

МЕНЮ	на 6 день (понедельник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
<i>Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом</i>	160	4.67	4.86	25.83	166.00	182.1
<i>Чай с лимоном</i>	150	0.10	0.02	8.50	34.17	412
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	8.45	11.09	50.40	331.82	
второй завтрак						
<i>Сок фруктовый</i>	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
<i>Щи из свежей капусты с карто фелем на мясокостном бульоне со сметаной</i>	150	1.04	2.93	5.10	50.10	73
	3	0.08	0.45	0.11	4.80	
<i>Бефстроганов из отварного мяса</i>	60	7.76	6.22	1.65	93.50	294
<i>Пюре картофельное с морковью</i>	100	1.91	3.08	12.02	84.00	340
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
<i>Компот из сухофруктов</i>	150	0.33	0.02	20.83	84.75	394
	503	13.76	13.10	59.03	411.55	
полдник						
<i>Пудинг из творога запеченый</i>	60	9.08	6.45	14.62	153.00	249
<i>Молоко кипяченое</i>	150	4.58	4.08	7.58	85.00	419
<i>Батон нарезной</i>	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
<i>Фрукты (яблоко)</i>	70	0.28	0.21	7.21	32.20	368 а
	300	15.48	11.22	40.09	321.00	
ИТОГО:	1253.00	38.09	35.45	159.31	1108.37	

МЕНЮ	на 6 день (понедельник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	сад					
завтрак						
<i>Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом</i>	180	5.32	4.53	28.11	174.00	182.1
<i>Чай с лимоном</i>	180	0.12	0.02	10.20	41.00	412
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	7.75	5.27	54.33	291.20	
второй завтрак						
<i>Сок фруктовый</i>	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
<i>Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне со сметаной</i>	180	1.25	3.52	6.11	61.02	73
	3	0.08	0.45	0.11	4.80	
<i>Бефстроганов из отварного мяса</i>	80	10.34	8.29	2.19	124.50	294
<i>Пюре картофельное с морковью</i>	120	2.29	3.70	14.42	100.80	340
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
<i>Компот из сухофруктов</i>	180	0.40	0.02	24.99	101.70	394
	613	17.66	16.48	71.97	510.82	
полдник						
<i>Пудинг из творога запеченый</i>	80	12.11	8.60	19.49	204.00	249
<i>Чай с молоком</i>	180	2.67	2.34	14.31	89.00	413
<i>Батон нарезной</i>	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	280	16.32	11.42	44.48	343.80	
ИТОГО:	1393.00	42.13	33.21	180.58	1189.82	

МЕНЮ	на 7 день (вторник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	160	4.60	4.17	15.07	116.16	100
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	150	2.34	2.00	10.63	70.00	414
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	10.62	12.38	41.77	317.81	
второй завтрак						
<i>Фрукты (яблоко)</i>	100	0.40	0.30	10.30	46.00	368 а
обед						
<i>Салат из свежих помидоров с луком репчатым</i>	30	0.34	1.86	1.42	23.73	14
<i>Суп картофельный на мясокостном бульоне</i>	150	1.41	1.70	9.98	60.75	83
<i>Тефтели мясные тушеные в соусе</i>	60	8.14	9.04	10.30	155.00	304
	40	0.56	2.00	2.35	29.64	372
<i>Капуста, тушеная с морковью в молоке</i>	100	2.00	2.80	4.60	52.00	429-П
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
<i>Напиток из шиповника</i>	150	0.510	0.210	14.230	61.00	417
	570	15.60	18.01	62.20	476.52	
полдник						
<i>Рыба запеченая в омлете</i>	75	11.27	3.22	2.28	83.43	263
<i>Чай с молоком</i>	150	2.65	2.33	11.31	77.00	413
<i>Батон нарезной</i>	20	0.35	0.31	1.51	10.27	
	245	14.27	5.86	15.10	170.69	
ИТОГО:		40.89	36.55	129.36	1011.02	

МЕНЮ	на 7 день (вторник) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	сад					
завтрак						
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	180	5.18	4.69	16.95	130.68	100
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	2.85	2.41	14.36	91.00	414
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	11.71	13.31	47.38	353.33	
второй завтрак						
<i>Фрукты (яблоко)</i>	100	0.40	0.30	10.30	46.00	368 а
обед						
<i>Салат из свежих помидоров с луком репчатым</i>	30	0.34	1.86	1.42	23.73	14
<i>Суп картофельный на мясокостном бульоне</i>	180	1.69	2.04	11.98	72.90	83
<i>Тефтели мясные тушеные в соусе</i>	80	10.91	12.53	13.79	212.00	304
	55	0.71	2.81	3.22	40.76	372
<i>Капуста, тушеная с морковью в молоке</i>	120	2.40	3.36	5.52	62.40	429-П
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	50	2.64	0.40	19.32	94.40	
<i>Напиток из шиповника</i>	180	0.61	0.25	18.67	79.00	417
	695	19.30	23.25	73.92	585.19	
полдник						
<i>Рыба запеченная в омлете</i>	80	12.70	3.63	2.57	94.00	263
<i>Чай с сахаром</i>	180	0.48	0.012	8.388	33.60	411
<i>Батон нарезной</i>	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	280	14.72	4.12	21.64	178.40	
ИТОГО:		46.13	40.98	153.23	1162.92	

