

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат

[00fdd61f95b1338862b84510030859e503](#)

Владелец Красникова Светлана Геннадьевна

Действителен 03.03.2023 по 26.05.2024

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто , Г	Нетто , Г	Белки , Г	Жиры , Г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ		150	3,8	3,8	13,5	97,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
ПШЕНО	10,6	10,49	1,2	0,1	7,2	33,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ		35	0,1	3,7	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	8	1,5	1,8	0	26,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,3	2,0	8,0	54,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,2
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	84,7	84,7	2,1	2	3,5	37,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	101,6	101,6	0	0	0	0,0
			6,2	9,5	41,7	250,0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100	0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8

Обед							
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		150	2,0	2,8		12,6	76,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0		1,5	6,3
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,6	0,1		4,8	21,0
КРУПА РИСОВАЯ	6	6	0,4	0		4,3	17,7
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0		1	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0		1	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,7		0	22,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0		0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0		0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		130	17,8	14,6		16,0	316,9
СВИНИНА МЯСНАЯ	94	84,6	15,8	11		0	220,4
КАРТОФЕЛЬ	150	90	1,7	0,4		14,3	63,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0		1,4	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,2		0	25,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,7	1,7	0,1	0		0,3	1,6
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,5		1,8	20,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1		1,8	9,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,4		0	11,1
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ		40	2,5	0,2		16,5	77,2

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	40	2,5	0,2		16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150					7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)		9	9	0	0		0	0,0
САХАР ПЕСОК		8	8	0	0		7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		152,36	152,36	0	0		0	0,0
				23,2	19,1		54,7	519,3

Полдник								
КЕФИР		150		4,4	3,8		6,0	76,7
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		155,2	150	4,4	3,8		6	76,7
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		50		2,3	1,7		17,3	84,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		21,9	21,9	1,7	0,2		14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		0,67	0,67	0,1	0		0,5	1,8
САХАР ПЕСОК		1	1	0	0		1	3,6
САХАР ПЕСОК		0,8	0,8	0	0		0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ		1,5	1,5	0	1,2		0	10,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		4,17	4,17	0,1	0,1		0,2	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)		0,04 шт.	1,6	0,2	0,1		0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)		0,03 шт.	1,2	0,2	0,1		0	1,5
ДРОЖЖИ		0,45	0,45	0	0		0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,29	0,29	0	0		0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		9,58	9,58	0	0		0	0,0
				6,7	5,5		23,3	160,9

Ужин							
-------------	--	--	--	--	--	--	--

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ		130	10,7	8,4	14,3	189,7
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	54	54	8,2	2,6	1,6	80,8
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,6	0	4,1	17,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	21,3
МОРКОВЬ	35	26,25	0,3	0	1,7	7,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6	0,9	0,3	0	7,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,8	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,6	0	29,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		25	0,4	1,2	2,2	19,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	0,3	0,5	5,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	7,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	3,9
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	108	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			11,6	9,9	29,9	259,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,2	44,1	159,4	1 229,8

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ		150	3,9	3,8	13,9	96,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	2,8	2,7	4,7	50,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	10,6	10,6	1,1	0,1	7,3	31,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	0,1	2,0	20,2	98,3

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	35,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30	0	0,4	14,6	69,7
КАКАО С МОЛОКОМ	170		3,0	2,9	9,6	69,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	2,8	2,7	4,6	49,2
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			7,0	8,7	43,7	264,7

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8

Обед

ЩИ СО СМЕТАНОЙ	150		3,0	6,6	13,4	117,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	90	72	1,3	0,1	3,3	14,3
МОРКОВЬ	40	30	0,4	0	2	8,9
КАРТОФЕЛЬ	55,7	38,99	0,8	0,2	6,2	27,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25	21	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,89	2,89	0	2,2	0	19,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,7	0	22,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130		12,6	16,7	20,1	306,0
СВИНИНА МЯСНАЯ	60	54	10,1	7	0	140,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,2	0	25,8
КАРТОФЕЛЬ	172,3	120,6	2,3	0,5	19,1	84,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,8	0	14,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,8	0	14,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1	0	2,4	0	21,1
ИКРА МОРКОВНАЯ	30		1,3	2,7	6,6	52,9
МОРКОВЬ	60	45	0,6	0	3	13,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,8	0,2	0	1,4	6,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11	11	0,5	0	2	10,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,7	0	22,1

САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,7
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			19,4	26,2	64,4	581,9

Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170		4,3	4,2	7,1	76,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,3	4,2	7,1	76,0
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50		2,3	1,7	17,3	84,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,9	21,9	1,7	0,2	14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,67	0,67	0,1	0	0,5	1,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,17	4,17	0,1	0,1	0,2	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,1	0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,5
ДРОЖЖИ	0,45	0,45	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,29	0,29	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,58	9,58	0	0	0	0,0
			6,6	5,9	24,4	160,2
Ужин						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	130		2,7	5,6	16,2	115,2
КАРТОФЕЛЬ	80	48	1	0,2	7,6	33,6
СВЕКЛА	60	48	0,7	0	4,1	16,8
МОРКОВЬ	40	30	0,4	0	2	8,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	25,2	0,4	0,1	2	9,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,9	5,9	0	5,3	0	43,6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,02	5,6	1,6	0,3	48,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ	25			0,3	12,1	58,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			8,3	10,8	42,0	286,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,8	51,7	184,3	1 333,5

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	150		4,0	3,8	12,1	93,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10,6	10,49	1,4	0,1	5,8	29,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	35		0,1	3,7	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	8	1,5	1,8	0	26,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,2	1,9	7,8	52,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,2
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2	1,9	3,3	35,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	96	96	0	0	0	0,0
			6,3	9,4	40,1	244,1
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150		5,0	3,2	23,3	133,9
КАРТОФЕЛЬ	138,46	90	1,7	0,4	14,3	63,0
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	15	14,93	2,9	0,1	7	39,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,7	0	22,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50		20,4	12,7	8,8	258,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	130	101,4	20,1	11,2	0	204,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,3	13,3	0,3	0,3	0,6	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3	0	1	0	8,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	17	17	0	0,2	8,2	39,5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110		3,5	4,2	14,9	94,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200	160	2,8	0,2	7,3	31,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4	0	32,5
МОРКОВЬ	25	18,75	0,2	0	1,3	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23	19,32	0,3	0	1,6	7,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	6,1
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	11,7

ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	2,5	0,2	16,5	77,2
--	----	-----	-----	------	------

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			31,4	20,3	71,3	592,8

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170		4,3	4,2	7,1	76,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,3	4,2	7,1	76,0
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50		2,3	1,7	17,3	84,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,9	21,9	1,7	0,2	14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,67	0,67	0,1	0	0,5	1,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,17	4,17	0,1	0,1	0,2	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,1	0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,5
ДРОЖЖИ	0,45	0,45	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,29	0,29	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,58	9,58	0	0	0	0,0
			6,6	5,9	24,4	160,2

Ужин

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130		16,6	14,2	22,6	304,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,3	1,3	2,1	22,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0	4,3	0	37,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,3	0	2,7	11,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	68,4	68,4	10,5	3,3	2	102,3
КРУПА РИСОВАЯ	16,7	16,5	1,2	0,1	11,8	48,6
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0	0	2,5	9,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,54 шт.	21,7	3,1	0,9	0,2	26,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	2,9	0	25,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	25		0,4	1,2	2,1	19,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	0,3	0,5	5,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	7,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			17,5	15,7	38,1	373,8

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	62,3	51,4	183,7	1 410,7
-----------------------	-------------	-------------	--------------	----------------

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	150		3,3	3,8	13,9	95,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	10,6	10,49	0,7	0,1	7,6	30,8
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		0,1	2,0	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	35,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30	0	0,4	14,6	69,7
КАКАО С МОЛОКОМ	170		2,8	2,7	9,4	67,3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	17,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	104,27	104,27	2,6	2,5	4,4	46,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,67	73,67	0	0	0	0,0
			6,2	8,5	43,5	260,6
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8
Обед						
СУП ШАХТЕРСКИЙ	150		7,1	6,0	16,2	162,4
СВИНИНА МЯСНАЯ	23,1	20,79	3,9	2,7	0	54,1
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	4,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,7	0,1	5,7	25,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,85	1,9	0,1	8,2	41,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,25	2,25	0	1,7	0	15,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МАКАРОННИК С МЯСОМ	130		20,4	15,1	20,2	346,4
СВИНИНА МЯСНАЯ	85	76,5	14,4	9,9	0	199,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,25	3,25	0	2,5	0	22,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	28	28	3	0,2	19,1	81,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,18	11,92	0,2	0	1	4,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,17	2,17	0	1,6	0	14,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,01	2,8	0,9	0,1	24,1
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	30		0,5	2,1	2,2	30,4
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,5	2,1	2,2	30,4
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			30,5	23,4	62,9	644,8

