



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №35

 Е. А. Меланьина

Приказ № 45 от 29.02.2025 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0088FE135526330F54FA929912BD98DF08
Владелец: Меланьина Елена Алексеевна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

**ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ
С 12-ТИ ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ В МБДОУ №35
ВЕСНА - ЛЕТО
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 3 ДО 7 ЛЕТ.**

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 35
_____ Е.А.Меланьина

День-1	День-2	День-3	День-4	День-5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша пшенная	Каша рисовая	Каша манная	Лапша молочная	Каша геркулесовая
Чай сладкий с лимоном	Какао с молоком	Чай с молоком	Какао с молоком	Кофе с молоком
Булка с маслом	Булка с маслом	Булка с маслом	Булка с маслом	Булка с маслом
Сыр	Сыр	Сыр	Сыр	Сыр
Завтрак 2	Завтрак 2	Завтрак 2	Завтрак 2	Завтрак 2
Сок/	Сок/	Сок/	Сок/	Сок/
Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра кабачковая	Салат из квашеной капусты(салат из свежей капусты)	Помидор , огурец солёный(помидор свежий, огурец свежий)	Салат из свёклы с зелёным горошком	Свёкла куском
Суп вермишелевый с мясом	Свекольник с мясом и сметаной	Суп гороховый с курицей грёнками	Суп картофельный с курицей, клёцками сметаной	Щи из свеж.капусты с мясом и сметаной
Рулет мясной с яйцом	Жаркое по домашнему	Котлета куриная	Запеканка картофельная с мясом	Плов с мясом
Капуста тушёная	Компот из сух-фр	Картофельное пюре	Компот из сухофруктов	Компот из сухофр.
Компот из сух-фр	Хлеб ржаной	Компот из сух-фр	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		
Полдник уплотненный	Полдник уплотненный	Полдник уплотненный	Полдник уплотненный	Полдник уплотненный
Омлет	Салат витаминный	Лапшевник	Биточки рыбные с овощами тушёными	Винегрет
Икра свекольная	Пудинг творож-манный с повидлом	Кисель	Рис отварной	Пирог с рисом и яйцом
Кофе с молоком	Чай с молоком	Кондитерка	Молоко	Чай сладкий с лимоном
Пирог с повидлом	Булочка домашняя	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный				

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 35
_____ Е.А.Меланьина

День-6	День-7	День-8	День-9	День-10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная	Каша рисовая	Каша пшенная	Каша рябчик	Каша дружба
Чай сладкий с лимоном	Какао с молоком	Кофе с молоком	Какао с молоком	Кофе с молоком
Булка с маслом	Булка с маслом	Булка с маслом	Булка с маслом	Булка с маслом
Завтрак 2	Завтрак 2	Завтрак 2	Завтрак 2	Завтрак 2
Сок/	Сок/	Сок/	Сок/	Сок/
Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра кабачковая	Салат из кукурузы	Помидор солёный (помидор свежий)	Свёкла куском	Салат из квашеной капусты(салат из свежей капусты)
Суп рисовый с мясом	Суп картофельный рыбный сметаной	Суп снежок с курицей	Россольник с курицей и сметаной	Борщ с мясом сметаной
Греча отварная	Ёжик в сметанном соусе	Суфле из курицы	Солянка с мясом	Котлета мясная
Гуляш мясной	Свёкла тушёная	Картофельное пюре	Компот из сух-фр	Макароны отварные
Компот из сух-фр	Компот из сух-фр	Компот из сух-фр	Хлеб ржаной	Компот из сух-фр
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной
Полдник уплотненный	Полдник уплотненный	Полдник уплотненный	Полдник уплотненный	Полдник уплотненный
Рыба в омлете	Салат и тушёной моркови(салат из свежей моркови)	Котлета рыбная	Салат зимний	Морковное пюре (свежая морковь)
Салат из зелёного горошка с луком	Запеканка творожно-манная с ягодами протёртыми	Овощи тушёные	Блин с повидлом	Творожная запеканка со сгущённым молоком
Кофе с молоком	Молоко	Чай сладкий с лимоном	Чай сладкий с лимоном	Чай с молоком
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Кондитерка	Хлеб пшеничный	Кондитерка
		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008BFE13552E130F54FA829912B096DF08
Владелец: Меланьина Елена Александровна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	200		7,73	9,29	31,20	239,82
ПШЕНО	30	30	3,35	0,79	20,49	102,43
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,01	3,84	0,00	34,61
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
СЫР (ПОРЦИЯ)	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР	12	12	2,70	3,43	0,00	42,37
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200/7		0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			13,41	20,64	58,41	474,26
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
БАНАН	114		1,66	0,55	23,22	106,16
БАНАН	114	114	1,66	0,55	23,22	106,16
			2,15	0,65	33,02	147,87
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40		3,80	6,00	4,60	18,98
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ	200		3,57	7,63	12,16	131,80
МЯСО	20	12	1,67	3,88	0,00	41,55
СМЕТАНА	8	8	0,19	1,55	0,31	16,06
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	7	7	0,75	0,09	4,79	22,95
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,70	0,14	5,69	26,89
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ	95		8,40	16,19	3,89	194,88
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	23	2,83	2,57	0,16	35,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7	7	0,51	0,04	3,40	16,08
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130		2,59	2,09	7,56	61,08

