

Утверждаю



Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./

МЕНЮ

2 день

Ясли 12 часов

| Сбор-ник реце-птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая цен-ность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 43 | * ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности) | 140/5 | 14,22 | 17,10 | 2,67 | 221,57 | 0,22 |
| 2010 | 100 | *КАКАО С САХАРОМ И МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,66 | 4,71 | 16,18 | 127,42 | 0,70 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 345 | 20,41 | 21,93 | 28,89 | 396,35 | 0,92 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 398 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник) | 100 | 0,16 | 0,07 | 7,61 | 32,34 | 26,00 |
| Итого | | | 100 | 0,16 | 0,07 | 7,61 | 32,34 | 26,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | * БОРЩ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ КУРЫ ОТВАРНЫМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории) | 160/15 | 4,00 | 6,03 | 8,34 | 108,50 | 5,26 |
| 2010 | 78 | * КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности) | 110 | 2,45 | 3,75 | 14,39 | 101,47 | 6,73 |
| 2008 | | * ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 20 | 0,16 | 0,02 | 0,49 | 2,77 | 1,98 |
| 2010 | 51 | * БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая) | 60 | 7,58 | 3,44 | 8,89 | 96,86 | 0,08 |
| 2010 | 91 | * КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сухофрукты (смесь)) | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 595 | 17,71 | 13,62 | 64,55 | 456,85 | 14,05 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 4,03 | 3,48 | 25,68 | 150,16 | 0,00 |
| 2012 | | * СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский) | 15 | 3,40 | 4,34 | 0,00 | 53,50 | 0,04 |
| 2010 | 105 | * БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ» (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, ванилин, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, творог 9,0% жирности) | 50 | 6,84 | 4,27 | 25,25 | 167,36 | 0,07 |
| 2010 | 102 | * МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 5,06 | 5,59 | 8,21 | 104,76 | 0,94 |
| Итого | | | 355 | 19,33 | 17,68 | 59,14 | 475,78 | 1,05 |
| Всего | | | | 57,61 | 53,30 | 160,19 | 1 361,32 | 42,02 |

Наташова

Утверждаю



Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./

МЕНЮ

3 день

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 32 | * КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое) | 140/5 | 4,41 | 7,52 | 23,27 | 178,87 | 0,38 |
| 2010 | 98 | * КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ И МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,17 | 4,16 | 17,88 | 126,62 | 0,70 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,98 | 0,16 | 13,05 | 61,57 | 0,00 |
| Итого | | | 351 | 10,56 | 11,84 | 54,20 | 367,06 | 1,08 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 9 | *СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист) | 160 | 1,56 | 2,24 | 12,23 | 75,57 | 6,11 |
| 2010 | 20 | * ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, говядина 1 категории) | 25 | 5,07 | 4,39 | 0,20 | 60,51 | 0,07 |
| 2010 | 82 | *КАПУСТА ТУШЁНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, лавровый лист, соль йодированная, томатная паста) | 110 | 2,41 | 3,36 | 11,25 | 86,10 | 21,27 |
| 2010 | 59 | *БИТОЧКИ(КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ (лук репчатый, чеснок, соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, говядина 1 категории) | 65 | 8,65 | 9,59 | 12,39 | 170,27 | 0,34 |
| 2010 | 90 | *КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 180 | 0,21 | 0,14 | 13,09 | 56,67 | 2,68 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 605 | 21,42 | 20,10 | 71,92 | 557,67 | 30,47 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 45 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, творог 9,0% жирности) | 105 | 18,18 | 12,12 | 21,89 | 272,80 | 0,18 |
| 2010 | 87 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 30 | 0,67 | 2,12 | 4,05 | 38,04 | 0,08 |
| 2010 | 93 | * КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД ПРОТЕРТЫХ (сахар песок, вода питьевая, крахмал картофельный, ягода протертая с сахаром) | 180 | 0,01 | 0,00 | 21,55 | 86,21 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 335 | 20,39 | 14,36 | 57,53 | 444,41 | 0,26 |
| Всего | | | | 52,86 | 46,40 | 194,51 | 1 418,61 | 34,77 |