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170		4,3	4,2	7,1	76,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,3	4,2	7,1	76,0
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50		2,3	1,3	17,3	80,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,9	21,9	1,7	0,2	14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,67	0,67	0,1	0	0,5	1,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,17	4,17	0,1	0,1	0,2	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,1	0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,5
ДРОЖЖИ	0,45	0,45	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,29	0,29	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,58	9,58	0	0	0	0,0
			6,6	5,5	24,4	156,8

Ужин

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60		15,1	10,9	5,8	168,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,8	0,8	1,3	13,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5	0	4,3	0	37,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,5	6,5	0,5	0,1	4,4	17,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	150	75	12,3	0,7	0	51,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,01	1,5	0,4	0,1	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,6	0	37,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110		2,1	2,0	17,7	91,6
КАРТОФЕЛЬ	159,2	111,4	2,1	0,4	17,7	77,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35			0,5	17,0	81,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	35	35	0	0,5	17	81,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			17,7	13,7	53,9	392,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,5	51,2	194,5	1 494,3

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ "ГЕРКУЛЕС"	150		4,3	4,2	15,3	111,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,7	0,5	9	47,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	35		0,1	3,7	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	8	1,5	1,8	0	26,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,3	2,0	8,1	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,2
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,1	2	3,6	38,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
			6,7	9,9	43,6	264,4
II Завтрак						

СОК ФРУКТОВЫЙ		100	0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150	11,1	8,0	11,9	119,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	49	44,1	8,2	5,7	0	114,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,88	1,88	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1,2	0,3	0,1	9,6
КАРТОФЕЛЬ	85,72	60	1,2	0,2	9,5	42,0
МОРКОВЬ	20	15	0,2	0	1	4,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,8	0	14,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ		60	13,1	1,0	12,3	113,7
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	160	80	13,1	0,7	0	54,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,4	2,9	0	0	0,2	1,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,2	2,4	15,5	86,9
КАРТОФЕЛЬ	134,36	94,05	1,8	0,4	14,8	65,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,4	0,4	0,7	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		30	0,7	1,1	2,8	21,3
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	8,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	11,5	7,5	0,2	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,1	0	8,8
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ		40	2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			29,6	12,7	66,8	446,6

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		170	4,3	4,2	7,1	76,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,3	4,2	7,1	76,0
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		50	2,3	1,7	17,3	84,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,9	21,9	1,7	0,2	14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,67	0,67	0,1	0	0,5	1,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,17	4,17	0,1	0,1	0,2	1,8

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,1	0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,5
ДРОЖЖИ	0,45	0,45	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,29	0,29	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,58	9,58	0	0	0	0,0
			6,6	5,9	24,4	160,2
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		13,9	17,0	2,1	234,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,29 шт.	91,8	13	3,8	0,6	110,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	32	32	0,8	0,8	1,4	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,7	0	40,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	7,7	0,1	68,2
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30		0,9	2,3	2,3	29,8
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	39,9	27,9	0,9	0,1	1,7	9,3
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,2	0	18,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35			0,5	17,0	81,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	35	35	0	0,5	17	81,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			15,3	20,1	34,8	395,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,7	48,7	179,4	1 306,7

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры , г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		3,1	2,9	11,9	78,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	1,9	1,8	3,1	33,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63	63	0	0	0	0,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	11	11	1,2	0,1	7,6	32,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,1
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		0,1	2,0	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	35,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30	0	0,4	14,6	69,7
КАКАО С МОЛОКОМ	170		3,0	2,9	9,6	69,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	2,8	2,7	4,6	49,2
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			6,2	7,8	41,7	246,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8