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КАПУСТА СВЕЖАЯ	160	128	2,23	0,13	5,84	34,76
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАРНЫЙ ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			21,76	32,35	60,70	554,84
Полдник						
ОМЛЕТ		140	11,12	12,43	4,57	174,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	69	8,50	7,70	0,47	105,08
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	90	90	2,62	2,79	4,10	52,38
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		55	0,80	1,99	4,43	39,04
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
СВЕКЛА	57	41,61	0,60	0,04	3,55	16,96
КОФЕ С МОЛОКОМ		200	4,57	4,66	15,62	123,23
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ПИРОГ С ПОВИДЛОМ		80	5,80	3,91	40,88	221,92
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
ПОВИДЛО	20	20	0,08	0,00	12,80	51,53
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
ДРОЖЖИ	0,022	0,022	0,00	0,00	0,00	0,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			25,25	23,23	84,97	650,98
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,57	76,87	237,10	1 827,95

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 0088FE135526330F54FA929912B09BDF08
Владелец: Меланьина Елена Алексеевна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ	200		6,07	4,90	28,66	183,53
КРУПА РИСОВАЯ	30	25	1,70	0,24	17,95	80,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
СЫР (ПОРЦИЯ)	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР	12	12	2,70	3,43	0,00	42,37
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,65	4,83	14,70	121,63
КАКАО	1,2	1,2	0,28	0,17	0,12	3,37
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			16,40	21,08	62,83	508,64
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
БАНАН	114		1,66	0,55	23,22	106,16
БАНАН	114	114	1,66	0,55	23,22	106,16
			2,15	0,65	33,02	147,87
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		0,98	0,06	3,57	20,23
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	80	56	0,98	0,06	1,63	12,49
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/8		2,97	7,14	8,56	110,72
МЯСО	18	10,8	1,49	3,49	0,00	37,40
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
КАРТОФЕЛЬ	40	24	0,47	0,10	3,79	17,93
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
МОРКОВЬ	10	7	0,09	0,01	0,47	2,38
СВЕКЛА	50	36,5	0,53	0,04	3,11	14,87
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
СМЕТАНА	8	8	0,19	1,55	0,31	16,06
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200		9,01	19,85	21,84	298,00
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,01	5,76	0,00	51,91
КАРТОФЕЛЬ	210	126	2,44	0,49	19,92	94,11
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	1,30	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			16,36	27,49	66,46	577,05
Полдник						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		55	0,72	2,98	4,25	47,40
КАПУСТА СВЕЖАЯ	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
МОРКОВЬ	30,29	21,2	0,27	0,02	1,42	7,20
ЯБЛОКИ	8	8	0,03	0,03	0,76	3,65
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
ПУДИНГ ТВОРОЖНО- МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ		130/35	2,84	3,91	33,03	178,46
ТВОРОГ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,70	0,07	4,79	22,34
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
ПОВИДЛО	35	35	0,14	0,00	22,41	90,17
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	4,37	4,66	13,62	114,39
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	5,72	3,91	30,02	178,13
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
ДРОЖЖИ	0,022	0,022	0,00	0,00	0,00	0,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			16,61	15,70	100,39	610,27
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,52	64,92	262,70	1 843,83

