

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ  
«Детский сад №264»  
\_\_\_\_\_ О.В.Ишутина  
приказ № 175 –осн. от 06.10.2023

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №264»

Основное организованное меню  
МАДОУ «Детский сад №264»  
Возрастная категория: от 2 до 3х лет и от 3х до 7 лет

## Неделя 1 День 1

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша манная с маслом на сухом молоке	130	180	4,5	6	6,15	8,2	18,97	25,3	131,25	185	№94
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Какао на сгущенном молоке	150	180	4,7	6,2	4,8	6,4	17,0	22,4	70,4	90,4	№39
Фрукты свежие	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	41,8	44	№23
<b>Итог за завтрак</b>	<b>400</b>	<b>497</b>	<b>11,12</b>	<b>14,9</b>	<b>14,79</b>	<b>19,36</b>	<b>55,03</b>	<b>72,12</b>	<b>321,45</b>	<b>427,4</b>	
<b>Обед</b>											
Суп фасолевый со сметаной на курином бульоне	150	200	5,62	6,98	3,157	4,42	12	16,182	96,4	134,86	№11
Каша гречневая рассыпчатая	110	130	5,7	5,84	3	5,784	27,45	32,94	160,34	196,48	№57
Шницель из говядины	60	70	8,93	11,92	6,74	8,8	8,97	11,64	132	173	№7.1
Огурец соленый порционно	30	50	0,38	0,57	0,07	0,11	1,61	2,42	8,05	12,08	№1,25
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Компот из сушеных фруктов	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	№15
<b>Итог за Обед</b>	<b>560</b>	<b>730</b>	<b>24,588</b>	<b>30,592</b>	<b>13,81</b>	<b>20,276</b>	<b>96,954</b>	<b>125,665</b>	<b>600,026</b>	<b>726,926</b>	
<b>Полдник</b>											
Кондитерские изделия (пряник/печенье)	20	30	2,94	3,3	1,7	2,9	9,9	16,5	82,24	138	№11
Кисломолочный напиток	180	200	4,2	5,04	2,25	2,7	5,25	6,3	76,5	91,8	№22
<b>Итог за полдник</b>	<b>200</b>	<b>250</b>	<b>7,14</b>	<b>8,34</b>	<b>3,95</b>	<b>5,6</b>	<b>15,15</b>	<b>22,8</b>	<b>158,74</b>	<b>229,8</b>	
<b>Ужин</b>											
Макаронные изделия с тертым сыром, запеченные	150	180	10,71	12,852	11,04	13,248	29,22	35,064	271,935	306,222	№31
Икра кабачковая	50	60	0,60	0,72	2,35	2,83	3,85	4,63	39	46,8	№1,26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Чай с сахаром	180	200	1,8	2			11,7	13	44,352	49,28	№13
<b>Итог за ужин</b>	<b>400</b>	<b>470</b>	<b>14,338</b>	<b>17,414</b>	<b>13,818</b>	<b>16,72</b>	<b>53,142</b>	<b>65,252</b>	<b>398,173</b>	<b>466,631</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1560</b>	<b>1947</b>	<b>57,186</b>	<b>71,246</b>	<b>46,368</b>	<b>61,956</b>	<b>220,276</b>	<b>285,837</b>	<b>1477,789</b>	<b>1850,757</b>	