Баташова

Утверждаю



Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./

МЕНЮ
4 день
Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 33 | * КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 140/5 | 3,37 | 7,33 | 18,24 | 153,06 | 0,40 |
| 2010 | 100 | *КАКАО С САХАРОМ И МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,71 | 4,74 | 16,19 | 127,90 | 0,70 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 345 | 9,61 | 12,19 | 44,47 | 328,32 | 1,10 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, горох лущеный) | 160 | 3,49 | 2,27 | 11,74 | 81,58 | 3,02 |
| 2010 | 17 | МЯСО ОТВАРНОЕ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная) | 15 | 4,37 | 3,72 | 0,24 | 51,93 | 0,10 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 6,32 | 4,85 | 28,55 | 182,85 | 0,00 |
| 2010 | 68 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ (масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, чеснок, *филе цыплят, томатная паста) | 60/60 | 17,28 | 32,37 | 7,10 | 396,71 | 2,78 |
| 2010 | 91 | * КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сухофрукты (смесь)) | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 635 | 34,98 | 43,59 | 80,07 | 880,32 | 5,90 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 24 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное) | 110 | 2,30 | 8,16 | 17,33 | 152,55 | 8,80 |
| 2010 | 51 | * БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая) | 60 | 7,52 | 4,28 | 8,45 | 102,48 | 0,08 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,08 | 0,00 | 9,84 | 39,66 | 0,02 |
| 2010 | 108 | * ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности, повидло) | 60 | 5,07 | 5,33 | 34,64 | 206,60 | 0,10 |
| Итого | | | 430 | 16,50 | 17,89 | 80,30 | 548,65 | 9,00 |
| Всего | | | | 61,58 | 73,77 | 215,70 | 1 786,76 | 18,96 |

Ватаева

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./



МЕНЮ

5 день

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 34 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 140/5 | 3,89 | 7,53 | 14,01 | 139,93 | 0,40 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,08 | 0,00 | 9,84 | 39,66 | 0,02 |
| 2012 | | * СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский) | 16 | 3,49 | 4,44 | 0,00 | 54,77 | 0,04 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 361 | 8,99 | 12,09 | 33,89 | 281,72 | 0,46 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 8 | *РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, сметана 15% жирности, крупа перловая, куры потрош. 1 категории) | 160/20/8 | 5,61 | 8,43 | 12,37 | 156,18 | 4,81 |
| 2010 | 64 | * «ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ (яйца куриные (шт.), крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, лавровый лист, говядина 1 категории, томатная паста) | 60/60 | 9,40 | 8,84 | 12,42 | 167,01 | 1,62 |
| 2010 | 3 | * ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 120 | 1,53 | 7,99 | 10,55 | 120,83 | 5,21 |
| 2012 | 398 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник) | 180 | 0,16 | 0,07 | 11,85 | 49,27 | 26,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 678 | 20,22 | 25,71 | 69,95 | 601,84 | 37,64 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 83 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУРЫ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, горошек зеленый консервы, томатная паста, *филе цыплят) | 110/15 | 4,87 | 8,31 | 13,62 | 149,83 | 9,89 |
| 2010 | 96 | *ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 180 | 0,18 | 0,01 | 10,16 | 43,24 | 1,76 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт) | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 8,83 | 11,38 | 56,14 | 365,53 | 11,65 |
| Всего | | | | 38,53 | 49,28 | 170,84 | 1 298,56 | 52,71 |

Баташова

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад №5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./



МЕНЮ

6 день

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 31 | *КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа манная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 140/5 | 3,56 | 6,57 | 15,96 | 137,30 | 0,41 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small> | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2010 | 96 | *ЧАЙ БЕЗ САХАРА <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small> | 180 | 0,07 | 0,00 | 0,14 | 0,80 | 0,01 |
| 2008 | | ВАФЛИ <small>(вафли)</small> | 30 | 0,84 | 0,99 | 23,19 | 106,20 | 0,00 |
| Итого | | | 375 | 6,00 | 7,68 | 49,33 | 291,66 | 0,42 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(сок яблочный ясли)</small> | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 9 | *СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)</small> | 160 | 1,50 | 1,91 | 11,78 | 70,45 | 5,87 |
| 2010 | 18 | РЫБА ОТВАРНАЯ <small>(морковь, лук репчатый, соль йодированная, *рыба хек филе)</small> | 15 | 2,91 | 0,38 | 0,19 | 15,79 | 0,11 |
| 2010 | 62 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ <small>(говяжья печень, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)</small> | 60 | 10,53 | 10,48 | 5,16 | 168,06 | 6,94 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 110 | 3,93 | 3,14 | 25,10 | 144,37 | 0,00 |
| 2010 | 90 | *КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимон)</small> | 180 | 0,20 | 0,14 | 13,11 | 56,69 | 2,62 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small> | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small> | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 575 | 22,59 | 16,43 | 78,10 | 563,91 | 15,54 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 57 | * ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, говядина 1 категории)</small> | 110/15 | 6,34 | 10,51 | 15,47 | 182,25 | 7,78 |
| 2010 | 97 | *ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)</small> | 180 | 2,60 | 2,79 | 13,92 | 91,88 | 0,48 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small> | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ЯБЛОКО <small>(яблоки)</small> | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,35 | 44,83 | 9,54 |
| Итого | | | 420 | 10,85 | 13,80 | 48,78 | 366,32 | 17,80 |
| Всего | | | | 39,93 | 38,01 | 187,07 | 1 271,36 | 36,72 |

