,77	2,2	26,07	20
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Лук репчатый	2	0,03	0	0,19	0,9	
	Морковь	3	0,04	0	0,21	1.02	
	Масло растительное	1	0	1	0	8,99	
	Масло сливочное	1	0,01	0,73	0,01	6,62	
	Паста томатная	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,25	0	0	0	0	
534	Капуста тушеная		2,16	3,46	7,5	69,98	80
	Капуста	94/75	1,69	0	5,08	27,07	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Лук репчатый	10/8	0,17	0	0,95	4,48	
	Морковь	12/10	0,16	0,01	0,84	4,09	
	Паста томатная	3	0,12	0	0,6	3,12	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
<b>ВСЕГО:</b>			<b>25,94</b>	<b>14,63</b>	<b>61,698</b>	<b>482,133</b>	

Полдник							
358	Сырники из творога		12,75	5,37	14,392	156,92	70
	Творог	61	10,49	3,05	1,1	73,81	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Яйцо	1/8	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Мука	14	1,48	0,18	10,25	48,57	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
600	Соус сметанный		0,77	2,46	4,22	42,04	20
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,44	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	

	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
	<b>Хлеб белый</b>	<b>16</b>	<b>1,12</b>	<b>0,48</b>	<b>7,68</b>	<b>39,52</b>	<b>16</b>
<b>697</b>	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>130</b>	<b>3,67</b>	<b>3,25</b>	<b>6,15</b>	<b>68,51</b>	<b>130</b>
	<b>1. ВСЕГО:</b>		<b>18,31</b>	<b>11,56</b>	<b>29,442</b>	<b>306,99</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:</b>		<b>49,42</b>	<b>33,663</b>	<b>122,49</b>	<b>1003,223</b>	

## VII день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр бр. Нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>3,97</b>	<b>4,11</b>	<b>14,52</b>	<b>110,95</b>	<b>150</b>
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа манная	9	1,02	0,06	6,6	31,02	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>4,94</b>	<b>7,373</b>	<b>29,55</b>	<b>204,31</b>	
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>123</b>	<b>Щи</b>		<b>5,18</b>	<b>3,64</b>	<b>14,12</b>	<b>110.133</b>	<b>150</b>
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Капуста	44/35	0,79	0	2,38	12,67	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	3	0,12	0	0,6	3,12	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>493</b>	<b>Птица, тушеная в соусе</b>		<b>14,91</b>	<b>4,12</b>	<b>3,87</b>	<b>112.19</b>	<b>50</b>
	Мясо кур	62/55	14,26	0,62	0	62,62	
	Лук	12/10	0,2	0	1,14	5,38	
	Морковь	13/11	0,17	0,01	0,91	4,43	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>332</b>	<b>Отварные макароны</b>		<b>2,16</b>	<b>1,71</b>	<b>14,87</b>	<b>83,5</b>	<b>80</b>
	Макароны	20	2,14	0,26	14,84	70,26	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	

	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	<b>Хлеб</b>		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>25,74</b>	<b>10,42</b>	<b>61,84</b>	<b>443,467</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>							
<b>354</b>	<b>Вареники ленивые</b>		<b>12,79</b>	<b>8,28</b>	<b>12,232</b>	<b>171,4</b>	<b>70</b>
	Творог	61	10,49	3,05	1,1	73,81	
	Яйцо	1/8	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Сахар	3	0,03	2.18	0,42	19,8	
	Мука	14	1,48	0.18	10,25	48,57	
	Масло сливочное	3	0,03	2.18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>600</b>	<b>Соус сметанный</b>		<b>0,77</b>	<b>2,46</b>	<b>4,22</b>	<b>42,04</b>	<b>20</b>
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,44	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
	<b>Хлеб белый</b>	<b>16</b>	<b>1,12</b>	<b>0,48</b>	<b>7,68</b>	<b>39,52</b>	<b>16</b>
<b>697</b>	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>130</b>	<b>3,67</b>	<b>3,25</b>	<b>6,15</b>	<b>68,51</b>	<b>130</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>18,35</b>	<b>14,47</b>	<b>30,282</b>	<b>321,47</b>	
<b>ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ:</b>			<b>49,03</b>	<b>32,263</b>	<b>121,622</b>	<b>969,247</b>	