МЕНЮ	на 8 день (среда) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
<i>Каша жидкая "Дружба"</i>	160	4.21	9.33	20.05	180.96	266-П
<i>Какао с молоком</i>	150	3.15	2.72	12.96	89.00	416
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	11.04	18.26	49.08	401.61	
второй завтрак						
<i>Кисломолочный продукт</i>	100	2.80	3.20	4.10	156.00	420
обед						
<i>Салат из свежих огурцов</i>	30	0.23	1.83	0.71	20.19	13
<i>Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне</i>	150	4.39	4.22	13.26	107.80	87
<i>Гуляши из отварного мяса</i>	60	7.71	6.21	1.98	94.50	293
<i>Макароны отварные с маслом</i>	105	3.86	3.16	18.51	117.92	335
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
<i>Чай с лимоном</i>	150	0.10	0.02	8.50	34.17	412
	535	18.93	15.84	62.28	468.98	
полдник						
<i>Сырники с морковью</i>	60	8.45	6.93	12.67	147.00	247
<i>Сок фруктовый</i>	150	0.00	0.00	15.15	64.00	418
<i>Батон нарезной</i>	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	230	9.99	7.41	38.50	261.80	
	ИТОГО:	42.76	44.71	153.96	1288.39	

МЕНЮ	на 8 день (среда) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	сад					
завтрак						
<i>Каша жидкая "Дружба"</i>	180	4.73	10.49	22.55	203.58	266-П
<i>Какао с молоком</i>	180	3.19	3.19	15.82	107.00	416
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	11.60	19.89	54.44	442.23	
второй завтрак						
<i>Кисломолочный продукт</i>	100	2.80	3.20	4.10	156.00	420
обед						
<i>Салат из свежих огурцов</i>	40	0.30	2.44	0.95	26.92	13
<i>Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне</i>	180	4.83	4.64	14.58	118.58	87
<i>Гуляши из отварного мяса</i>	80	10.32	8.15	2.62	125.00	293
<i>Макароны отварные с маслом</i>	125	4.60	3.76	22.04	140.38	335
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
<i>Чай с лимоном</i>	180	0.12	0.02	10.20	41.00	412
	655	23.47	19.51	74.54	569.88	
полдник						
<i>Сырники с морковью</i>	80	11.27	9.26	16.98	196.00	247
<i>Сок фруктовый</i>	180	0.00	0.00	18.18	76.80	418
<i>Батон нарезной</i>	20	1.54	0.48	10.68	50.80	
	280	12.81	9.74	45.84	323.60	
ИТОГО:		50.68	52.34	178.91	1491.71	

МЕНЮ	на 9 день (четверг) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
<i>Каша овсянная (геркулес) жидкая с сахаром и маслом</i>	160	2.85	5.01	19.23	133.00	199.2
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	150	2.34	2.00	10.63	70.00	414
<i>Бутерброды с повидлом</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	2
	10	0.00	0.00	6.10	24.40	
	350	7.50	7.73	51.98	303.60	
второй завтрак						
<i>Сок фруктовый</i>	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
<i>Салат из свежих помидоров и огурцов</i>	40	0.39	2.46	1.49	29.68	15
<i>Рассольник ленинградский</i>	150	1.26	3.08	9.96	72.45	88
<i>Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным на полив</i>	120	8.91	6.59	20.43	177.00	308
	5	0.00	4.13	0.05	37.40	
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	40	2.64	0.40	19.32	94.40	
<i>Компот из сухофруктов (курага)</i>	150	0.33	0.02	20.83	84.75	394
	505	13.54	16.68	72.08	495.68	
полдник						
<i>Котлеты рыбные запеченные</i>	60	8.02	2.82	5.99	81.00	271
<i>Капуста тушеная с яблоками</i>	80	1.42	4.28	6.65	71.20	356
<i>Чай с лимоном</i>	150	0.10	0.02	8.50	34.17	412
<i>Батон нарезной</i>	15	1.16	0.36	8.01	38.10	1
	305	10.70	7.48	29.15	224.47	
ИТОГО:		32.13	31.93	163.01	1067.75	

