

1-ая неделя

технолог Г. В. Даниленко

ВТОРНИК

1-ая неделя

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛ	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Пудинг из творога	60	80	7,68	10,24	5,64	7,52	11,10	14,80	121,20	161,60
Какао с молоком	150	200	2,20	2,93	2,10	2,80	18,60	24,80	100,00	133,30
Хлеб пшеничный	60	60	3,90	3,90	1,20	1,20	9,10	9,10	139,28	139,20
ИТОГО:			14,09	17,48	9,01	12,14	31,18	42,54	301,61	417,60
ОБЕД										
Салат "Агенчык" (с кукурузой консервированной)	40	60	0,54	0,81	2,53	3,79	2,96	4,44	37,35	56,00
Суп крестьянский с крупой перловой со сметаной	150	200	1,32	1,76	3,51	4,68	7,52	10,30	68,72	91,62
Биточки детские	50	70	3,38	4,74	7,80	10,70	4,91	6,88	105,95	146,72
Капуста тушеная (белокачаная свежая)	100	130	1,60	2,08	3,30	4,29	6,00	7,80	60,00	78,00
Компот из свежих плодов (яблоки) с витамином С	150	200	0,10	0,13	0,10	0,13	12,70	16,93	50,35	67,13
Хлеб ржаной	40	60	2,64	3,96	0,48	0,72	13,36	20,04	69,60	104,40
ИТОГО:			9,58	13,48	17,72	24,31	47,45	66,39	391,97	543,87
ПОЛДНИК										
Макароны с сыром	80	120	3,92	5,88	4,46	6,69	20,16	30,24	119,59	179,38
Кефир	150	200	3,73	4,97	4,22	5,62	5,53	7,37	75,60	100,80
Мармелад	20	20	0,00	0,00	0,01	0,01	13,98	13,98	54,36	54,36
Фрукт	100	140	0,35	0,49	0,35	0,49	8,82	12,38	40,50	56,70
ИТОГО:			8,00	11,34	9,04	12,81	48,49	63,97	290,05	391,24
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,67	42,30	35,77	49,26	127,12	172,90	983,63	1352,71

технолг Г. В. Даниленко

1-ая неделя

технолог Г. В. Даниленко

1-ая неделя

технолог Г. В. Даниленко

ПЯТНИЦА
1-ая неделя

[illegible]

ПОНЕДЕЛЬНИК

2-ая неделя

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛ	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша вязкая гречневая	120	150	3,32	4,1	2,92	3,64	16,47	20,5	107,91	134,8
Колбаса вареная отварная	25	50	2,6	5,2	5,01	10,02	0	0	56,7	113,4
Чай с сахаром (В1)	150	200	0,38	0,05	0,01	0,013	0,008	0,01	0	0
Бутерброд с павидлом	30/5/5	60/10/10	2,1	4,2	3,69	7,38	16,6	33,19	108,36	216,7
ИТОГО:			8,4	13,55	11,63	21,05	33,078	53,7	272,97	464,9
ОБЕД										
Салат из моркови с яблоком (В1)	40	50	0,29	0,36	0,07	2,25	5,66	7,07	10,02	12,52
Суп крестьянский с крупой (перловой) со сметаной	150/11	200/14	1,32	1,76	3,51	4,68	7,52	10,3	68,72	91,62
Биточки из птицы паровые	65	85	9,28	12,13	8,66	11,32	6,43	8,4	126,16	164,9
Капуста тушеная (белокачанная свежая)	120	150	2,58	3,22	3,63	4,53	11,58	14,47	89,74	112,17
Компот из свежих плодов (яблоки) с витамином С	150	200	0,1	0,13	0,1	0,13	12,7	16,9	50,35	67,1
Хлеб ржаной	40	60	2,64	3,96	0,48	0,72	13,36	20,04	62,1	104,4
ИТОГО:			16,21	21,56	16,45	23,63	57,25	77,18	407,09	552,71