## Неделя 1 День 2

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад			
<b>Завтрак</b>											
Запеканка творожно-манная	150	180	17,4	20,968	13,335	16,002	20,73	24,876	257,625	305,15	№35
Молоко сгущеное	26	33	0,6	0,6	1,35	1,35	3,97	3,97	30,4	30,4	№57
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Кофейный напиток с цельным йодированным молоком	150	180	2,34	2,808	1,995	2,394	10,635	12,762	70,005	112,4	№40
<b>Итог за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>430</b>	<b>21,88</b>	<b>26,676</b>	<b>20,14</b>	<b>24,106</b>	<b>45,085</b>	<b>56,228</b>	<b>436,03</b>	<b>555,95</b>	
<b>Обед</b>											
Борщ со сметаной с мясом кур	150	200	2,31	3,08	1,305	1,74	4,065	5,42	48,735	74,98	№80
Сосиска отварная	50	70	5,5	7,7	11,93	16,7	0,55	0,78	120,5	172,3	№45
Перловка с маслом	110	130	3,08	3,64	6,113	9,01	19,723	23,309	93,75	134,729	№34
Горошек зеленый	30	50	0,38	3	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	30,91	№38
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Кисель	150	200					14,7	19,6	74,6	94,47	№16
<b>Итог за обед</b>	<b>550</b>	<b>730</b>	<b>14,898</b>	<b>22,262</b>	<b>20,266</b>	<b>28,712</b>	<b>68,882</b>	<b>88,812</b>	<b>480,821</b>	<b>666,218</b>	
<b>Полдник</b>											
Выпечка	50	60	3,64	4,37	1,6	2,51	26,96	33,35	143,34	214,8	№66
Сок	180	200	0,9	1	0	0	18,18	20,20	76,808	85,34	№20
<b>Итог за полдник</b>	<b>230</b>	<b>260</b>	<b>4,54</b>	<b>5,37</b>	<b>1,6</b>	<b>2,51</b>	<b>45,14</b>	<b>53,55</b>	<b>220,148</b>	<b>300,4</b>	
<b>Ужин</b>											
Овощное рагу	150	200	1,8	2,4	10,365	13,82	10,695	14,26	142,86	190,48	№ 41
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Яйцо вареное	50	50	4,42	4,42	4,004	4,004	0,244	0,2445	54,636	54,636	№10
Чай с сахаром	180	200	1,8	2			11,7	13	44,352	49,28	№13
<b>Итог за ужин</b>	<b>400</b>	<b>480</b>	<b>9,248</b>	<b>10,662</b>	<b>14,797</b>	<b>18,466</b>	<b>31,011</b>	<b>40,0625</b>	<b>284,734</b>	<b>358,425</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1530</b>	<b>1900</b>	<b>50,566</b>	<b>64,97</b>	<b>56,803</b>	<b>73,794</b>	<b>189,568</b>	<b>237,8725</b>	<b>1421,733</b>	<b>1880,993</b>	

## Неделя 1 День 3

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша пшенная с цельным йодированным молоком, сладкая, со сливочным маслом	160	200	3,23	4,65	4,8	6,48	32,1	38,2	157,7	203	№3
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Какао на цельном йодированном молоке	160	200	3,15	3,78	2,715	3,258	12,96	15,552	88,995	106,704	№18
Сыр	5	7	1,1855	1,6597	1,4975	2,0965			18,672	26,672	№5
<b>Итог за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>444</b>	<b>9,1055</b>	<b>12,3897</b>	<b>12,4725</b>	<b>16,1945</b>	<b>54,81</b>	<b>68,372</b>	<b>343,367</b>	<b>444,412</b>	
<b>Обед</b>											
Суп Московский со сметаной с мясом кур	150	200	1,5	2	1,68	2,24	10,2	13,6	82,6	86,3	№47
Бигус мясом кур	150	180	8,29	10,7	11,71	15	9,73	13,65	205,272	269	№44
Кабачковая икра	30	50	0,36	0,6	1,41	2,35	2,31	3,85	23,4	39	№1,26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	20	30	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	34,3	63,4	№4
Компот из сушеных фруктов	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	№15
<b>Итог за обед</b>	<b>520</b>	<b>690</b>	<b>14,108</b>	<b>18,582</b>	<b>15,643</b>	<b>20,752</b>	<b>69,164</b>	<b>93,583</b>	<b>473,208</b>	<b>635,029</b>	
<b>Полдник</b>											
Кондитерские изделия (пряник/печенье )	20	50	2,94	3,3	1,7	2,9	9,9	16,5	82,24	138	№11
Кисломолочный напиток	180	200	4,2	5,04	2,25	2,7	5,25	6,3	76,5	91,8	№22
<b>Итог за полдник</b>	<b>200</b>	<b>250</b>	<b>7,14</b>	<b>8,34</b>	<b>3,95</b>	<b>5,6</b>	<b>15,15</b>	<b>22,8</b>	<b>158,74</b>	<b>229,8</b>	
<b>Ужин</b>											
Суфле из рыбы	150	200	14,6	18,52	18,405	22,086	4,2	5,04	280,005	336,006	№67
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Яйцо вареное	50	50	4,42	4,42	4,004	4,004	0,244	0,2445	54,636	54,636	№10
Чай с сахаром и лимоном	180	200	0,18	0,2	0	0	12,42	13,8	48,6	54	№14
<b>Итог за ужин</b>	<b>400</b>	<b>480</b>	<b>20,428</b>	<b>24,982</b>	<b>22,837</b>	<b>26,732</b>	<b>25,236</b>	<b>31,6425</b>	<b>426,127</b>	<b>508,971</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1470</b>	<b>1794</b>	<b>50,7815</b>	<b>65,8137</b>	<b>57,7587</b>	<b>69,2785</b>	<b>164,36</b>	<b>216,3975</b>	<b>1401,442</b>	<b>1818,212</b>	