Обед

ЩИ СО СМЕТАНОЙ	150		2,8	7,2	14,5	127,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	9,5
МОРКОВЬ	30	22,5	0,3	0	1,6	6,7
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,2	0,2	9,5	42,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,89	2,89	0	2,2	0	19,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,2	15,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,6	0	29,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50		11,1	8,8	1,6	168,3
СВИНИНА МЯСНАЯ	64	57,6	10,8	7,5	0	150,1
МОРКОВЬ	10,8	8,3	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,3	0	11,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110		5,3	2,5	22,5	133,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	41	40,59	5,3	0,2	22,5	113,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,3	0	20,5
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30		0,3	2,0	1,2	22,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	26,7	26,7	0,2	0	0,5	2,8

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2	0	17,0
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			22,0	20,7	64,1	557,7
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		170	4,3	4,2	7,1	76,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,3	4,2	7,1	76,0
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ		50	2,3	1,7	17,3	84,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,9	21,9	1,7	0,2	14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,67	0,67	0,1	0	0,5	1,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,6
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,17	4,17	0,1	0,1	0,2	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,1	0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,5
ДРОЖЖИ	0,45	0,45	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,29	0,29	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,58	9,58	0	0	0	0,0
			6,6	5,9	24,4	160,2
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		130	15,9	10,6	20,6	258,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90	90	13,8	4,4	2,6	134,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,5	0,1	12,2	49,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,4	0,6	0,2	0	5,3
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	21,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,5	6,5	0	5,9	0	48,0
СОУС СМЕТАННЫЙ		25	0,4	1,4	1,6	22,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	5,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,7	18,7	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
ВАФЛИ		30	0,9	0,4	23,2	94,3
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,9	0,4	23,2	94,3
			17,7	12,7	58,8	426,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,0	47,2	198,8	1 430,2

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	150		3,3	3,8	13,9	95,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	10,6	10,49	0,7	0,1	7,6	30,8
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	35		0,1	3,7	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	8	1,5	1,8	0	26,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,3	2,0	8,1	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,2
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,1	2	3,6	38,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
			5,7	9,5	42,2	247,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8
Обед						
РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	150		6,0	5,4	13,9	142,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	9,9	0,9	0	6,4	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,2	7,2	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,3
КАРТОФЕЛЬ	42,86	30	0,6	0,1	4,8	21,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4
СВИНИНА МЯСНАЯ	23,1	20,79	3,9	2,7	0	54,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,04	2,55	0	0	0,2	1,0
МОРКОВЬ	10	7,5	0,1	0	0,5	2,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,75	0,75	0	0	0	0,0

ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	50		7,2	7,7	12,1	180,4
СВИНИНА МЯСНАЯ	42,6	38,3	7,2	4,9	0	99,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,7	11,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,5	0	22,5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110		2,4	2,0	14,9	81,6
КАРТОФЕЛЬ	110,9	77,7	1,6	0,3	12,3	54,3

МОРКОВЬ	35	26,25	0,3	0	1,7	7,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,9	20,9	0,5	0,5	0,9	9,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30		1,2	2,0	6,2	44,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8,3	8,3	0,4	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2	0	17,0
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,7
СВЕКЛА	50	40	0,6	0	3,4	14,0
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			19,3	17,3	71,4	553,9

Полдник

КЕФИР	170		4,9	4,3	6,8	86,9
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	170	4,9	4,3	6,8	86,9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	30		2,1	0,6	21,6	109,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,1	0,6	21,6	109,0
			7,0	4,9	28,4	195,9

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60		15,5	2,9	6,1	112,8
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	165	82,5	13,5	0,7	0	56,2
МОРКОВЬ	15,5	12	0,2	0	0,8	3,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	10	10	0	0,1	4,9	23,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12	1,7	0,5	0,1	14,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РАГУ ОВОЩНОЕ	110		2,2	3,9	12,7	86,0
КАРТОФЕЛЬ	76	45,6	0,9	0,2	7,2	31,9
МОРКОВЬ	45	33,75	0,4	0	2,2	10,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	25,2	0,4	0,1	2	9,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35	28	0,5	0	1,3	5,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,6	0	29,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0

БАТОН НАРЕЗНОЙ		35		0,5	17,0	81,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	35	35	0	0,5	17	81,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			18,2	7,6	49,2	330,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,7	39,4	201,0	1 368,2