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 0388FE135526333F5AF A52912B09B0F08
Владелец: Меланьина Елена Алексеевна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	150		5,29	7,07	19,10	161,10
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,50	0,15	10,27	47,87
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	130	130	3,78	4,04	5,93	75,66
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,01	2,88	0,00	25,96
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
СЫР (ПОРЦИЯ)	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР	12	12	2,70	3,43	0,00	42,37
КОФЕ С МОЛОКОМ	150		3,93	4,04	13,50	106,47
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,5	1,5	0,15	0,00	0,79	3,72
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	130	130	3,78	4,04	5,93	75,66
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			14,90	22,46	52,07	471,05
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
ЯБЛОКО	114		0,41	0,42	10,19	46,79
ЯБЛОКИ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,90	0,52	19,99	88,50
Обед						
ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ	50		0,53	0,00	1,16	6,79
ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ	50	50	0,53	0,00	1,16	6,79
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ ГРЕНКАМИ	200/8		6,90	2,54	26,13	155,19
ПТИЦА	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ГОРОХ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,70	0,14	5,69	26,89
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,48	0,12	9,74	45,94
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80		13,88	15,09	5,53	213,16
ПТИЦА	90	68,4	12,08	12,21	0,00	157,91
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	5	0,37	0,03	2,43	11,48
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		2,92	5,89	19,88	144,53
КАРТОФЕЛЬ	200	120	2,33	0,47	18,97	89,63
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,01	4,80	0,00	43,26
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			27,63	23,96	85,19	667,77
Полдник						
ЛАПШЕВНИК	160		9,64	8,79	22,37	207,26
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	46	5,66	5,13	0,31	70,05
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,67	0,32	17,10	81,97
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	45	45	1,31	1,40	2,06	26,19
ЗЕФИР	25		0,19	0,03	19,35	79,06
ЗЕФИР	25	25	0,19	0,03	19,35	79,06
КИСЕЛЬ	150		0,03	0,00	19,30	77,21
КИСЕЛЬ	25	25	0,03	0,00	19,30	77,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			12,82	9,06	80,49	455,42
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,25	56,00	237,74	1 682,74