## Неделя 1 День 4

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Запеканка творожно-манная	150	180	17,4	20,968	13,335	16,002	20,73	24,876	257,625	305,15	№35
Молоко сгущеное	26	33	1,872	2,376	2,21	2,805	14,56	18,48	85,618	108,669	№57
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Кофейный напиток с цельным йодированным молоком	150	180	2,34	2,808	1,995	2,394	10,635	12,762	70,005	112,4	№40
<b>Итог за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>430</b>	<b>23,152</b>	<b>28,452</b>	<b>21</b>	<b>25,561</b>	<b>55,675</b>	<b>70,738</b>	<b>491,248</b>	<b>634,219</b>	
<b>Обед</b>											
Суп овощной со сметаной с мясом кур	150	200	5,31	7,37	3,75	9,65	7,425	10,3	109,5	127,32	№53
Тефтели мясные	60	70	4,068	4,746	4,518	7,271	5,148	7,006	90,42	100,419	№48
Пюре гороховое	110	130	6,15	7,53	0,684	0,81	18	21,27	101,28	129,69	№82
Лучок с маслом	30	60	0,532	0,665	2,472	3,09	3,895	4,9	36,84	38	№26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Кисель	150	200					14,7	19,6	74,6	94,47	№16
<b>Итог за обед</b>	<b>560</b>	<b>730</b>	<b>19,688</b>	<b>25,153</b>	<b>12,252</b>	<b>21,963</b>	<b>75,272</b>	<b>97,799</b>	<b>531,126</b>	<b>648,728</b>	
<b>Полдник</b>											
Булочка «Школьная»	50	60	3,64	4,37	1,6	2,51	26,96	33,35	143,34	214,8	№66
Сок	180	200	0,9	1	0	0	18,18	20,20	76,808	85,34	№20
<b>Итог за полдник</b>	<b>230</b>	<b>260</b>	<b>4,54</b>	<b>5,37</b>	<b>1,6</b>	<b>2,51</b>	<b>45,14</b>	<b>53,55</b>	<b>220,148</b>	<b>300,14</b>	
<b>Ужин</b>											
Омлет натуральный	150	200	13,83	13,83	20,9	20,9	3,5	3,5	200,417	230,07	№34
Горошек зеленый/кукуруза консервированная	45	60	2,25	3	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	33	№38
Хлеб пшеничный	25	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Чай с сахаром	180	200	1,8	2			11,7	13	44,352	49,28	№13
<b>Итого за ужин</b>	<b>400</b>	<b>490</b>	<b>19,108</b>	<b>20,672</b>	<b>21,418</b>	<b>21,662</b>	<b>27,312</b>	<b>34,038</b>	<b>332,405</b>	<b>324,129</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1541</b>	<b>1910</b>	<b>66,488</b>	<b>79,647</b>	<b>56,27</b>	<b>71,696</b>	<b>203,399</b>	<b>256,125</b>	<b>1494,3</b>	<b>1907,216</b>	