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ		150	4,0	3,8	12,1	93,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10,6	10,49	1,4	0,1	5,8	29,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	0,1	2,0	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	35,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30	0	0,4	14,6	69,7
КАКАО С МОЛОКОМ		170	2,8	2,7	9,4	67,3
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	17,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	104,27	104,27	2,6	2,5	4,4	46,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,67	73,67	0	0	0	0,0
			6,9	8,5	41,7	259,0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100	0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	150		3,3	3,6	23,3	130,9
КАРТОФЕЛЬ	120	72	1,4	0,3	11,3	50,3
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,1	10,2	46,9
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,2	0	25,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ	50		22,0	18,0	5,6	103,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,1	34,1	0,9	0,9	1,5	15,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,6	0	40,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,9	5,9	0,5	0	4	16,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,8	6,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	125	97,5	19,3	10,7	0	196,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,1	1,3	0,4	0,1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,4	0	12,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110		3,9	2,3	24,6	123,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	36	36	3,9	0,3	24,6	105,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,2	32,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2	0	18,4
ИКРА МОРКОВНАЯ	30		1,1	2,0	5,3	41,5
МОРКОВЬ	50	37,5	0,5	0	2,5	11,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8,3	8,3	0,4	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2	0	17,0
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0	0	0,2	0,7
СОУС ТОМАТНЫЙ	20		0,4	2,0	1,4	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8	0	0,7	0	5,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,2
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4	0	0	0	0,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,5
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			33,2	28,1	84,5	529,4

Полдник						
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150				22,2	77,4
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	20	20	0	0	15,4	52,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	24,8
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50		2,3	1,3	17,8	82,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,9	21,9	1,7	0,2	14,8	60,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,67	0,67	0,1	0	0,5	1,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,3
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	6,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,17	4,17	0,1	0,1	0,2	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,1	0	1,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,5
ДРОЖЖИ	0,45	0,45	0	0	0	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,29	0,29	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,58	9,58	0	0	0	0,0
			2,3	1,3	40,0	159,9
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		9,3	12,6	1,9	168,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,03	8,5	2,5	0,4	72,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	32	32	0,8	0,8	1,4	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,1	0	27,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,2	0,1	54,5
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30		0,9	1,5	1,8	20,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	43,8	28,5	0,9	0,1	1,8	9,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,4	0	11,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35			0,5	17,0	81,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	35	35	0	0,5	17	81,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			10,7	14,9	34,1	321,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,6	52,9	210,1	1 309,1

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ "ГЕРКУЛЕС"	150		4,3	4,2	15,3	111,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15	1,7	0,5	9	47,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	35		0,1	3,7	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	8	8	1,5	1,8	0	26,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	25	25	0	0,3	12,1	58,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170		2,3	2,0	8,1	54,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,2
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,1	2	3,6	38,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
			6,7	9,9	43,6	264,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150		2,1	2,9	14,7	86,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,6	0	3,4	14,6
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,2	0,2	9,5	42,0
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	4,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,7	0	22,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130		14,3	9,9	20,6	173,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	23,8
СВИНИНА МЯСНАЯ	59	53,1	9,9	6,9	0	138,3
КРУПА РИСОВАЯ	18,6	18,42	1,3	0,1	13,2	54,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	25,2	0,4	0,1	2	9,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,25	3,25	0	2,5	0	22,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,4	0,6	0,2	0	5,3
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	30		0,4	1,4	3,0	24,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,6

КАРТОФЕЛЬ	17,1	12	0,2	0	1,9	8,4
МОРКОВЬ	15	11,25	0,1	0	0,8	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,4	0	11,1
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			19,3	14,4	62,6	389,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170		4,3	4,2	7,1	76,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,3	4,2	7,1	76,0
ВАФЛИ	30		0,9	0,4	23,2	94,3
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,9	0,4	23,2	94,3
			5,2	4,6	30,3	170,3
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130		14,9	8,5	13,8	217,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	85	85	13	4,2	2,5	127,2
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	17,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	6,8	1	0,3	0	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,5	0	22,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9	9	0,7	0,1	6,1	24,8
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	25		0,4	1,2	2,2	19,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	0,3	0,5	5,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	7,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,5	12,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	3,9
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			15,8	10,0	29,4	287,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,5	39,0	175,7	1 152,3

