

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11
МАДОУ детский сад № 11**

Юридический адрес: 620144, Екатеринбург, ул. Сурикова, 53-б; Фактический адрес: 620144, Екатеринбург,
ул. Сурикова, 53-б; 620144, Екатеринбург, ул. Союзная, 25; ОГРН 1106674022289;
ИНН/КПП 6674368962/ 667901001; 8(343)300-1-999; сайт: 11.tvoyasadik.ru



Утверждено
Заведующим МАДОУ детский сад № 11
Бессонова О.Е.

приказ № 100-О от 30.08.2024г.

Меню приготавливаемых блюд
для детей 1-3 лет

1 неделя 1 день (понедельник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043	187	5	7	21	180
Батон	7.189-4	95	3	1	21	40
Кофейный напиток на молоке	7.13/10/1	112	2	2	18	150
Итого:		447	10	11	74	370
Второй завтрак						
Фрукт *		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом	7.32/1/6	80	1	4	9	30
Суп-лапша на курином бульоне	7.20/2	89	2	3	12	150
Бигус с мясом куры	7.350/2	393	23	25	11	180
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.048	35	1	0	8	10
Итого:		727	29	32	69	550
Полдник						
Снежок	7.082-2	203	5	5	34	150
Пудинг из творога	7.17/5/2	368	14	20	24	120
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		656	21	27	75	300
Всего:		1860	62	75	216	1320

1 неделя 2 день (вторник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	150
Итого:		404	17	19	38	350
Второй завтрак						
Фрукт*		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100
Обед						
Салат из помидоров	7.288/2	6	0	0	2	30
Борщ вегетарианский со сметаной	7.н136-2	84	2	4	9	150
Биточки рыбные (горбуша)	7.355	134	12	3	7	60
Картофельное пюре с морковью	7.4/3	137	3	5	20	120
Компот из сухофруктов	7.115/1	77	0	0	19	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		527	20	12	76	555
Полдник						
Ряженка	7.023-7	127	4	9	6	150
Каша вязкая из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом	7.026/2	122	3	4	16	130
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	20
Итого:		283	9	14	30	300
Всего:		1277	47	45	160	1305

1 неделя 3 день(среда)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Какао с молоком	7.14/10/1	142	8	5	14	150
Каша пшенично-кукурузная молочная с маслом	7.19/4	201	5	7	26	150
Джем	7.185	54	0	0	14	20
Батон	7.189-9	83	3	1	19	35
Итого:		479	16	13	73	355

Второй завтрак						
Печенье	7.298	34	1	1	24	25
Сок фруктовый	7.031/2/1	46	0	0	10	100
Итого:		46	0	0	10	125
Обед						
Огурец свежий порционный	7.014-4	35	1	3	3	30
Суп крестьянский	7.274/7	114	6	6	7	150
Котлета из свинины	7.н163	107	12	5	1	60
Рагу из овощей	7.180-3/1	193	4	5	29	120
Компот из яблок	7.197	71	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		621	26	20	80	560
Полдник						
Макароны с сыром	7.43-2/3/2	202	6	3	28	130
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		260	10	7	35	300
Всего:		1452	53	40	207	1345

1 неделя 4 день (четверг)

Блюдо	№ рецепту ры	Энергети- ческая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом.	7.174	183	6	7	21	180
Батон с маслом	7.175/1	83	3	1	19	54
Чай с сахаром	7.354/2	97	3	3	14	150
Итого:		383	12	12	53	384
Второй завтрак						
Фрукт*		28	1	0	6	100
Итого:		28	1	0	6	100
Обед						
Салат из моркови с растительным маслом	7.10/1	26	0	2	2	30
Суп щи вегетарианские со сметаной	7.145	127	5	6	11	150
Бефстроганов из говядины	7.7/8/1	187	12	12	4	60
Каша перловая	7.142/1	135	3	5	18	120
Компот из ягод замороженных	7.493/1	75	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20

Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		651	25	25	74	560
Полдник						
Суфле творожное	7.19/6	363	14	22	16	130
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Йогурт питьевой	7.270/1/8	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		497	17	24	44	315
Всего:		1559	55	61	177	1359

1 неделя 5 день (пятница)

Блюдо	№ рецепту ры	Энергети- ческая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	7.162	187	5	7	23	150
Батон	7.189-9	140	3	6	21	40
Сок фруктовый	2021/21	69	1	0	15	180
Итого:		396	8	13	60	370
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		48	0	0	10	100
Обед						
Салат из капусты и моркови с растительным маслом*	7.001	44	1	3	4	30
Суп уха	7.274/7	111	7	2	11	150
Котлета из мяса индейки	7.н114/1	127	12	11	4	60
Пюре картофельное	7.3/3	219	5	6	35	120
Компот из сухофруктов	7.115/3	72	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		674	28	23	94	560
Полдник						
Салат из свёклы с растит.маслом	7.20/1	67	2	3	8	50
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Сдоба обыкновенная	7.8/12/1	283	7	5	45	70
Итого:		388	9	8	63	370
Всего:		1546	46	39	227	1400