ПОЛДНИК										
Омлет с мясом	150	150	17,7	17,7	19,9	19,9	2,3	2,3	261	261
Йогурт питьевой	150	200	4,4	5,86	1,32	1,76	20,65	27,5	114,75	153
Фрукт	100	150	0,36	0,52	0,26	0,39	8,55	13,82	37,8	56,7
Кондитерское изделие (кожик)	70	70	5,8	5,8	11,7	11,7	54,06	79,2	186,8	266,8
ИТОГО:			28,26	29,88	33,18	33,75	85,56	122,82	600,35	737,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,87	51,73	61,26	78,43	212,88	210,83	1280,4	1755,11

технолог Г. В. Даниленко

Вторник 2

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛ	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная манная	150	200	4,5	6,12	5,5	7,34	20,6	28,18	113,061	154,1
Кондитерское изделие (печенье)	30	30	7,4	7,4	10	10	65,5	65,5	395	395
Чай с сахаром	150	200	0,02	0,03	0,01	0,01	6,7	9,01	25,5	34,1
Хлеб пшеничный	65	90	4,3	6,07	0,97	13,63	29,4	40,7	145,9	202,05
ИТОГО:			16,22	19,62	0,98	30,98	122,2	143,39	679,461	785,25
ОБЕД										
Салат "Чайка" с маслом растительном	40	60	4,6	6,9	9,9	14,85	1,04	1,56	113,12	169,68
Расольник домашний	150/5	200/10	7,7	8,7	4,75	6,3	9,09	12,12	72,8	97
Бефстроганов из филе птицы	60	80	7,5	10	11,2	14,9	3,2	4,2	135,1	180,1
Пюре картофельное	120	150	2,45	3,06	3,84	4,8	16,36	20,04	109	136,2
Компот из изюма	150	200	0,30	0,40	0,00	0,00	19,90	26,60	78,00	104,00
ИТОГО:			22,55	29,06	29,69	36,05	49,59	64,52	508,02	686,98
ПОЛДНИК										
Вареники ленивые со сметаной и сахаром	150/10/5	200/10/5	19,9	26,5	10,3	13,7	24,36	36,8	302,18	402,9
Фрукт	100	160	0,35	0,56	0,35	0,56	8,82	14,1	40,5	64,8
Кондитерское изделие (вафли)	30	30	2,24	2,24	3,53	3,53	22,32	22,32	130,8	130,8
Кофейный напиток	180	200	3,96	4,9	1,19	1,5	15,59	19,5	90	112,5
ИТОГО:			26,45	34,2	15,37	19,29	71,09	92,72	563,48	711
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,22	74,85	46,04	86,32	262,88	300,63	1750,961	2183,23

технолог Г. В. Даниленко

СРЕДА
2-ая неделя

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛ	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Макароны с сыром	180	200	9,79	10,8	12,04	13,3	37,9	46,1	306,9	306,91
Какао с молоком	150	200	2,2	2,93	2,1	2,8	18,6	24,8	100	133,3
Бутерброд с маслом	65/5	90/5	4,51	6,24	7,28	10,08	29,57	40,9	203,9	282,3
ИТОГО:			16,5	19,97	21,42	12,88	86,07	112,8	610,8	722,51
ОБЕД										
Салат овощной с яйцом	40	60	4,45	1,61	4,4	4,86	3,53	6,72	60,01	87,51
Борщ с капустой свежей и картофелем (B2)	150/5	200/5	5,74	7,6	4,73	6,3	8,65	12,5	104,84	139,7
Оладьи из печени	60	70	10	11,86	9,3	10,85	3,72	9,34	142,15	165,85
Каша вязкая гречневая	150	200	4,14	5,52	3,9	5,2	21,49	28,6	84,42	112,56
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	150	200	0,29	0,38	0	0	14,65	19,5	57,92	77,22
Хлеб ржаной	40	90	2,6	5,85	0,48	1,08	13,36	30,06	62,1	139,7
ИТОГО:			27,22	32,82	22,81	28,29	65,40	106,72	511,44	722,54
ПОЛДНИК										
Сырники творожные со сметаной	150/5	200/10	16	20	12,5	16,6	28,5	49,8	263	350,6
Йогурт питьевой	180	200	5,4	6	3,6	4	12,8	22,2	93,6	104
Коржик с кунжутом	60	70	3,6	5,2	6,6	7,7	27,5	35	185,1	216
Фрукт	160	180	2,12	2,38	0,12	0,13	33,24	37,39	128,16	144,18
ИТОГО:			27,12	33,58	22,82	28,43	102,04	144,39	669,86	814,78
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,84	86,37	67,05	69,60	296,00	353,91	1792,10	2259,83