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 0088FE139526330F54FA929912B09BDF08
Владелец: Меланьина Елена Александровна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200		7,04	4,98	27,81	184,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,67	0,32	17,10	81,97
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
СЫР (ПОРЦИЯ)	12		2,70	3,43	0,00	42,37
СЫР	12	12	2,70	3,43	0,00	42,37
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,65	4,83	14,70	121,63
КАКАО	1,2	1,2	0,28	0,17	0,12	3,37
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			17,37	21,16	61,98	509,86
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
ГРУША	114		0,45	0,33	11,39	51,97
ГРУША	114	114	0,45	0,33	11,39	51,97
			0,94	0,43	21,19	93,68
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	50		0,84	0,07	3,97	19,80
СВЕКЛА	50	36,5	0,53	0,04	3,11	14,87
ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ	14	8,4	0,25	0,02	0,53	3,26
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ КУРИНЫЙ С КЛЁЦКАМИ	200		5,23	6,47	13,28	132,57
ПТИЦА	18	13,68	2,42	2,44	0,00	31,58
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1	1	0,00	0,96	0,00	8,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	8	8	0,83	0,10	5,42	25,92
КАРТОФЕЛЬ	70	42	0,81	0,16	6,64	31,37
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	9,52	21,47	23,03	323,76
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,01	5,76	0,00	51,91
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	10	10	0,29	0,31	0,46	5,82
КАРТОФЕЛЬ	230	138	2,68	0,53	21,82	103,07
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			18,99	28,45	72,77	624,23
Полдник						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ТУШЁННЫМИ		100/40	12,30	5,69	8,92	136,50
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
РЫБА СВЕЖАЯ	110	52,8	9,84	0,81	0,00	46,61
ЛУК	15	12,6	0,17	0,03	1,00	5,01
МОРКОВЬ	50	35	0,45	0,04	2,35	11,88
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	5	0,37	0,03	2,43	11,48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
РИС ОТВАРНОЙ		55	1,15	0,16	12,20	54,91
КРУПА РИСОВАЯ	17	17	1,15	0,16	12,20	54,91
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ		150	4,37	4,66	6,84	87,30
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
ВАФЛЯ		35	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАФЛИ	35	35	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,78	10,75	47,43	370,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,08	60,79	203,37	1 598,37

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 0084FE135526330F54FA529912B04BDF08
Владелец: Меланьина Елена Алексеевна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.08.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200		7,95	6,46	28,69	205,21
ГЕРКУЛЕС	30	30	3,58	1,80	17,98	102,43
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
КОФЕ С МОЛОКОМ	200		4,57	4,66	14,66	119,36
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		3,33	0,27	21,90	103,37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	3,33	0,27	21,90	103,37
			15,87	19,07	65,25	497,16
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
			0,49	0,10	9,80	41,71
Обед						
СВЁКЛА КУСКОМ	45		0,58	0,04	3,42	16,35
СВЁКЛА	55	40,15	0,58	0,04	3,42	16,35
ЩИ С МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/8		3,59	7,56	8,78	118,39
МЯСО	20	12	1,67	3,88	0,00	41,55
СМЕТАНА	8	8	0,19	1,55	0,31	16,06
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
КАПУСТА СВЕЖАЯ	60	48	0,83	0,05	2,19	13,04
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ПЛОВ С МЯСОМ	200		8,46	14,04	34,22	297,33
КРУПА РИСОВАЯ	45	45	3,06	0,44	32,30	145,35
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		0,19	0,01	11,93	49,18

СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		49	3,14	0,42	20,15	96,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	49	3,14	0,42	20,15	96,94
			15,96	22,07	78,50	578,19
Полдник						
ВИНЕГРЕТ		125	1,95	4,12	11,31	90,72
ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ	15	9	0,27	0,02	0,57	3,49
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,70	0,14	5,69	26,89
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МОРКОВЬ	10	7	0,09	0,01	0,47	2,38
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	27	22,95	0,17	0,02	0,38	2,89
СВЕКЛА	60	43,8	0,64	0,04	3,73	17,85
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ПИРОГ С ЯЙЦОМ И РИСОМ		100	7,94	5,68	34,68	221,48
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 шт.	23	2,83	2,57	0,16	35,03
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	5	5	0,34	0,05	3,59	16,15
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ДРОЖЖИ	0,022	0,022	0,00	0,00	0,00	0,02
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ		200/8	0,07	0,01	7,97	33,60
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	8	8	0,07	0,01	0,23	2,64
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			9,96	9,81	53,96	345,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,28	51,05	207,51	1 462,86