2 неделя 6 день (понедельник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043/1	179	5	8	19
Батон	7.189-4	83	3	1	19
Масло сливочное	7.01/3	38	0	4	0
Кофейный напиток с молоком	7.13/10/1	112	2	2	18
Итого:		412	10	16	56
Второй завтрак					
Фрукт*		40	0	0	10
Итого:		40	0	0	10
Обед					
Салат капустный с морковью	7.001	44	1	3	4
Суп из овощей с зел. горошком и мясом куры со сметаной и цвет. капустой	7.170	98	5	4	10
Гуляш из мяса куры.	7.н190-4с	141	20	4	3
Макаронные изделия отварные с овощами.	7.н151	193	4	5	29
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10
Итого:		615	33	13	84
Полдник					
Пудинг из творога с морковью	7.18/5/2	300	12	16	20
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9
Снежок	7.082-2	170	5	5	29
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10
Итого:		566	19	22	67
Всего:		1687	66	55	220

2 неделя 7 день (вторник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043/1	179	5	8	19
Батон	7.189-4	83	3	1	19
Масло сливочное	7.01/3	38	0	4	0
Кофейный напиток с молоком	7.13/10/1	112	2	2	18
Итого:		412	10	16	56

Второй завтрак					
Фрукт*		40	0	0	10
Итого:		40	0	0	10
Обед					
Салат капустный с морковью	7.001	44	1	3	4
Суп из овощей с зел. горошком и мясом кури со сметаной и цвет. капустой	7.170	98	5	4	10
Гуляш из мяса кури.	7.н190-4с	141	20	4	3
Макаронные изделия отварные с овощами.	7.н151	193	4	5	29
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10
Итого:		615	33	13	84
Полдник					
Пудинг из творога с морковью	7.18/5/2	300	12	16	20
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9
Снежок	7.082-2	170	5	5	29
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10
Итого:		566	19	22	67
Всего:		1687	66	55	220

2 неделя 8 день (среда)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4
Сыр	7.435/2	33	2	2	0
Батон	7.189-5	95	3	1	21
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13
Итого:		405	17	19	38
Второй завтрак					
Фрукт*		63	1	0	15
Итого:		63	1	0	15
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	7.27/1	84	1	4	10
Свекольник с мясом и со сметаной.	7.258	142	6	6	14
Тушеная капуста	7.8/3/4	319	18	18	16
Котлета из свинины	7.н163/2	189	13	12	3
Компот из сухофруктов	7.115/1	95	0	0	22

Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8
Итого:		729	28	28	82
Полдник					
Ряженка	7.023-7	143	5	10	7
Каша манная молочная со сливочным маслом .	7.н066-5	128	4	5	16
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8
Итого:		306	10	15	31
Всего:		1550	57	62	176

2 неделя 9 день (четверг)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом	7.037	201	5	7	26
Батон с маслом и сыром	7.035/3	116	2	6	16
Какао с молоком	2021/36/1	104	3	3	14
Итого:		420	10	16	57
Второй завтрак					
Сок фруктовый		43	0	0	9
Печенье		23			10
Итого:		66	0	0	19
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	7.065	26	0	2	2
Щи вегетарианские со сметаной	7.145	77	2	4	8
Тефтели рыбные (треска)	7.149с-10	127	9	6	5
Рис припущенный с овощами.	7.149/1	217	4	7	32
Компот из яблок	7.197	72	0	0	17
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8
Итого:		609	19	20	84
Полдник					
Суп молочный	7.21/2/3	106	4	4	14
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8
Итого:		551	15	16	74
Всего:		1622	44	52	224

2 неделя 10 день (пятница)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	7.н080-1	215	6	8	28
Батон	2021/189/4	71	2	1	16
Чай с сахаром	7.354/2	97	3	3	14
Итого:		421	12	16	58
Второй завтрак					
Фрукт		28	1	0	6
Итого:		28	1	0	6
Обед					
Салат из помидоров	7.288/2	35	1	3	3
Суп фасолевый	7.32/2/2	108	2	5	13
Зразы из говядины с яйцом	7.108	130	12	2	0
Пюре картофельное	7.64с	413	20	23	22
Компот «Валетек»	7.343/1	97	0	0	23
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8
Итого:		743	26	31	81
Полдник					
Салат из отварной свеклы с морской капустой и растительным маслом	7.22/1/1	61	1	4	4
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9
Плюшка с маком	7.118р/1	289	7	7	43
Итого:		387	7	12	56
Всего:		1580	45	59	200

