вторая неделя

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетич ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК	Каша Дружба	150	200	4,95	5,978	5,12	7,428	21,99	24,767	157,7
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1
		Масло сливочное	5	5	0,04	0,04	3,625	3,625	0,067	0,067	33
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
	ИТОГО завтрак		**325**	**435**	**10,092**	**12,672**	**13,34**	**16,653**	**38,08**	**90,102**	**316,4**
	2-ой ЗАВТ РАК	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6
	ИТОГО второй завтрак		**108**	**114**	**0,432**	**0,456**	**0,432**	**0,456**	**10,584**	**11,172**	**48,6**
	ОБЕД	Борщ со свежей капустой и картофелем вегетарианский	150	200	1,715	2,286	2,758	3,677	8,08	10,77	72,378
		Котлета рыбная минтай	50	70	7,46	11,91	4,17	5,44	7,945	10,45	97,92
		Соус томатный	30	50	0,484	0,806	1,16	1,933	1,628	2,713	20,9
		Пюре картофельное	80	100	1,792	2,22	3,78	4,721	10,773	13,302	86,04
		Компот из кураги	150	200	0,528	0,66	0	0	17,6	24,495	70,59
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
	ИТОГО обед		**520**	**700**	**16,427**	**23,852**	**12,536**	**16,664**	**74,102**	**99,214**	**482,028**
		Кефир без сахара	150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5
	ИТОГО полдник		**150**	**200**	**4,5**	**6**	**3,75**	**5**	**6**	**8**	**76,5**
	УЖИН	Запеканка из творога с манной крупой	110	130	13,524	17,06	19,538	23,548	17,884	23,8453	298,78
		Сладкий подлив на повидле	30	50	0,026	0,043	0	0	11,377	18,96	44,04
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		**310**	**400**	**15,25**	**18,803**	**19,785**	**23,795**	**46,813**	**60,3573**	**421,758**
	ВСЕГО за день		**1413**	**1849**	**46,701**	**61,783**	**49,843**	**62,568**	**175,579**	**268,8453**	**1345,286**

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетич ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
ВТОРНИК	ЗАВТРАК	Каша гречневая	150	200	6,814	8,02	7,16	9,415	26,665	30,737	197,93
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01
		Сыр	16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
	ИТОГО завтрак		**336**	**451**	**15,724**	**19,858**	**15,636**	**20,543**	**50,771**	**66,321**	**404,34**
	2-ой ЗАВТ РАК	Сок	150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50
	ИТОГО второй завтрак		**150**	**150**	**0,4**	**0,4**	**0**	**0**	**11,7**	**11,7**	**50**
	ОБЕД	Суп картофельный с горохом	**150**	200	3,68	3,66	3,339	3,339	13,706	13,706	145,6
		Голубцы ленивые с молочным соусом	100	150	9,397	13,085	7,246	11,498	12,556	15,888	153,6
		Картофель отварной с жареным луком	80	100	2,933	4,14	5,971	9,384	11,922	32,987	113,03
		Компот из сухих яблок	150	200	0,072	4,8	0	0	17,61	36,81	66,58
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
	ИТОГО обед		**540**	**730**	**20,53**	**31,655**	**17,224**	**25,114**	**83,87**	**136,875**	**613,01**
	ПОЛДНИК	Напиток из шиповника	150	200	0,08	0,08	0	0	18,24	23,23	69,78
		Печенье	20	20	1,5	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4
	ИТОГО полдник		**170**	**220**	**0,08**	**1,58**	**1,96**	**1,96**	**33,12**	**38,11**	**153,18**
	УЖИН	Соте из рыбы	100	110	10,45	11,335	5,44	7,249	7,72	8,343	121,6
		Соус сметанный	30	50	0,7	0,923	3,2	3,97	2,241	2,4	46
		Зеленый горошек консервированный	50	50	1,47	1,47	0,094	0,094	2,96	2,96	18,6
		Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		**350**	**430**	**14,45**	**15,578**	**8,999**	**11,576**	**32,777**	**41,547**	**278,43**
	ВСЕГО за день		**1546**	**1981**	**51,184**	**69,071**	**43,819**	**59,193**	**212,238**	**294,553**	**1498,96**