Неделя 1 День 5

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Суп молочный с макаронными изделиями со сливочным маслом	150	200	4,95	6,6	6,75	9,0	15,48	20,64	140,28	187,04	№5
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Сыр	5	7	1,1855	1,6597	1,4975	2,0965			18,672	26,1408	№5
Какао со сгущенным молоком	150	180	3,15	3,78	2,715	3,258	12,96	15,552	88,995	106,704	№18
Фрукты свежие	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	41,8	44	№23
<b>Итог за завтрак</b>	<b>425</b>	<b>524</b>	<b>11,2055</b>	<b>14,7397</b>	<b>14,8085</b>	<b>19,1145</b>	<b>47,5</b>	<b>60,612</b>	<b>367,747</b>	<b>529,75</b>	
<b>Обед</b>											
Суп с клецками со сметаной с мясом кур	150	200	3,83	5,11	3,84	6,95	15,48	16,64	100,81	144,987	№15
Плов с мясом	160	180	12,2	12,96	13,04	16,3	27,36	34,2	280,8	381,747	№54
Огурец соленый порционно	30	50	0,38	0,57	0,07	0,11	1,61	2,42	8,05	12,08	№1,25
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Компот из сушеных фруктов	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	№15
<b>Итог за обед</b>	<b>550</b>	<b>710</b>	<b>20,368</b>	<b>23,922</b>	<b>17,793</b>	<b>24,522</b>	<b>91,374</b>	<b>115,743</b>	<b>592,896</b>	<b>749,149</b>	
<b>Полдник</b>											
Батон с повидлом	30/16	40/16	2,31	3,06	0,87	1,16	25,822	30,96	120,37	146,54	№72
Молоко кипяченое	180	200	5,49	6,10	4,9	5,44	9,09	10,10	102,10	113,34	№24
<b>Итог за полдник</b>	<b>226</b>	<b>256</b>	<b>7,80</b>	<b>9,16</b>	<b>5,77</b>	<b>6,60</b>	<b>31,262</b>	<b>41,06</b>	<b>222,47</b>	<b>259,88</b>	
<b>Ужин</b>											
Картофельное пюре	160	180	3,06	3,672	4,8	5,76	20,445	24,534	137,25	164,7	№83
Фасоль консервированная	40	60	0,49	0,97	0,9	1,8	2,5	4,9	20,6	41,1	№84
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Чай с сахаром	180	180	1,8	2			11,7	13	44,352	44,352	№13
<b>Итог за ужин</b>	<b>400</b>	<b>450</b>	<b>6,578</b>	<b>8,484</b>	<b>6,128</b>	<b>8,202</b>	<b>43,017</b>	<b>54,992</b>	<b>245,088</b>	<b>314,48</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1601</b>	<b>1940</b>	<b>45,9515</b>	<b>56,3057</b>	<b>44,4995</b>	<b>58,4385</b>	<b>213,153</b>	<b>272,407</b>	<b>1428,201</b>	<b>1853,299</b>	