3 неделя 11 день (понедельник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак					
Каша ячневая на молоке со сливочным маслом	7.043	187	5	7	21
Батон с маслом	7.035	132	3	5	21
Кофейный напиток на молоке	7.13/10/1	112	2	2	18
Итого:		431	10	15	60

Второй завтрак					
Фрукт*		40	0	0	10
Итого:		86	1	0	20
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	7.20/1	70	1	4	6
Суп -лапша на курином бульоне	7.20/2	61	1	3	7
Плов из филе индейки	7.162с/6	365	28	11	33
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13
Хлеб пшеничный	7.049	46	2	0	10
Итого:		673	34	19	87
Полдник					
Йогурт питьевой	7.270/1/8	143	5	10	7
Запеканка из творога с морковью	7.13/5/2	346	14	25	17
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8
Итого:		574	21	36	41
Всего:		1765	66	71	208

3 неделя 12 день (вторник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	150
Итого:		404	17	19	38	350
Второй завтрак						
Фрукт*		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100

Обед						
Огурец свежий порционный	7.014-4	18	0	0	0	30
Борщ вегетарианский со сметаной.	7.н136-1	79	2	3	12	150
Рыба порционная (филе минтая)	7.6/7/2	111	11	4	4	60
Рагу из овощей	7.180-3	168	4	7	21	120
Компот из сухофруктов	7.115/1	75	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.049	46	2	0	10	20
Итого:		552	22	14	79	510
Полдник						
Ряженка	7.023-7	203	5	5	34	150
Каша пшенично-кукурузная молочная с маслом сливочным	7.19/4/2	136	3	5	17	130
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		374	10	10	58	300
Всего:		1320	48	41	183	1325

3 неделя 13 день (среда)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	7.н123-с	199	6	8	24	150
Батон	7.189-9	116	2	6	16	54
Джем	7.185	120	0	0	24	20
Какао с молоком	7.14/10/1	104	3	3	14	150
Итого:		418	11	17	54	364
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		89	1	0	19	100
Обед						
Салат из	7.27/1	84	1	4	10	30

отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом						
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	7.165-1	96	2	3	14	150
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики".	7.н104/1	183	12	11	5	60
Капуста тушеная.	7.8/3/4	109	3	5	14	120
Компот из яблок	7.197	72	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		646	21	23	83	560
Полдник						
Снежок	7.082-2	142	5	10	7	150
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Запеканка творожная	7.н039-3	319	15	20	11	130
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		547	23	31	35	310
Всего:		1708	56	72	192	1359

3 неделя 14 день (четверг)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Йогурт питьевой	7.270/1/8	158	9	6	16	150
Каша манная молочная с маслом	7.н066	200	6	8	23	160
Батон	7.189-5	83	3	1	19	40
Итого:		440	18	15	57	360
Второй завтрак						
Фрукт*		28	1	0	6	100
Итого:		28	1	0	6	100
Обед						
Салат из помидоров	7.288/2	35	1	3	3	30

Щи с мясом со сметаной.	7.н137	114	6	6	7	150
Котлета из свинины	7.н163	188	13	12	4	60
Пюре картофельное	7.64с	193	4	5	29	120
Компот из ягод замороженных	7.493/1	107	0	0	24	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		738	27	26	90	560
Полдник						
Макароны с сыром	7.43-2/3/2	93	7	4	5	130
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	20
Итого:		270	10	7	37	300
Всего:		1485	55	49	194	1350

3 неделя 15 день (пятница)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом.	7.н119с-1	183	6	7	21	180
Батон с маслом	7.035/3	132	3	5	21	36
Чай с сахаром	7.354/2	97	3	3	14	150
Итого:		413	11	15	56	365
Второй завтрак						
Сок фруктовый	7.031/1	46	1	0	10	100
Мармелад	7.120	74	0	0	19	25
Итого:		120	1	0	29	125
Обед						
Салат из капусты и моркови	7.001	5	0	0	1	30

Суп рыбный (консервы)	7.н161	95	7	3	9	150
Гуляш из индейки	7.н190-4с	132	11	6	4	60
Каша гречневая рассыпчатая	7.н076/1	189	5	5	33	120
Компот из сухофруктов.	7.115/1	75	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		597	28	14	86	560
Полдник						
Салат Винегрет	7.29/1	84	1	5	7	50
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Ватрушка со сметаной	7.6/12/1	344	8	12	42	70
Итого:		466	9	18	58	300
Всего:		1596	49	47	229	1634