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетич ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
СРЕДА	ЗАВТРАК	Каша пшенная	150	200	5,56	7,115	4,751	9,25	22,79	28,732	165
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
	ИТОГО завтрак		**320**	**430**	**10,662**	**13,769**	**9,346**	**14,85**	**38,813**	**94**	**290,7**
	2-ой ЗАВТ РАК	Фрукты свежие – бананы	108	114	1,62	1,026	0	0	22,68	27,588	103,68
	ИТОГО второй завтрак		**108**	**114**	**1,62**	**1,026**	**0**	**0**	**22,68**	**27,588**	**103,68**
	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	200	0,65	0,756	1,65	2,475	5,683	6,487	39,149
		Котлета из куры	60	70	8,215	8,617	8,175	10,9	7,792	10,831	157,362
		Капуста тушёная	110	130	2,933	3,46	5,971	7,056	11,922	14,08	113,03
		Компот из свежих яблок	150	200	0,087	0,108	0,083	0	15,585	18,129	63,4
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
	ИТОГО обед		**530**	**680**	**16,333**	**18,911**	**16,547**	**21,324**	**69,058**	**87,011**	**507,141**
	ПОЛДНИК	Снежок	150	200	4,5	6	3,75	5	16,5	22	118,5
	ИТОГО полдник		**150**	**200**	**4,5**	**6**	**3,75**	**5**	**16,5**	**22**	**118,5**
	УЖИН	Запеканка из творога с рисом	110	130	13,396	16,66	19,548	23,548	18,82	20,543	302,2
		Сладкий подлив на повидле	30	50	0,026	0,043	0	0	11,377	18,96	44,04
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		**310**	**400**	**15,122**	**18,403**	**19,795**	**23,795**	**47,749**	**57,055**	**425,178**
	ВСЕГО за день		**1418**	**1824**	**48,237**	**58,109**	**49,438**	**64,969**	**194,8**	**287,654**	**1445,199**

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетич ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК	Каша пшеничная	150	200	5,389	6,76	6,53	8,945	20,605	25,707	161,58
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01
		Яйцо вареное	20	40	2,822	5,772	2,555	5,226	0,155	0,317	39,914
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
	ИТОГО завтрак		**340**	**470**	**13,221**	**19,26**	**13,541**	**20,029**	**44,566**	**61,215**	**355,104**
	2-ой ЗАВТ РАК	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6
	ИТОГО второй завтрак		**108**	**114**	**0,432**	**0,456**	**0,432**	**0,456**	**10,584**	**11,172**	**48,60**
	ОБЕД	Суп из овощей вегетарианский	200	200	1,274	1,274	3,249	3,249	8,487	8,487	73,98
		Котлета мясная	60	70	7,932	10,026	7,673	8,802	9,144	9,046	135,12
		Каша гречневая рассыпчатая	80	100	3,812	4,765	3,89	4,8625	18,683	23,358	126,94
		Соус молочный	30	0	1,146	0	2,528	0	2,956	0	39,04
		Компот из урюка	150	200	0,528	0,66	0	0	17,6	24,495	70,59
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
	ИТОГО обед		**580**	**650**	**19,14**	**22,695**	**18,008**	**17,8065**	**84,946**	**102,87**	**579,87**
	ПОЛДНИК	Кисель на соке	150	200	0,325	0,507	0	0	23,39	29,74	97,9
	ИТОГО полдник		**150**	**200**	**0,325**	**0,507**	**0**	**0**	**23,39**	**29,74**	**97,9**
	УЖИН	Суфле из печени с рисом	75	95	6,2	7,85	36,1	45,7	8,1	10,26	126,12
		Морковь тушёная	110	110	1,63	1,63	5,909	5,909	10,799	10,799	100,84
		Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		**355**	**425**	**9,66**	**11,33**	**42,274**	**51,872**	**38,755**	**48,903**	**319,19**
	ВСЕГО за день		**1533**	**1859**	**42,778**	**54,248**	**74,255**	**90,1635**	**202,241**	**253,9**	**1400,664**