## Неделя 2 День 2

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Творожно-манная запеканка	150	180	17,4	8,2	20,968	16,002	20,73	24,876	257,625	305,15	№35
Молоко сгущеное	26	33	1,872	2,376	2,21	2,805	14,56	18,48	85,618	108,669	№57
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Какао с цельным йодированным молоком	150	180	2,34	2,808	1,995	2,394	10,635	12,762	70,005	112,4	№40
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>430</b>	<b>23,152</b>	<b>15,684</b>	<b>28,633</b>	<b>25,561</b>	<b>55,675</b>	<b>70,738</b>	<b>491,248</b>	<b>634,219</b>	
<b>Обед</b>											
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом кур со сметаной	150	200	1,62	2,16	1,695	2,264	10,29	13,72	62,85	97,32	№19
Каша ячневая с маслом	110	130	3,30	3,9	3,30	3,9	19,217	22,711	121,737	143,871	№76
Сосиска отварная	50	70	5,5	7,7	11,93	16,7	0,55	0,78	120,5	172,3	№45
Лучок с маслом	30	50	0,532	0,665	2,472	3,09	3,895	4,9	36,84	46,05	№26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Кисель	150	200					14,7	19,6	74,6	94,47	№16
<b>Итого за обед</b>	<b>550</b>	<b>730</b>	<b>14,58</b>	<b>19,267</b>	<b>20,225</b>	<b>27,096</b>	<b>74,756</b>	<b>99,65</b>	<b>535,013</b>	<b>615,22</b>	
<b>Полдник</b>											
Булочка «Гребешок»	50	60	3,5	4,2	3	3,5	21	24,5	139,5	156,6	№67
Сок	180	200	0,9	1	0	0	18,18	20,20	76,808	85,34	№20
<b>Итого за полдник</b>	<b>230</b>	<b>260</b>	<b>4,4</b>	<b>5,2</b>	<b>3</b>	<b>3,5</b>	<b>39,18</b>	<b>44,7</b>	<b>207,308</b>	<b>241,94</b>	
<b>Ужин</b>											
Овощное рагу	150	200	1,8	2,4	10,365	13,82	10,695	14,26	142,86	190,48	№41
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Кукуруза /горошек зеленый	50	60	2,25	3	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	33	№38
Чай с сахаром и лимоном	180	200	0,18	0,2	0	0	12,42	13,8	48,6	54	№14
<b>Итого за ужин</b>	<b>400</b>	<b>490</b>	<b>5,458</b>	<b>7,442</b>	<b>10,883</b>	<b>14,582</b>	<b>35,227</b>	<b>45,598</b>	<b>259,096</b>	<b>341,809</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1530</b>	<b>1910</b>	<b>47,73</b>	<b>47,463</b>	<b>61,341</b>	<b>69,749</b>	<b>210,248</b>	<b>265,54</b>	<b>1492,665</b>	<b>1833,188</b>	