4 неделя 16 день (понедельник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная на молоке со слив. маслом	7.н124с-3	209	6	8	24	150
Батон с маслом	7.035	132	3	5	21	55
Кофейный напиток на молоке	7.13/10/1	112	2	2	18	150
Итого:		453	11	16	63	355
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		43	0	0	9	100
Обед						

Салат из моркови с растительным маслом *	7.10/1	62	1	4	7	30
Суп крестьянский со сметаной	7.264	97	2	3	12	150
Суфле из филе кур паровое	7.8/9	169	12	9	3	60
Капуста тушеная.	7.8/3/4	109	3	5	14	120
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	35	2	0	8	20
Итого:		603	22	23	74	560
Полдник						
Ряженка	7.023-7	143	5	10	7	150
Запеканка из творога с рисом	7.14/5/2	344	15	22	22	130
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Хлеб пшеничный	2021/049	35	1	0	8	15
Итого:		572	22	34	45	330
Всего:		1668	56	73	191	1340

4 неделя 17 день (вторник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	150
Итого:		404	17	19	38	350
Второй завтрак						
Сок фруктовый	7.031/2/1	46	1	0	10	100
Печенье	7.308	106	1	1	24	30
Итого:		152	1	1	34	130
Обед						
Салат из огурцов	7.065	35	1	3	3	30
Щи с мясом и со сметаной	7.н137	97	2	4	12	150

Тефтели из горбуши	7.9/7/1	330	17	16	23	60
Рис с овощами	7.179/1	310	15	20	9	120
Компот из сухофруктов	7.115/1	75	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		639	23	24	77	565
Полдник						
Суп молочный с лапшой	7.21/2/3	80	2	3	9	180
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.049	24	5	7	35	15
Итого:		360	8	10	53	345
Всего:		1555	49	53	203	1390

4 неделя 18 день (среда)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043/1	166	4	6	20	160
Батон с маслом	7.035	95	3	1	21	45
Какао с молоком	2021/36/1	104	3	3	14	150
Итого:		402	10	14	56	355
Второй завтрак						
Фрукт*		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100
Обед						
Салат из помидоров с растительным маслом	7.288/2	26	0	2	2	30
Суп гороховый со сметаной	7.н086-7	146	5	7	13	150
Азу с мясом говядины	7.152/4	134	12	3	7	180
Компот из яблок	7.197	71	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		696	25	20	94	560
Полдник						
Йогурт питьевой	7.270/1/8	142	8	5	14	150
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Запеканка творожная	7.н039-3	319	15	20	11	130

Хлеб пшеничный	2021/049	35	1	0	8	15
Итого:		546	26	26	42	310
Всего:		1706	62	61	207	1325

4 неделя 19 день (четверг)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Снежок	7.082-2	203	5	5	34	150
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	7.н119с	196	5	7	23	150
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Итого:		495	14	14	78	350
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		89	1	0	19	100
Обед						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	7.32/1/6	80	1	4	9	30
Суп овощной с цв.капустой и курой	7.145	114	2	4	8	150
Бифштекс рубленый паровой	7.13/8/1	254	19	17	0	60
Свекла, тушенная со сметаной .	7.н113/1	126	3	6	18	120
Компот из ягод замороженных	7.493/1	80	0	0	19	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Итого:		743	32	33	73	560
Полдник						
Макаронные изделия отварные сыром	7.43-2/3/2	200	6	5	28	130
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Итого:		273	7	5	45	300
Всего:		1599	54	52	215	1346

4 неделя 20 день (пятница)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углевод ы	Выход блюда
Завтрак						

Каша молочная ассорти (геркулес-греча) с маслом сливочным	7.н027	213	5	6	29	150
Батон с маслом	7.035/3	116	2	6	16	46
Чай с сахаром	7.354/2	97	3	3	14	160
Итого:		426	11	15	58	365
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из помидоров и огурцов	7.333/3	24	1	1	3	30
Уха рыбацкая	7.30/2	111	7	2	11	150
Печень говяжья по-строгановски	7.249	107	12	5	1	60
Картофельное пюре	7.64с	145	3	4	22	120
Напиток «Валетек»	7.343/1	75	0	0	17	150
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	46	2	0	10	20
Итого:		544	26	12	74	560
Полдник						
Капуста тушеная	7.233	57	2	3	6	130
Чай с сахаром	7.10/10/1	38	0	0	9	150
Манник	7.103/4	288	7	7	43	70
Итого:		384	8	10	58	350
Всего:		1394	45	38	201	1375

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 651630489533221723568905051781519580762169777231

Владелец Бессонова Ольга Евгеньевна

Действителен с 12.07.2024 по 12.07.2025