МЕНЮ	на 9 день (четверг) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рец
Наименование блюд	сад					
завтрак						
<i>Каша овсянная (геркулес) жидкая с сахаром и маслом</i>	180	3.21	5.64	21.63	149.63	199.2
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	2.85	2.41	14.36	91.00	414
<i>Бутерброды с повидлом</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	2
	15	0.00	0.00	9.15	36.60	
	405	8.37	8.77	61.16	353.43	
второй завтрак						
<i>Сок фруктовый</i>	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
<i>Салат из свежих помидоров и огурцов</i>	40	0.39	2.46	1.49	29.68	15
<i>Рассольник ленинградский</i>	180	1.51	3.69	11.95	86.94	88
<i>Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным на полив</i>	140	10.40	7.69	23.84	206.50	308
	5	0.00	4.13	0.05	37.40	
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
<i>Компот из сухофруктов (курага)</i>	180	0.44	0.02	27.77	113.00	394
	595	16.04	18.49	89.25	591.52	
полдник						
<i>Котлеты рыбные запеченные</i>	80	10.64	3.76	7.67	107.00	271
<i>Капуста тушеная с яблоками</i>	100	1.78	4.08	8.31	88.40	356
<i>Чай с лимоном</i>	180	0.12	0.020	10.200	41.00	412
<i>Батон нарезной</i>	20	1.54	0.48	10.68	50.80	1
	380	14.08	8.34	36.86	287.20	
	ИТОГО:	38.89	35.64	197.07	1276.15	

МЕНЮ	на 10 день (пятница) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ рецеп
Наименование блюд	ясли					
завтрак						
<i>Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом</i>	160	2.12	3.89	26.86	151.00	199.1
<i>Какао с молоком</i>	150	3.15	2.72	12.96	89.00	416
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	350	8.95	12.82	55.89	371.65	
второй завтрак						
<i>Сок фруктовый</i>	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
<i>Суп картофельный с клецками</i>	150	1.26	2.02	7.28	52.35	91
<i>Суфлеиз кур</i>	54	7.85	9.58	1.94	125.28	413-П
<i>Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)</i>	50	2.07	3.80	21.20	87.33	440-П
	50					
<i>Напиток из шиповника</i>	150	0.51	0.21	14.23	61.00	417
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	40	2.64	0.40	19.32	94.40	1
	494	14.33	16.01	63.97	420.36	
полдник						
<i>Омлет натуральный</i>	65	5.73	11.04	1.10	127.00	229
<i>Молоко кипяченое</i>	150	4.58	4.08	7.58	85.00	419
<i>Батон нарезной</i>	15	1.16	0.36	8.01	38.10	1
<i>Фрукты (яблоко)</i>	160	0.64	0.48	16.48	73.60	368 а
	390	12.11	15.96	33.17	323.70	
	ИТОГО:	35.79	44.83	162.83	1159.71	

МЕНЮ	на 10 день (пятница) вторая неделя					
	ВЫХОД БЛЮДА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛЛОРИЙНОСТЬ	№ пец
Наименование блюд	сад					
завтрак						
<i>Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом</i>	180	2.14	3.89	27.10	152.20	199.1
<i>Какао с молоком</i>	180	3.78	3.26	15.55	106.80	416
<i>Бутерброды с сыром</i>	30	2.31	0.72	16.02	76.20	3
	5	0.03	4.13	0.05	37.40	
	5	1.34	1.37	0.00	18.05	
	400	9.60	13.36	58.72	390.65	
второй завтрак						
<i>Сок фруктовый</i>	100	0.40	0.04	9.80	44.00	418
обед						
<i>Суп картофельный с клецками</i>	180	1.51	2.42	8.74	62.82	91
<i>Суфлеиз кур</i>	65	9.45	11.53	2.34	150.80	413-П
<i>Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)</i>	70	2.89	5.32	29.68	122.27	440-П
	70					
<i>Напиток из шиповника</i>	180	0.61	0.25	18.67	79.00	417
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	50	3.30	0.50	24.15	118.00	
	615	17.76	20.02	83.58	532.89	
ужин						
<i>Омлет натуральный</i>	85	7.52	13.46	1.51	157.00	229
<i>Чай с молоком</i>	180	2.67	2.34	14.31	89.00	413
<i>Батон нарезной</i>	15	1.16	0.36	8.01	38.10	
<i>Фрукты (яблоко)</i>	200	0.80	0.60	20.60	92.00	368 а
	480	12.15	16.76	44.43	376.10	
	ИТОГО:	39.91	50.18	196.53	1343.64	