## Неделя 2 День 3

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша Дружба сладкая с цельным йодированным молоком со сливочным маслом	170	200	4,74	6,32	7,635	10,18	19,755	26,34	187,37	223,16	№73
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Сыр	5	7	1,1855	1,6597	1,4975	2,0965			18,672	26,1408	№5
Кофейный напиток с цельным йодированным молоком	150	180	2,34	2,808	1,995	2,394	10,635	12,762	70,005	112,4	№40
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>422</b>	<b>9,8055</b>	<b>13,0877</b>	<b>14,5875</b>	<b>19,0305</b>	<b>40,14</b>	<b>53,722</b>	<b>354,047</b>	<b>462,232</b>	
<b>Обед</b>											
Суп гороховый со сметаной с мясом кур	150	200	3,12	2,6	1,38	3,8	7,8	8,2	105,2	140,3	№99
Бигус	150	180	8,29	10,7	11,71	15	9,73	13,65	205,272	269	№44
Лучок с маслом	30	60	0,532	0,665	2,472	3,09	3,116	3,895	36,84	46,05	№26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Компот из сушеных фруктов	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	№15
<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>710</b>	<b>15,9</b>	<b>19,247</b>	<b>16,405</b>	<b>23,052</b>	<b>67,67</b>	<b>88,228</b>	<b>550,548</b>	<b>727,179</b>	
<b>Полдник</b>											
Кондитерские изделия (пряник/печенье)	20	50	2,94	3,3	1,7	2,9	9,9	16,5	82,24	138	№11
Кисломолочный напиток	180	200	4,2	5,04	2,25	2,7	5,25	6,3	76,5	91,8	№22
<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>250</b>	<b>7,14</b>	<b>8,34</b>	<b>3,95</b>	<b>5,6</b>	<b>15,15</b>	<b>22,8</b>	<b>158,74</b>	<b>229,8</b>	
<b>Ужин</b>											
Суп с рыбными консервами	160	190	5,16	5,04	5,88	6,72	8,595	11,46	125,35	140,8	№67/1
Яйцо вареное	50	50	4,42	4,42	4,004	4,004	0,244	0,2445	54,636	54,636	№10
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Чай с сахаром	180	180	1,8	2			11,7	13	44,352	49,28	№13
<b>Итого за ужин</b>	<b>410</b>	<b>450</b>	<b>12,608</b>	<b>13,302</b>	<b>10,312</b>	<b>11,366</b>	<b>28,911</b>	<b>37,2625</b>	<b>267,224</b>	<b>309,045</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1509</b>	<b>1867</b>	<b>42</b>	<b>54</b>	<b>47</b>	<b>60</b>	<b>203</b>	<b>261</b>	<b>1330,209</b>	<b>1728,256</b>	

## Неделя 2 День 4

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У		ясли	сад	
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша пшеничная полтавская сладкая с цельным йодированным молоком, со сливочным маслом	175	200	5,58	7,44	6	8	25,42	30,56	181,2	215	№42
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Какао сладкий с цельным йодированным молоком	150	180	3,15	3,78	2,715	3,258	12,96	15,552	88,995	106,704	№18
<b>Итог за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>417</b>	<b>10,27</b>	<b>13,52</b>	<b>12,175</b>	<b>15,618</b>	<b>48,13</b>	<b>60,732</b>	<b>348,195</b>	<b>429,704</b>	
<b>Обед</b>											
Свекольник со сметаной на курином бульоне	150	200	1,2	1,6	3,105	6,14	8,895	11,86	67,995	90,66	№18
Гуляш из отварного мяса	60	70	7,747	9,023	6,114	7,133	1,968	2,296	193,75	209,375	№33
Картофельное пюре	110	130	2,563	3,029	3,52	4,16	10,78	12,74	85,8	120,043	№39
Салат из соленых огурцов и лука	30	50	0,532	0,665	2,472	3,09	3,116	3,895	36,84	46,05	№26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Кисель	150	200					14,7	19,6	74,6	94,47	№16
<b>Итог за обед</b>	<b>560</b>	<b>740</b>	<b>15,67</b>	<b>19,159</b>	<b>16,039</b>	<b>21,665</b>	<b>65,563</b>	<b>85,114</b>	<b>577,471</b>	<b>719,427</b>	
<b>Полдник</b>											
Булочка «Улитка»	50	60	3,64	4,37	1,6	2,51	26,96	33,35	129,34	200,1	№66
Сок	180	200	0,9	1	0	0	18,18	20,20	76,808	85,34	№20
<b>Итог за полдник</b>	<b>230</b>	<b>260</b>	<b>4,54</b>	<b>5,37</b>	<b>1,6</b>	<b>2,51</b>	<b>45,14</b>	<b>53,55</b>	<b>206,148</b>	<b>285,44</b>	
<b>Ужин</b>											
Горошница	150	200	13,41	18,18	6,74	9,4	34,46	46,7	178,27	200,55	№34
Свекла отварная	45	45	0,9	0,9	0,045	0,45	4,8	4,8	24,075	24,075	№6
Хлеб пшеничный	25	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Чай с сахаром	180	200	1,8	2			11,7	13	44,352	49,28	№13
<b>Итог за ужин</b>	<b>400</b>	<b>475</b>	<b>17,338</b>	<b>22,922</b>	<b>7,213</b>	<b>10,492</b>	<b>59,332</b>	<b>77,058</b>	<b>265,51</b>	<b>338,234</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1495</b>	<b>1857</b>	<b>47,818</b>	<b>60,971</b>	<b>51,232</b>	<b>61,455</b>	<b>218,165</b>	<b>233,434</b>	<b>1397,324</b>	<b>1772,805</b>	

