



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 223**

Юридический адрес: 620085, Свердловская область, г. Екатеринбург, б-р Самоцветный, д. 8
тел.: 218-07-77, 218-09-77 e-mail: mdou223@eduekb.ru, сайт: dc223.pf

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №223
детского сада
Басова И.В.
Приказ № 11- ОД от «12» января 2024г.
№ 223



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Возрастная категория: с 2 до 7 лет
Длительность пребывания воспитанников – 10,5 часов



Екатеринбург, 2024 г

Меню
7. ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч Ясли 1

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на кон	127,57000	0,00400	0,00570	0,01401	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток на сгущеном	77,28000	0,00148	0,00150	0,01260	0,15
Итого:	324,50000	0,00820	0,01237	0,04530	0,34
Обед					
Икра кабачковая 30 гр	36,52375	0,00060	0,00270	0,00282	0,03
Суп крестьянский со сметаной	75,67750	0,00140	0,00363	0,00871	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли	89,75125	0,00865	0,00754	0,00355	0,06
Картофельное пюре	130,84000	0,00269	0,00291	0,02155	0,12
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	461,51250	0,01593	0,01719	0,06707	0,548
Полдник					
Рис в молоке со сливочным мас	101,22750	0,00341	0,00425	0,01103	0,15
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Пряник 30 гр	105,00000	0,00144	0,00084	0,02331	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	280,85250	0,00637	0,00527	0,05117	0,35
Всего:	1154,04069	30,99313	34,93375	173,64188	1,338

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 2

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущеное молоко 15 гр	49,12941	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Запеканка творожная 100 гр	269,11059	0,01288	0,01687	0,00936	0,1
Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	545,55000	0,02059	0,02736	0,04946	0,311
Обед					
Салат из помидоров с растительным мас	17,01529	0,00041	0,00107	0,00175	0,03
Суп из овощей на курином бульоне	44,03118	0,00115	0,00102	0,00732	0,15
Котлета из мяса куры	88,00647	0,01137	0,00258	0,00312	0,06
Макаронные изделия отварные	185,52000	0,00471	0,00279	0,03274	0,12
Компот из яблок и чернослива	54,78000	0,00015	0,00006	0,01319	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	452,70294	0,02009	0,00794	0,07275	0,548
Полдник					
Биойогурт 130 г	146,90000	0,00390	0,00390	0,02470	0,13
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба	141,88000	0,00419	0,00545	0,01783	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	334,98000	0,00961	0,00953	0,05255	0,3
Всего:	1378,59482	50,64765	45,18059	185,14824	1,259

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 3

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	147,13412	0,00781	0,01002	0,00252	0,1
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Чай с молоком.	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Итого:	363,06412	0,01419	0,01905	0,03190	0,296
Обед					
Салат из отвар. картофеля, мор	41,97824	0,00043	0,00269	0,00329	0,03
Суп картофельный с зеленым го	57,63176	0,00118	0,00275	0,00597	0,15
Тефтели из говядины с рисом "Е	134,76118	0,00862	0,00799	0,00414	0,06
Капуста тушеная.	83,10412	0,00239	0,00319	0,01178	0,12
Компот из сухофруктов	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	435,90529	0,01520	0,01704	0,05331	0,583
Полдник					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,53647	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Шанежка с картофелем 70 гр	216,10765	0,00538	0,00631	0,02980	0,07
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	381,59412	0,00830	0,01110	0,05710	0,34
Всего:	1227,51106	38,18765	47,29471	152,41471	1,319

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 4

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Груша 100 гр	42,30000	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
Итого:	42,30000	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
Завтрак					
Суфле творожное 100 гр	299,73176	0,01193	0,01844	0,01362	0,1
Джем 20 г	55,65000	0,00008	0,00000	0,01460	0,02
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,025
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	561,57176	0,01707	0,02602	0,05972	0,3
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	14,13882	0,00031	0,00104	0,00135	0,03
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,78471	0,00136	0,00333	0,01034	0,15
Тефтели рыбные в соусе 80 гр	110,62882	0,00679	0,00396	0,00695	0,08
Рис припущенный с овощами	172,83118	0,00318	0,00576	0,02536	0,12
Компот из яблок 200г	61,76882	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	501,50235	0,01402	0,01458	0,07342	0,653
Полдник					
Биокефир 130 г	72,80000	0,00364	0,00416	0,00520	0,13
Каша ячневая молочная со сливками	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	246,25000	0,00869	0,00894	0,03118	0,3
Всего:	1356,30388	40,13706	49,81471	173,57882	1,353