## VI день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>3,95</b>	<b>4,19</b>	<b>16,92</b>	<b>121,21</b>	<b>150</b>
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа геркулесовая	12	1	0,14	9	41,28	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>ВСЕГО:</b>			<b>7,434</b>	<b>9,9</b>	<b>30,97</b>	<b>258,84</b>	
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>140</b>	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>		<b>3,03</b>	<b>4,39</b>	<b>10,75</b>	<b>94,96</b>	<b>150</b>
	Вермишель	3	0,32	0,04	2,23	10,54	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	

	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>492</b>	<b>Плов из птицы</b>			<b>10,72</b>	<b>4,56</b>	<b>18,73</b>	<b>158,7</b>
	Мясо кур	35/31	8,05	0,35	0	35,35	
	Лук	13/11	0,22	0	1,24	5,82	
	Морковь	25/20	0,33	0,03	1,75	8,53	
	Рис	28	2,1	0,73	15,71	77,78	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>78</b>	<b>Икра свекольно-морковная</b>			<b>0,74</b>	<b>2,03</b>	<b>4,38</b>	<b>38,7</b>
	Свекла	19/15	0,32	0	2,05	9,5	
	Морковь	19/15	0,25	0,02	1,33	6,48	
	Лук репчатый	7/6	0,12	0	0,67	3,14	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Томат	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,2	0	0	0	0	
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>17,98</b>	<b>11,93</b>	<b>62,84</b>	<b>430</b>	

#### Уплотненный полдник

<b>382</b>	<b>Рыба под омлетом</b>		<b>9,839</b>	<b>3,021</b>	<b>3,035</b>	<b>78,59</b>	<b>50</b>
	Рыба свежая	51/37	8,93	1,02	0	44,88	
	Мука	3	0,32	0,04	2,2	10,41	
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Яйцо	2/3	0,089	0,081	0,005	1,1	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	Хлеб пшеничный	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>11,579</b>	<b>3,541</b>	<b>17,865</b>	<b>149,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:</b>			<b>36,993</b>	<b>25,371</b>	<b>111,675</b>	<b>838,34</b>	

#### IX день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>362</b>	<b>Пудинг из творога</b>		<b>9,8</b>	<b>4,35</b>	<b>11,261</b>	<b>123,38</b>	<b>60</b>
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Творог	48	8,26	2,4	0,86	58,08	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Крупа манная	9	1,02	0,06	6,6	31,02	
	Яйцо	1/8	0,02	0,01	0,001	0,2	
	Соль	0,3	0	0	0	0	

<b>600</b>	<b>Соус сметанный</b>		<b>0,77</b>	<b>2,46</b>	<b>4,22</b>	<b>42,04</b>	<b>20</b>
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,44	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0.25	0.23	0,43	4,74	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>11,54</b>	<b>10,073</b>	<b>30,511</b>	<b>258,78</b>	

**II завтрак**

<b>Обед</b>							
<b>138</b>	<b>Суп картофельный с крупой</b>		<b>4,64</b>	<b>3,68</b>	<b>14,09</b>	<b>108,023</b>	<b>150</b>
	Крупа перловая	4	0,37	0.04	2,95	13,68	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>541</b>	<b>Рагу овощное</b>		<b>2,59</b>	<b>3,51</b>	<b>15,49</b>	<b>104,11</b>	<b>100</b>
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Капуста	62/50	1.12	0	3,35	17,86	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Лук репчатый	12/10	0,2	0	1,14	5,38	
	Морковь	13/11	0,17	0,01	0,91	4,43	
	Паста томатная	3	0,12	0	0,6	3,12	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>452</b>	<b>Биточки</b>		<b>13,32</b>	<b>4,63</b>	<b>5,338</b>	<b>116,11</b>	<b>60</b>
	Мясо кур	51/45	11,73	0,51	0	51,51	
	Яйцо	1/11	0,54	0,46	0.028	6,28	
	Лук репчатый	13/11	0,22	0	1,24	5,82	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Хлеб пшеничный	6	0,6	0.18	2,58	14,34	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>587</b>	<b>Соус томатный</b>		<b>0,344</b>	<b>1,773</b>	<b>2,2</b>	<b>26</b>	<b>20</b>
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Лук репчатый	2/1,68	0,034	-	0,19	0.86	
	Морковь	3/2,4	0,04	0.003	0,21	0,99	
	Масло растительное	1	0	1	0	8.99	
	Масло сливочное	1	0.01	0.73	0.01	6,62	
	Паста томатная	2	0.05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,25	0	0	0	0	
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	