## Неделя 2 День 5

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша из овсяных хлопьев с маслом на цельном иодированном молоке	150	200	4,995	6,66	8,25	11	16,98	22,64	148,33	202,44	№36
Бутерброд со сливочным маслом	20/4	30/7	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	№1
Сыр	5	7	1,1855	1,6597	1,4975	2,0965			18,672	26,1408	№5
Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	180	2,34	2,808	1,995	2,394	10,635	12,762	70,005	112,4	№40
Фрукты свежие	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	41,8	44	№23
<b>Итог за завтрак</b>	<b>425</b>	<b>524</b>	<b>10,4405</b>	<b>12,168</b>	<b>15,5825</b>	<b>18,154</b>	<b>46,675</b>	<b>59,822</b>	<b>356,807</b>	<b>550,846</b>	
<b>Обед</b>											
Суп рассольник со сметаной на курином бульоне	150	200	2,535	3,38	1,425	0,8	9,18	12,24	71,55	94,74	№64
Ласточкино гнездо	60	70	6,55	10,871	7,04	8,246	9,01	11,249	153,26	162,79	№81
Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	3,9	4,68	4,1	4,92	20,84	25,008	138,25	165,9	№31/a
Кабачковая икра	45	60	0,54	0,72	2,12	2,83	3,47	4,63	35,1	46,8	№1,26
Хлеб пшеничный	20	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,732	22,165	75,6	94,5	№4
Компот из сушеных фруктов	150	200	0,33	0,44	0,015	0,02	20,82	27,76	84,75	113	№15
<b>Итог за обед</b>	<b>575</b>	<b>740</b>	<b>17,483</b>	<b>24,933</b>	<b>15,528</b>	<b>17,951</b>	<b>89,424</b>	<b>115,61</b>	<b>601,396</b>	<b>742,059</b>	
<b>Полдник</b>											
Батон с повидлом	30/16	40/16	2,31	3,06	0,87	1,16	25,822	30,96	105,37	120,54	№72
Молоко кипяченое	180	200	5,49	6,1	4,9	5,44	9,09	10,10	102,10	113,34	№24
<b>Итог за полдник</b>	<b>226</b>	<b>256</b>	<b>7,8</b>	<b>9,16</b>	<b>5,77</b>	<b>6,6</b>	<b>34,912</b>	<b>41,06</b>	<b>207,47</b>	<b>233,88</b>	
<b>Ужин</b>											
Запеканка из печени с рисом	150	170	14,585	21,053	9,395	8,381	20,505	23,239	223,005	252,739	№45
Кукуруза /горошек зеленый	45	60	2,25	3	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	33	№38
Хлеб пшеничный	25	30	1,228	1,842	0,428	0,642	8,372	12,558	42,886	64,329	№3
Чай с сахаром	180	200	1,8	2			11,7	13	44,352	49,28	№13
<b>Итог за ужин</b>	<b>400</b>	<b>460</b>	<b>19,863</b>	<b>27,895</b>	<b>9,913</b>	<b>9,143</b>	<b>44,317</b>	<b>53,777</b>	<b>304,993</b>	<b>399,348</b>	
<b>ИТОГ</b>	<b>1625</b>	<b>1978</b>	<b>55,5865</b>	<b>74,156</b>	<b>46,7935</b>	<b>51,848</b>	<b>215,328</b>	<b>270,269</b>	<b>1470,66</b>	<b>1894,154</b>	