МБДОУ
№15

Утверждаю

Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	150		3,8	3,8	13,5	97,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,2
ПШЕНО	10,6	10,49	1,2	0,1	7,2	33,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	105	105	2,6	2,5	4,4	46,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35		0,1	2,0	20,2	98,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	35,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	30	30	0	0,4	14,6	69,7
КАКАО С МОЛОКОМ	170		3,0	2,9	9,6	69,8
КАКАО-ПОРОШОК	1	1	0,2	0,2	0,1	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	17,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	2,8	2,7	4,6	49,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
			6,9	8,7	43,3	265,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
ВАФЛИ	30		0,9	0,4	23,2	94,3
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,9	0,4	23,2	94,3
			1,4	0,5	33,0	134,1
Обед						
БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150		9,3	8,3	15,6	193,0
СВИНИНА МЯСНАЯ	40	36	6,7	4,7	0	93,8
СВЕКЛА	40	32	0,5	0	2,7	11,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,0
МОРКОВЬ	25	18,75	0,2	0	1,3	5,5
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,2	0,2	9,5	42,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,25	2,25	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,7	0	22,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,8	4,8	0,1	0,7	0,1	9,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60		13,6	3,9	10,5	88,9
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	156	78	12,8	0,7	0	53,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	0,5	0,8	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,1	0	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,3	0	20,5

НЕСОЛЕННОЕ						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	20	20	0	0,3	9,7	46,5
РИС ОТВАРНОЙ	110		2,7	1,8	29,1	133,2
КРУПА РИСОВАЯ	41	40,59	2,7	0,2	29,1	119,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	13,7

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	30		0,9	2,1	3,7	34,4
СВЕКЛА	40	32	0,5	0	2,7	11,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13	13	0,1	0	0,2	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	1,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,1	0	17,8
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40		2,5	0,2	16,5	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,5	0,2	16,5	77,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150				7,8	28,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	28,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,36	152,36	0	0	0	0,0
			29,0	16,3	83,2	555,1

Полдник

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150		3,8	3,7	6,3	67,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	3,8	3,7	6,3	67,1
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50		2,3	4,1	19,6	113,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,6	0,2	13,6	55,1
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	22,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,1	4,1	0	3,2	0	27,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,6	0,5	0,2	0	4,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,5
			6,1	7,8	25,9	181,0

Ужин

ДРАЧЕНА	130		10,1	12,3	7,2	192,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,03	8,5	2,5	0,4	72,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30,6	30,6	0,8	0,8	1,3	13,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,6	7,6	0,6	0,1	5,1	21,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,2	10,2	0,2	1,5	0,3	19,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,3	0	20,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,1	0,1	45,7
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	30		0,5	2,1	2,2	30,4
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	31,6	30	0,5	2,1	2,2	30,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ	35			0,5	17,0	81,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	35	35	0	0,5	17	81,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		4,1	15,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2

САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	14,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,3	9,3	35,2
ЯБЛОКИ	107,9	95	0,4	0,3	9,3	35,2
			11,1	15,2	39,8	355,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,5	48,5	225,2	1 490,8

МБДОУ
№15

Утверждаю
Заведующий
С.Г. Красникова

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	180		5,1	4,6	19,5	132,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,4	0	12,2
ПШЕНО	18	17,82	1,9	0,2	12,1	56,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,2	3	5,2	55,9
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	50		2,2	5,5	17,0	141,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,3	0	20,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	12	12	2,2	2,7	0	39,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	35	35	0	0,5	17	81,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,4	2,2	8,7	58,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	4,9
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,6	13,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,2	2,2	3,8	40,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			9,7	12,3	45,2	332,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	9,8	39,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	39,8
			0,5	0,1	9,8	39,8
Обед						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180		2,8	3,2	20,1	109,7

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	8,0
КАРТОФЕЛЬ	55	33	0,7	0,1	5,2	23,1
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	43,7
МОРКОВЬ	23	17,25	0,2	0	1,2	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,12	0,2	0	1,2	5,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0	3	0	24,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	19,1	15,2	20,0	346,5
СВИНИНА МЯСНАЯ	98	88,2	16,5	11,3	0	229,8
КАРТОФЕЛЬ	190	114	2,2	0,5	18	79,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25	21	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,4	0	27,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,5	2,3	3,0	34,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	73,1	47,5	1,5	0,1	3	15,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,2	0	18,4
ХЛЕБ ЦЕЛЕБНЫЙ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ		50	3,2	0,2	20,6	96,5