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008FEE15526330F54FA929912B09BDF08
Владелец: Меланьина Елена Алексеевна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200		6,38	8,69	24,41	201,22
КРУПА МАННАЯ	20	20	2,00	0,19	13,70	63,83
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,01	3,84	0,00	34,61
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200/7		0,00	0,00	7,74	30,96
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			9,36	16,61	51,62	393,29
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
БАНАН	114		1,66	0,55	23,22	106,16
БАНАН	114	114	1,66	0,55	23,22	106,16
			2,15	0,65	33,02	147,87
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40		0,00	0,00	0,00	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200		2,77	5,61	12,14	110,20
МЯСО	18	10,8	1,49	3,49	0,00	37,40
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	15	15	1,02	0,15	10,77	48,45
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80		5,92	13,67	5,32	168,18
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	120		4,90	7,04	22,15	171,41
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	40	40	4,89	1,28	22,15	119,50
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,01	5,76	0,00	51,91
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			16,99	26,76	72,10	597,89
Полдник						
РЫБА В ОМЛЕТЕ		180	15,37	10,72	4,00	174,24
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
РЫБА СВЕЖАЯ	75	36	6,70	0,56	0,00	31,78
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,12 шт.	51,52	6,34	5,74	0,35	78,46
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	80	80	2,33	2,48	3,65	46,56
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЁНОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ		55	1,51	3,02	3,36	46,45
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ	80	48	1,45	0,10	3,03	18,62
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
КОФЕ С МОЛОКОМ		200	4,57	4,66	15,62	123,23
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАРНЫЙ ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			24,41	18,64	42,45	435,81
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,91	62,66	199,19	1 574,86

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 0038FE135262330F54FA929912B06BDF08
Подписан: Меланьина Елена Александровна
Действителен: с 27.03.2024 по 20.06.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ	200		6,07	4,90	28,66	183,53
КРУПА РИСОВАЯ	30	25	1,70	0,24	17,95	80,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,65	4,83	14,70	121,63
КАКАО	1,2	1,2	0,28	0,17	0,12	3,37
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			13,70	17,65	62,83	466,27
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
АПЕЛЬСИН	125		1,10	0,24	9,83	52,14
АПЕЛЬСИН	125	125	1,10	0,24	9,83	52,14
			1,59	0,34	19,63	93,85
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ С ЛУКОМ	55		1,51	0,11	3,36	20,29
КУКУРУЗА	80	48	1,45	0,10	3,03	18,62
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБНЫЙ СМЕТАНОЙ	200/8		6,94	4,19	11,05	109,99
РЫБА СВЕЖАЯ	60	28,8	5,36	0,45	0,00	25,42
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МОРКОВЬ	15	11,55	0,15	0,01	0,78	3,92
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА	8	8	0,19	1,55	0,31	16,06
СОЛЬ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЁЖИК В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80/30		9,10	17,28	12,35	238,34
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,68	0,10	7,18	32,30
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5	5	0,52	0,07	3,40	16,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,87	0,00	0,37	1,98

СМЕТАНА	10	10	0,24	1,94	0,39	20,08
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	10	10	0,29	0,31	0,46	5,82
СВЕКЛА ТУШЕНАЯ		120	2,11	3,07	12,39	85,44
СВЕКЛА	187,53	136,9	1,99	0,14	11,69	55,78
ЛУК	10,5	8,8	0,12	0,02	0,70	3,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			23,06	25,09	71,64	602,16
Полдник						
САЛАТ ИЗ ТУШЕНОЙ МОРКОВИ		40	1,01	2,46	5,68	49,36
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	15	15	0,44	0,47	0,69	8,73
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МОРКОВЬ	65	45,5	0,57	0,05	3,05	15,45
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ С ЯГОДАМИ ПРОТЕРТЫМИ		150/20	2,99	3,94	21,88	134,67
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
ТВОРОГ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,70	0,07	4,79	22,34
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
ПОВИДЛО	20	20	0,08	0,00	12,80	51,51
МОЛОКО СВЕЖЕЕ		200	5,82	6,21	9,12	116,40
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	200	5,82	6,21	9,12	116,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			12,78	12,85	56,15	392,32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,13	55,93	210,25	1 554,60

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0088FE13052E330F54FA029112046C8F08
Владелец: Меланьина Елена Алексеевна
Действителен с 27.03.2024 по 20.06.2025