	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	<b>Хлеб</b>		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>Итого за обед:</b>			<b>24,384</b>	<b>14,543</b>	<b>66,098</b>	<b>491,883</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>							
<b>769</b>	<b>Булочка домашняя</b>		<b>4,39</b>	<b>4,76</b>	<b>26,52</b>	<b>166,43</b>	<b>50</b>
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Яйцо	1/11	0,51	0,46	0,03	6,3	
	Мука пшеничная	31	3,29	0,4	22,69	107,54	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Дрожжи сухие	0,7	0,09	0,02	0	0,53	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>4,47</b>	<b>4,18</b>	<b>16,39</b>	<b>121,1</b>	<b>150</b>
	Крупа пшеничная	12	1,52	0,13	8,47	41,17	
	Молоко свежее/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>Итого за полдник:</b>			<b>10,6</b>	<b>9,46</b>	<b>57,74</b>	<b>358,44</b>	
<b>ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:</b>			<b>46,524</b>	<b>34,076</b>	<b>154,349</b>	<b>1109,103</b>	

### VIII день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>4,84</b>	<b>4,44</b>	<b>18,12</b>	<b>131,8</b>	<b>150</b>
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа гречневая	15	1,89	0,39	10,2	51,87	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>8,324</b>	<b>10,15</b>	<b>32,17</b>	<b>269,43</b>	
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>133</b>	<b>Суп картофельный</b>		<b>3,49</b>	<b>4,37</b>	<b>11,29</b>	<b>90,98</b>	<b>150</b>
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Картофель	65/49	1,3	0,07	12,81	57,01	

	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>462</b>	<b>Тефтели из мяса кур</b>		<b>10,05</b>	<b>4,52</b>	<b>5,678</b>	<b>103,57</b>	<b>50</b>
	Мясо кур	38/33	8,74	0,38	0	38,38	
	Лук	6/5	0,1	0	0,57	2,69	
	Рис	9	0,68	0,23	5,05	25	
	Яйцо	1/10	0,51	0,46	0,028	6,28	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>330</b>	<b>Пюре гороховое</b>		<b>6,47</b>	<b>2,63</b>	<b>16,58</b>	<b>114,22</b>	<b>70</b>
	Горох	28	6,44	0,45	16,16	94,42	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>Итого за обед:</b>			<b>23,5</b>	<b>12,47</b>	<b>62,528</b>	<b>446,41</b>	

#### Уплотненный полдник

<b>332</b>	<b>Отварные макароны</b>		<b>1,61</b>	<b>2,2</b>	<b>11,13</b>	<b>70,68</b>	<b>50</b>
	Макароны	15	1,61	0,2	11,13	52,7	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
<b>523</b>	<b>Морковь тушеная</b>		<b>1</b>	<b>1,53</b>	<b>5,28</b>	<b>38,82</b>	<b>60</b>
	Морковь	75/60	0,98	0,08	5,25	25,58	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>Итого за полдник:</b>			<b>4,35</b>	<b>4,25</b>	<b>31,24</b>	<b>180,41</b>	
<b>ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:</b>			<b>36,174</b>	<b>26,87</b>	<b>125,938</b>	<b>896,25</b>	

#### X день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
<b>161</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>		<b>4,2</b>	<b>4,21</b>	<b>16,52</b>	<b>120,74</b>	<b>150</b>
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа ячневая	12	1,25	0,16	8,6	40,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0.7	0	0	0	0	
<b>692</b>	<b>Кофейный напиток</b>		<b>0,09</b>	<b>0,003</b>	<b>9,21</b>	<b>37,24</b>	<b>150</b>
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	