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 5

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшениц	190,85882	0,00495	0,00573	0,02577	0,18
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,025
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток на молоке	84,84882	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:	395,35765	0,00977	0,01302	0,05711	0,36
Обед					
Салат из морковью с раститель	32,95647	0,00035	0,00203	0,00401	0,03
Суп-пюре из картофеля 150 гр	69,84235	0,00181	0,00210	0,00968	0,15
Биточки (котлеты) из мяса говяд	203,06765	0,01536	0,01299	0,00124	0,06
Рагу из овощей	73,79118	0,00216	0,00216	0,01088	0,12
Компот из чернослива	67,26000	0,00019	0,00000	0,01627	0,15
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
Гренки 10 гр	27,72000	0,00086	0,00010	0,00547	0,01
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	519,88765	0,02238	0,01967	0,05800	0,583
Полдник					
Снежок 130 г	107,55824	0,00337	0,00415	0,01413	0,13
Макаронные изделия отварные	152,71176	0,00466	0,00406	0,02175	0,1
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	283,37000	0,00879	0,00829	0,04089	0,24
Всего:	1246,13394	41,43588	41,08765	166,09647	1,283

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 6

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на кон	127,57000	0,00400	0,00570	0,01401	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток на сгущеном	77,40667	0,00148	0,00150	0,01260	0,15
Итого:	324,62667	0,00820	0,01237	0,04530	0,34
Обед					
Зеленый горошек	11,78667	0,00086	0,00005	0,00174	0,03
Суп овощной с мясными фрикад	215,03600	0,00527	0,01264	0,01559	0,2
Соус молочный (для подачи к бл	26,65800	0,00055	0,00153	0,00188	0,03
Запеканка картофельная с пече	241,87533	0,01459	0,00787	0,02405	0,18
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	633,12600	0,02419	0,02258	0,07579	0,633
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с	106,57400	0,00355	0,00449	0,01132	0,15
Чай с лимоном 100 гр	19,48933	0,00002	0,00000	0,00456	0,1
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	263,86333	0,00717	0,00571	0,04126	0,29
Всего:	1269,73413	40,06933	40,75667	172,44733	1,363

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 7

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущеное молоко 15 гр	49,23077	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Запеканка творожная 100 гр	267,18000	0,01268	0,01670	0,00935	0,1
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	543,72077	0,02040	0,02719	0,04945	0,314
Обед					
Салат из огурцов с растительн	14,13692	0,00031	0,00104	0,00135	0,03
Суп с клецками с мясом куры 18	94,58769	0,00533	0,00298	0,00990	0,18
Бигус с мясом куры	152,47231	0,01602	0,00569	0,00745	0,18
Компот из яблок 150г	46,48308	0,00005	0,00005	0,01110	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	371,03000	0,02403	0,01018	0,04442	0,578
Полдник					
Ряженка 130 гр	108,87692	0,00389	0,00778	0,00531	0,13
Каша пшеничная молочная со с	130,26000	0,00371	0,00484	0,01558	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	285,33692	0,00912	0,01279	0,03092	0,3
Всего:	1243,31708	53,89692	50,51769	135,17231	1,292

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 8

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	148,03500	0,00791	0,01011	0,00253	0,1
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,00099	0,00106	0,00842	0,15
Итого:	339,35500	0,01318	0,01794	0,02964	0,296
Обед					
Икра кабачковая	24,40000	0,00040	0,00180	0,00188	0,02
Суп овощной на вегетарианском	54,91750	0,00104	0,00274	0,00589	0,15
Биточки (котлеты) из мяса говяд	202,98750	0,01536	0,01299	0,00124	0,06
Макаронные изделия отварные	186,07000	0,00471	0,00279	0,03274	0,12
Компот из сухофруктов	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	595,85500	0,02442	0,02080	0,07195	0,578
Полдник					
Свекла, тушеная со сметаной	41,72000	0,00098	0,00149	0,00678	0,06
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с курагой	204,52000	0,00508	0,00349	0,03564	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	320,86500	0,00758	0,00515	0,05925	0,29
Всего:	1301,66600	45,67875	43,99625	170,94125	1,264

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 9

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	95,25000	0,00044	0,00035	0,02498	0,12
Завтрак					
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Джем 20г	55,65000	0,00008	0,00000	0,02498	0,02
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,025
Пудинг творожный с изюмом 10	263,56786	0,01253	0,01514	0,01272	0,1
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	469,75786	0,01758	0,02272	0,04422	0,28
Обед					
Салат из помидоров с растител	17,01143	0,00041	0,00107	0,00175	0,03
Борщ вегетарианский со сметан	60,89214	0,00142	0,00231	0,00861	0,15
Рыба(горбуша), запеченная с ка	302,87929	0,01954	0,01157	0,02409	0,16
Кисель из клюквы .	80,71857	0,00016	0,00001	0,01834	0,15
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Аскорбиновая кислота в третье	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,035
Итого:	533,90143	0,02417	0,01544	0,06950	0,568
Полдник					
Биойогурт 130 г	105,73571	0,00281	0,00281	0,01778	0,13
Каша манная молочная со слив	127,30214	0,00355	0,00453	0,01613	0,15
Мармелад 15 гр	43,95000	0,00006	0,00000	0,01149	0,015
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	323,18786	0,00793	0,00752	0,05542	0,315
Всего:	1427,10071	50,12071	46,02857	194,11857	1,283