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетич ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
П Я Т Н И Ц А	ЗАВТРАК	Каша рисовая	150	200	5,06	5,563	6,53	6,554	25,42	27,9	180,18
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
		Сыр	16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8
	ИТОГО завтрак		**336**	**451**	**14,062**	**17,327**	**15,145**	**17,424**	**41,743**	**93,561**	**358,68**
	2-ой ЗАВТ РАК	Сок	150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50
	ИТОГО второй завтрак		**150**	**150**	**0,4**	**0,4**	**0**	**0**	**11,7**	**11,7**	**50**
	О Б Е Д	Щи из свежей капусты с картофелем и томат-пастой на курином бульоне	150	200	2,076	4,112	2,85	3,12	7,744	8,32	68,6
		Котлета из куры/Кура запеченная с луком и морковью	60	65	8,215	8,617	8,175	7756	7,792	10,831	157,362
		Икра кабачковая	30	50	0,06	0,01	2,7	4,5	5,22	8,7	45,4
		Рожки отварные	80	90	2,6	3,043	2,44	3,974	16,54	21,849	102,7
		Компот из сухих груш	150	200	0,225	0,3	0	0	15,075	20,1	60,75
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
	ИТОГО обед		**530**	**685**	**17,624**	**22,052**	**16,833**	**7768,487**	**80,447**	**107,284**	**569,012**
	ПО ЛД НИ К	Кефир без сахара	150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5
		Печенье	20	20	1,5	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4
	ИТОГО полдник		**170**	**220**	**6**	**7,5**	**5,71**	**6,96**	**20,88**	**22,88**	**159,9**
	У Ж И Н	Запеканка картофельная с овощами	150	200	4,22	5,62	6,1	8,133	22,3	29,73	169
		Соус томатно-молочный	30	50	0,817	1,269	1,59	3,168	2,567	3,897	35
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		**350**	**470**	**6,737**	**8,589**	**7,937**	**11,548**	**42,419**	**51,179**	**282,938**
	ВСЕГО за день		**1536**	**1976**	**44,823**	**55,868**	**45,625**	**7804,419**	**197,189**	**286,604**	**1420,53**

чческая ость	№ рецептуры
д/с	
184,58	
137,42	
33	
78,9	
433,9	
51,3	
51,3	
96,504	
144,87	
34,83	
106,75	
97,95	
71,7	
108	
660,604	
102	
102	
320,04	
73,4	
41,517	
47,8	
482,757	
1730,561	

ıчческая ость	№ рецептуры
д/с	
263,9066	
138	
69,3	
78,9	
550,1066	
50	
50	
145,6	
219,88	
239	
140,65	
71,7	
108	
924,83	
88,48	
125,1	
213,58	
144,9	
56	
18,6	
63,536	
47,8	
330,836	
2069,3526	

ческая ость	№ рецептуры
д/с	
226	
137,42	
78,9	
442,32	
114,4	
114,4	
50,07	
165,77	
133,5	
69,6	
71,7	
108	
598,64	
158	
158	
357,94	
73,4	
41,517	
47,8	
520,657	
1834,017	

ıчческая ость	№ рецептуры
д/с	
204,8	
138	
71,415	
78,9	
493,115	
51,3	
51,3	
73,98	
156,12	
158,675	
0	
97,95	
71,7	
108	
666,425	
119,62	
119,62	
213,58	
100,84	
63,536	
47,8	
425,756	
1756,216	

ıчческая ость	№ рецептуры
д/с	
199	
137,42	
78,9	
69,3	
484,62	
50	
50	
92,1	
165,77	
75,7	
129,94	
81	
71,7	
108	
724,21	
102	
125,1	
227,1	
225,3	
49,23	
41,517	
47,8	
282,938	
1768,868	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459305

Владелец Шнейдер Елена Эдуардовна

Действителен С 07.11.2024 по 07.11.2025