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	200		7,73	9,29	31,20	239,82
ПШЕНО	30	30	3,35	0,79	20,49	102,43
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,01	3,84	0,00	34,61
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
КОФЕ С МОЛОКОМ	200		4,57	4,66	15,62	123,23
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
			15,28	21,87	66,29	524,16
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
АПЕЛЬСИН	125		1,10	0,24	9,83	52,14
АПЕЛЬСИН	125	125	1,10	0,24	9,83	52,14
			1,59	0,34	19,63	93,85
Обед						
ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ	50		0,53	0,00	1,16	6,79
ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ	50	50	0,53	0,00	1,16	6,79
СУП СНЕЖОК С КУРИЦЕЙ	200		5,53	6,20	10,94	121,77
ПТИЦА	20	15,2	2,69	2,72	0,00	35,09
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
КАРТОФЕЛЬ	100	60	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ	90		15,41	17,06	3,88	230,58
ПТИЦА	95	72,2	12,75	12,88	0,00	166,68
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	30	30	0,87	0,93	1,37	17,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	5	0,37	0,03	2,43	11,48
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,21	7,16	20,34	159,00
КАРТОФЕЛЬ	200	120	2,33	0,47	18,97	89,63
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	30	30	0,87	0,93	1,37	17,46
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,01	5,76	0,00	51,91

СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			28,08	30,86	68,81	666,24
Полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		80	8,98	3,46	2,81	78,31
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
РЫБА СВЕЖАЯ	85	40,8	7,60	0,63	0,00	36,02
ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	5	0,37	0,03	2,43	11,48
ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ		150	2,65	2,23	13,26	84,97
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА СВЕЖАЯ	90	72	1,26	0,07	3,28	19,56
КАРТОФЕЛЬ	85	51	0,99	0,19	8,06	38,09
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	4,37	4,66	14,58	118,26
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,22	0,18	14,60	68,92
			18,22	10,53	45,25	350,46
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,17	63,60	199,98	1 634,71

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0089FE135C6320F54FA209128D9E6F08
Владелец: Меланьина Елена Александровна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РЯБЧИК	200		7,23	9,14	29,79	230,65
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	15	15	1,83	0,49	8,31	44,81
КРУПА РИСОВАЯ	15	15	1,02	0,15	10,77	48,45
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,01	3,84	0,00	34,61
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,65	4,83	14,70	121,63
КАКАО	1,2	1,2	0,28	0,17	0,12	3,37
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			14,86	21,89	63,96	513,39
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
ГРУША	114		0,45	0,33	11,39	51,97
ГРУША	114	114	0,45	0,33	11,39	51,97
			0,94	0,43	21,19	93,68
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,96	4,05	45,49
СВЕКЛА	65	47,45	0,69	0,05	4,05	19,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
РОССОЛЬНИК С МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/7		3,49	7,45	12,48	131,09
МЯСО	20	12	1,67	3,88	0,00	41,55
СМЕТАНА	7	7	0,17	1,36	0,27	14,06
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5	5	0,46	0,06	3,25	15,28
КАРТОФЕЛЬ	80	48	0,93	0,18	7,59	35,85
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	22	22	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЯНКА С МЯСОМ	200		7,91	19,66	14,44	267,61
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,01	5,76	0,00	51,91
КАРТОФЕЛЬ	90	54	1,05	0,21	8,54	40,33
КАПУСТА СВЕЖАЯ	100	80	1,40	0,08	3,65	21,73

ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	20	15,4	0,19	0,02	1,03	5,23
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			15,49	30,51	63,46	592,29
Полдник						
БЛИН С ПОВИДЛОМ		100/30	7,02	8,03	52,02	308,50
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,01	2,88	0,00	25,96
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	60	60	1,75	1,86	2,74	34,92
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70
ПОВИДЛО	30	30	0,12	0,00	19,21	77,26
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
ДРОЖЖИ	0,022	0,022	0,00	0,00	0,00	0,02
САЛАТ ЗИМНИЙ		80	1,34	3,11	7,82	65,25
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ	14	8,4	0,25	0,02	0,53	3,26
КАРТОФЕЛЬ	60	36	0,70	0,14	5,69	26,89
ЛУК	7	5,88	0,08	0,01	0,47	2,34
МОРКОВЬ	15	11,55	0,15	0,01	0,78	3,92
ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	25	21,25	0,16	0,02	0,35	2,68
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ		200/8	0,00	0,00	7,74	30,96
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОН	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			11,32	11,38	87,05	496,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,61	64,21	235,66	1 695,96

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0088FE139526330F54FA829912B09BDF08
Владелец: Меланьина Елена Александровна
Действителен: с 27.03.2024 до 20.06.2025

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА	200		7,08	9,05	31,72	237,06
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0,01	3,84	0,00	34,61
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
ПШЕНО	15	15	1,68	0,40	10,24	51,22
КРУПА РИСОВАЯ	15	15	1,02	0,15	10,77	48,45
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯ)	8		0,02	7,68	0,00	69,22
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0,02	7,68	0,00	69,22
КОФЕ С МОЛОКОМ	200		4,57	4,66	15,62	123,23
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,20	0,00	1,04	4,97
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
			14,63	21,63	66,81	521,40
II Завтрак						
СОК	100		0,49	0,10	9,80	41,71
СОК	100	100	0,49	0,10	9,80	41,71
ГРУША	114		0,45	0,33	11,39	51,97
ГРУША	114	114	0,45	0,33	11,39	51,97
			0,94	0,43	21,19	93,68
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		0,98	2,97	3,57	46,39
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	80	56	0,98	0,06	1,63	12,49
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
БОРЩ С МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/8		4,63	7,52	8,74	117,13
МЯСО	20	12	1,67	3,88	0,00	41,55
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
СМЕТАНА	8	8	0,19	1,55	0,31	16,06
КАРТОФЕЛЬ	30	18	0,35	0,07	2,84	13,44
КАПУСТА СВЕЖАЯ	30	24	0,42	0,02	1,10	6,52
ЛУК	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МОРКОВЬ	15	11,55	0,15	0,01	0,78	3,92
СВЕКЛА	40	29,2	0,43	0,03	2,49	11,89
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	1,30	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80		6,52	14,47	3,78	171,55
МЯСО	60	36	5,00	11,63	0,00	124,66
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	7,68	0,95	0,85	0,05	11,70

ЛУК	5	4,2	0,06	0,01	0,33	1,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7	7	0,51	0,04	3,40	16,08
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		120	4,27	0,50	27,35	131,14
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,27	0,50	27,35	131,14
СОЛЬ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,19	0,01	11,93	49,18
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0,19	0,01	5,15	22,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,21	0,43	20,56	98,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,21	0,43	20,56	98,92
			19,80	25,90	75,93	614,31
Полдник						
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ		140/25	27,15	17,33	40,47	380,94
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	20	20	0,58	0,62	0,91	11,64
ТВОРОГ	130	130	22,70	11,35	16,39	213,11
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт.	11,5	1,42	1,28	0,08	17,52
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,70	0,07	4,79	22,34
МОЛОКО СГУЩЁНОЕ	25	25	1,75	2,07	13,46	79,54
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
САЛАТ ИЗ ТУШЕНОЙ МОРКОВИ		40	1,01	2,46	4,71	45,49
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	15	15	0,44	0,47	0,69	8,73
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МОРКОВЬ	65	45,5	0,57	0,05	3,05	15,45
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	4,37	4,66	14,58	118,26
ЧАЙ	0,007	0,007	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	150	150	4,37	4,66	6,84	87,30
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
ВАФЛЯ		35	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАФЛИ	35	35	0,00	0,00	0,00	0,00
			35,49	24,69	79,23	636,58
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,86	72,65	243,16	1 865,97