Наташова

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./



МЕНЮ

7 день

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 43 | * ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности) | 140/5 | 14,22 | 17,10 | 2,67 | 221,57 | 0,22 |
| 2010 | 98 | * КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ И МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,16 | 4,17 | 17,76 | 126,22 | 0,70 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 345 | 19,91 | 21,39 | 30,47 | 395,15 | 0,92 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 398 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник) | 100 | 0,16 | 0,07 | 7,61 | 32,34 | 26,00 |
| Итого | | | 100 | 0,16 | 0,07 | 7,61 | 32,34 | 26,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 13 | *СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ КУРЫ ОТВАРНЫМ (макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, кури потрош. 1 категории) | 160/15 | 4,23 | 4,04 | 10,03 | 93,56 | 0,60 |
| 2010 | 83 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУРЫ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, горошек зеленый консервы, томатная паста, * филе (цыплят) | 110/15 | 4,99 | 9,28 | 12,83 | 155,91 | 9,84 |
| 2008 | | * ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 20 | 0,16 | 0,02 | 0,49 | 2,77 | 1,98 |
| 2010 | 91 | * КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, вода питьевая, сухофрукты (смесь)) | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 550 | 12,90 | 13,72 | 55,79 | 399,49 | 12,42 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 73 | * РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рис длинный) | 110 | 4,65 | 5,30 | 22,41 | 155,86 | 0,00 |
| 2010 | 51 | * БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая) | 60 | 7,58 | 3,44 | 8,89 | 96,86 | 0,08 |
| 2010 | 84 | * СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста) | 30 | 0,18 | 0,52 | 1,61 | 11,84 | 0,13 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2010 | 108 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 9,0% жирности, ванилин) | 50 | 6,59 | 3,50 | 23,12 | 150,70 | 0,09 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,81 | 39,45 | 0,01 |
| Итого | | | 450 | 20,59 | 12,88 | 75,88 | 502,07 | 0,31 |
| Всего | | | | 53,56 | 48,06 | 169,75 | 1 329,05 | 39,65 |

Ваташова

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./

МЕНЮ

8 ясли

Ясли 12 часов



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|--------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 35 | * КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 140/5 | 3,70 | 7,33 | 14,58 | 139,73 | 0,40 |
| 2010 | 97 | *ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 2,61 | 2,79 | 13,94 | 92,04 | 0,49 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт) | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,00 |
| Итого | | | 375 | 10,09 | 13,18 | 60,88 | 404,23 | 0,89 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 107 | СУП С КРУПОЙ (крупа рис длинный, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист) | 160 | 2,08 | 2,91 | 10,16 | 75,21 | 0,39 |
| 2010 | 17 | МЯСО ОТВАРНОЕ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная) | 15 | 4,37 | 3,72 | 0,24 | 51,93 | 0,10 |
| 2010 | 82 | *КАПУСТА ТУШЁНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, лавровый лист, соль йодированная, томатная паста) | 110 | 2,41 | 3,36 | 11,25 | 86,10 | 21,27 |
| 2010 | 71 | *БИТОЧКИ(КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР (вода питьевая, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, *филе цыплят, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 60 | 9,46 | 10,45 | 11,37 | 177,37 | 0,33 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 395 | 21,84 | 20,82 | 55,78 | 499,16 | 22,09 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 93 | * КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД ПРОТЕРТЫХ (сахар песок, вода питьевая, ягода протертая с сахаром, крахмал картофельный) | 180 | 0,01 | 0,00 | 13,81 | 55,25 | 0,00 |
| 2010 | 46 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННОЙ (творог 9,0% жирности, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности) | 140/15 | 21,55 | 14,74 | 31,26 | 347,63 | 0,34 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 23,09 | 14,86 | 55,11 | 450,24 | 0,34 |
| Всего | | | | 55,51 | 48,96 | 182,63 | 1 403,10 | 26,28 |

Баташова

Утверждаю

Заведующая
МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"
/Новикова Н.В./