	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>12</b>	<b>0,88</b>	<b>3,26</b>	<b>5,82</b>	<b>56,12</b>	<b>12/4</b>
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>5,17</b>	<b>7,473</b>	<b>31,55</b>	<b>214,1</b>		
<b>II завтрак</b>							
<b>Обед</b>							
<b>114</b>	<b>Борщ с картофелем</b>		<b>5,12</b>	<b>1,65</b>	<b>15,04</b>	<b>113,443</b>	<b>150</b>
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Капуста свежая	25/20	0,45	0	1,35	7,2	
	Свекла	19/15	0,32	0	2,05	9,5	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	3	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	1	0	0	0	0	
<b>489</b>	<b>Рагу из птицы</b>		<b>13,18</b>	<b>4,04</b>	<b>25,96</b>	<b>192,883</b>	<b>150</b>
	Мясо кур	45/40	10,35	0,45	0	45,45	
	Картофель	120/96	2,4	0,12	23,64	105,24	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	12/10	0,16	0,01	0,84	4,09	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	3	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
<b>639</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>8,06</b>	<b>32,22</b>	<b>150</b>
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	<b>Хлеб</b>		<b>3,3</b>	<b>0,95</b>	<b>20,92</b>	<b>105,42</b>	
	<b>Хлеб белый</b>	19	1,33	0,57	9,12	46,93	<b>19</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	29	1,97	0,38	11,8	58,49	<b>29</b>
<b>Итого за обед:</b>		<b>21,79</b>	<b>6,64</b>	<b>69,98</b>	<b>443,966</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
<b>337</b>	<b>Яйцо вареное</b>		<b>0,13</b>	<b>0,12</b>	<b>0,01</b>	<b>1,54</b>	<b>1шт.</b>
	Яйцо	1шт.	0,13	0,12	0,01	1,54	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	<b>Икра кабачковая</b>	<b>28</b>	<b>0,28</b>	<b>1,96</b>	<b>19,6</b>	<b>27,2</b>	<b>28</b>
<b>685</b>	<b>Чай с сахаром</b>		<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>7,95</b>	<b>32,67</b>	<b>150</b>
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,48</b>	<b>6,88</b>	<b>38,24</b>	<b>16</b>
<b>773</b>	<b>Булочка « Веснушка »</b>		<b>5,33</b>	<b>5,02</b>	<b>37,025</b>	<b>214,53</b>	<b>60</b>
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,56	0,5	0,95	10,54	
	Мука	36	3,82	0,47	26,35	124,88	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Яйцо	1/11	0,64	0,58	0,035	7,85	
	Изюм	6	0,18	0	5,7	23,52	

	Дрожжи сухие	0,7	0,11	0,02	0	0,68	
	Соль	0,5	0	0	0	0	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>7,48</b>	<b>7,62</b>	<b>71,465</b>	<b>314,18</b>		
	<b>ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:</b>		<b>34,44</b>	<b>21,733</b>	<b>172,995</b>	<b>972,246</b>	

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Колосок» городского поселения Петров Вал

Камышинского муниципального района Волгоградской области

ИНН 3410062341 КПП 341001001 БИК 011806101 ОКПО 53566345 ОГРН 1033400645772 л/с 0210К024401  
р/с 03231643186180002900 к/с 40102810445370000021

отделение Волгоград Банка России// УФК по Волгоградской области г. Волгоград

Адрес: 403840, Россия, Волгоградская обл., Камышинский р-он, г.Петров Вал, ул.Камышинская,45. Тел.: 6- 56 – 62

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МКДОУ дс «Колосок»

\_\_\_\_\_ В.С.Копейкина

«\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г

**Двухнедельное меню  
для детей с 1 до 3 лет  
МКДОУ дс «Колосок»**

**осенне-зимний период**

Муниципальное казенное  
Дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Колосок»  
городского поселения Петров Вал

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МКДОУ дс «Колосок»  
\_\_\_\_\_ В.С.Копейкина  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2025г

**Двухнедельное меню  
для детей с 3 до 7 лет  
МКДОУ дс «Колосок»**

**весенне-летний период**

2025г.