технолог Г. В. Даниленко

2-ая неделя

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛ	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочнач "Геркулес"	120	150	3,79	4,7	5,21	6,5	14,18	17,7	119,69	149,6
Запеканка из творога (с мукой пшеничной)	60	80	9,19	12,25	6,86	9,14	9,85	11,8	137,18	182,9
Кофейный напиток с молоком (B2)	150	200	1,86	2,48	2,11	2,8	15,27	20,69	77,52	103,36
Бутерброд с сыром	40/5/5	40/5/5	5,8	5,8	8	8	18,1	18,1	171,48	171,48
ИТОГО:			20,64	25,23	22,18	26,44	57,4	68,29	505,87	607,34
ОБЕД										
Салат "Осенний" (B2)	40	60	0,52	0,78	3,57	5,35	4,48	6,72	44,87	67,3
Суп молочный с рисом	150	200	1,52	2,02	1,19	1,58	12,31	16,41	64,03	85,3
Хлеб ржаной	40	60	2,64	3,96	0,48	0,72	13,36	20,04	62,1	104,4
Голубцы любительские (B1)	150	160	9,21	9,8	11	11,7	13,01	13,87	192,14	204,9
Кисель из сока плодового с витамином С	150	200	0,2	0,26	0,04	0,05	19,52	26,02	78,9	105,2
ИТОГО:			14,09	16,82	16,28	19,4	62,68	83,06	442,04	567,1
ПОЛДНИК										
Манник с соусом молочным сладким	150	200	6,4	8,5	5,6	7,4	31,2	41,49	200,8	267,7
Молоко кипяченое	150	200	3,94	5,25	4,45	5,93	6,69	8,92	82,63	110,17
Кондитерское изделие печенье	30	30	2,24	2,24	3,53	3,53	22,32	22,32	130,8	130,8
Фрукт	130	180	0,45	0,62	0,45	0,62	11,3	15,6	40,5	56
ИТОГО:			13,03	16,61	14,03	17,48	71,51	84,03	454,73	296,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,76	58,66	52,49	63,32	191,59	235,38	1402,64	1471,41
технолог Г. В. Даниленко										

Пятница
2-ая неделя

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛ	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК										
Каша вязкая молочная пшенная	140	180	5,76	7,4	5,85	7,52	27,16	36,92	186,47	239,7
Чай с сахаром	150	200	0,07	0,09	0,013	0,017	9,57	12,76	37,3	49,7
Бутерброд с маслом	40/5	60/5	2,78	4,17	4,48	6,72	18,2	27,3	125,5	188,25
ИТОГО:			8,61	11,66	10,343	14,257	54,93	76,98	349,27	477,65
ОБЕД										
Салат "Цветной"	40	60	0,49	0,73	7,05	4,26	3,37	7,05	41,33	61,99
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/11	200/14	4,19	5,59	1,8	2,4	8,7	10,2	63,9	85,2
Котлеты "Здоровье" (В1)	60	80	9,14	12,18	5,38	7,17	5,77	6,36	105,98	141,3
Пюре картофельное	120	150	2,45	3,06	3,84	4,8	16,36	20,04	109	136,2
Компот апельсиновый с витамином С	150	200	0,088	0,11	0,019	0,025	12,86	16,48	42,16	56,12
Хлеб ржаной	40	60	2,64	3,96	0,48	0,72	13,36	20,04	62,1	104,4
ИТОГО:			18,998	25,63	18,569	19,375	60,42	80,17	424,47	585,21
ПОЛДНИК										
Омлет с картофелем (запеченный)	130	150	8,6	9,9	13,13	15,15	10,31	15,89	198,8	229,3
Чай с молоком	150	200	2,30	3,07	1,98	2,65	12,90	18,62	80,49	107,33
Фрукт	160	180	2,1	2,36	0,14	0,15	30,24	29,7	128,4	144,45
ИТОГО:			13	15,33	15,25	17,95	53,45	64,21	407,69	481,08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,61	54,84	44,16	51,58	168,80	221,36	1181,43	1543,94

технолог Г. В. Даниленко