МЕНЮ

9 день

Ясли 12 часов



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 38 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности) | 140/5 | 4,23 | 2,89 | 18,75 | 118,48 | 0,40 |
| 2010 | 98 | * КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ И МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,13 | 4,16 | 22,08 | 143,36 | 0,70 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 345 | 9,89 | 7,17 | 50,87 | 309,20 | 1,10 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | * ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ КУРЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности) | 160/15 | 4,11 | 6,91 | 6,09 | 108,06 | 7,88 |
| 2010 | 57 | * ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, говядина 1 категории) | 110/15 | 6,35 | 10,68 | 15,42 | 183,51 | 7,76 |
| 2010 | 91 | * КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сухофрукты (смесь)) | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 530 | 13,98 | 17,97 | 53,95 | 438,82 | 15,64 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 43 | * ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности) | 140/5 | 14,04 | 16,94 | 2,66 | 219,43 | 0,22 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2010 | 108 | * ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности, повидло) | 50 | 4,20 | 3,04 | 33,92 | 179,68 | 0,10 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,81 | 39,47 | 0,01 |
| Итого | | | 395 | 19,83 | 20,10 | 56,43 | 485,94 | 0,33 |
| Всего | | | | 44,19 | 45,34 | 172,11 | 1 283,43 | 20,03 |

Новикова

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./

МЕНЮ

10 день

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 34 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности) | 140/5 | 3,89 | 7,28 | 14,89 | 141,09 | 0,40 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,81 | 39,42 | 0,01 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 345 | 5,48 | 7,40 | 34,74 | 227,87 | 0,41 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2018 | 10 | * СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (свекла, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, картофель, лавровый лист, томатная паста) | 160 | 1,60 | 4,39 | 10,49 | 92,14 | 4,54 |
| 2010 | 17 | МЯСО ОТВАРНОЕ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная) | 15 | 4,35 | 3,72 | 0,12 | 51,34 | 0,06 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 6,19 | 4,82 | 28,00 | 179,89 | 0,00 |
| 2010 | 59 | *БИТОЧКИ(КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ (лук репчатый, чеснок, соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, говядина 1 категории) | 60 | 8,52 | 8,60 | 11,59 | 157,70 | 0,28 |
| 2010 | 84 | * СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста) | 30 | 0,28 | 0,84 | 2,59 | 18,94 | 0,22 |
| 2012 | 398 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник) | 180 | 0,28 | 0,13 | 13,59 | 57,73 | 46,80 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| Итого | | | 605 | 24,74 | 22,88 | 89,14 | 666,29 | 51,90 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 83 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУРЫ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, горошек зеленый консервы, томатная паста, *филе цыплят) | 110/15 | 5,01 | 9,42 | 12,61 | 156,35 | 9,86 |
| 2010 | 96 | *ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 180 | 0,16 | 0,01 | 10,14 | 43,19 | 1,84 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 8,95 | 12,49 | 55,11 | 372,00 | 11,70 |
| Всего | | | | 39,66 | 42,87 | 189,85 | 1 315,63 | 66,97 |

Новикова

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./



МЕНЮ

1 день

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 31 | *КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 140/5 | 3,56 | 6,57 | 15,96 | 137,30 | 0,41 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | ВАФЛИ (вафли) | 30 | 0,84 | 0,99 | 23,19 | 106,20 | 0,00 |
| 2010 | 96 | *ЧАЙ БЕЗ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,07 | 0,00 | 0,14 | 0,80 | 0,01 |
| Итого | | | 375 | 6,00 | 7,68 | 49,33 | 291,66 | 0,42 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | * СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный ясли) | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Итого | | | 100 | 0,49 | 0,10 | 10,86 | 49,47 | 2,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 9 | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности) | 160/10 | 2,56 | 3,64 | 12,63 | 96,75 | 6,17 |
| 2010 | 73 | * РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рис длинный) | 110 | 4,72 | 5,00 | 22,77 | 154,87 | 0,00 |
| 2010 | 56 | * ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста) | 60 | 16,32 | 11,88 | 4,22 | 214,79 | 11,98 |
| 2010 | 90 | *КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 200 | 0,23 | 0,16 | 21,48 | 90,64 | 2,91 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 590 | 27,35 | 21,06 | 83,86 | 665,60 | 21,06 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 57 | * ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, говядина 1 категории) | 110/15 | 6,34 | 10,51 | 15,47 | 182,25 | 7,78 |
| 2008 | 430 | * ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, чай черный байховый) | 180 | 2,60 | 2,79 | 13,92 | 91,88 | 0,48 |
| 2008 | | * ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| 2008 | | * ЯБЛОКО (яблоки) | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,35 | 44,83 | 9,54 |
| Итого | | | 420 | 10,85 | 13,80 | 48,78 | 366,32 | 17,80 |
| Всего | | | | 44,69 | 42,64 | 192,83 | 1 373,05 | 42,24 |

Новикова