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 10

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша пшеничная молочная со сли	137,81000	0,00396	0,00492	0,01646	0,15
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Кофейный напиток на молоке	84,89769	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:	363,47769	0,01033	0,01381	0,04780	0,346
Обед					
Салат из белокочанной капусты	19,71000	0,00051	0,00103	0,00275	0,03
Уха рыбацкая 0,150	82,37923	0,00512	0,00174	0,00828	0,15
Жаркое по - домашнему	240,07615	0,01791	0,01573	0,01884	0,18
Компот из изюма	71,68000	0,00017	0,00000	0,01747	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	477,19538	0,02603	0,01892	0,06196	0,583
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с	70,71615	0,00237	0,00299	0,00755	0,1
Чай 150 гр,	28,57077	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Пирожок с капустой .	165,33385	0,00429	0,00610	0,01989	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	310,82077	0,00818	0,00927	0,04426	0,33
Всего:	1277,88046	45,03769	42,10769	164,12692	1,359

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 11

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на кон	127,57000	0,00400	0,00570	0,01401	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток на сгущеном	77,28000	0,00148	0,00150	0,01260	0,15
Итого:	324,50000	0,00820	0,01237	0,04530	0,34
Обед					
Салат из белокачанной капусты	43,43500	0,00077	0,00304	0,00425	0,06
Суп крестьянский со сметаной	75,66700	0,00139	0,00363	0,00871	0,15
Голубцы ленивые в молочном с	188,57100	0,01513	0,01298	0,01299	0,18
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	445,44300	0,02023	0,02013	0,05848	0,583
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с	106,48700	0,00356	0,00449	0,01132	0,15
Чай с лимоном 150 гр	28,88800	0,00003	0,00000	0,00680	0,15
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	273,17500	0,00719	0,00571	0,04350	0,34
Всего:	1146,93670	36,11700	38,30800	157,37400	1,363

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 12

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Каша ячневая молочная со слив	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15
Сгущеное молоко 15 гр	49,16364	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Запеканка творожная 100 гр	267,74091	0,01275	0,01676	0,00935	0,1
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	671,46455	0,02399	0,03185	0,06541	0,461
Обед					
Салат из помидоров с растител	17,02636	0,00041	0,00107	0,00175	0,03
Суп овощной с мясом куры	50,47182	0,00352	0,00170	0,00476	0,15
Гуляш из мяса куры	119,84545	0,00808	0,00854	0,00241	0,08
Рис припущенный с овощами .	172,66455	0,00318	0,00576	0,02535	0,12
Компот из ябллок и чернослива	54,78000	0,00015	0,00006	0,01319	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	478,13818	0,01765	0,01755	0,06209	0,568
Полдник					
Биокефир 130 г	72,80000	0,00364	0,00416	0,00520	0,13
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	119,00000	0,00516	0,00434	0,01522	0,15
Всего:	1324,34964	47,15727	54,08909	153,10636	1,279

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 13

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша гречневая молочная с мас	157,71000	0,00464	0,00471	0,02412	0,15
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Кофейный напиток с молоком	87,85000	0,00210	0,00211	0,01288	0,15
Итого:	386,33000	0,01102	0,01360	0,05569	0,346
Обед					
Икра кабачковая 30 гр	36,53222	0,00060	0,00270	0,00282	0,03
Суп овощной на вегетарианском	54,95500	0,00104	0,00274	0,00589	0,15
Биточки (котлеты) из мяса говяд	203,01778	0,01536	0,01299	0,00124	0,06
Макаронные изделия отварные	185,86222	0,00471	0,00279	0,03274	0,12
Компот из сухофруктов	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	598,79722	0,02429	0,02164	0,07080	0,583
Полдник					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка со сметаной 60 гр	256,74778	0,00600	0,00931	0,03141	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	422,12278	0,00891	0,01410	0,05870	0,33
Всего:	1453,01250	44,71778	49,43500	195,29667	1,359

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 14

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Джем 20 г	55,65000	0,00008	0,00000	0,01460	0,02
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Залежанка творожная 100 гр	270,21063	0,01291	0,01690	0,00936	0,1
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,025
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	532,05063	0,01805	0,02448	0,05546	0,3
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	14,13625	0,00031	0,00104	0,00135	0,03
Рыба с овощами в омлете 180 гр	319,43938	0,02877	0,01760	0,00461	0,18
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,73188	0,00136	0,00333	0,01034	0,15
Компот из изюма	71,68000	0,00017	0,00000	0,01747	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Итого:	547,33750	0,03292	0,02239	0,04840	0,58
Полдник					
Биойогурт 130 г	146,90000	0,00390	0,00390	0,02470	0,13
Каша ячневая молочная со сливками	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	320,35000	0,00895	0,00868	0,05068	0,3
Всего:	1466,99531	60,96438	55,61875	169,78625	1,28

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 15

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшени)	158,94636	0,00412	0,00478	0,02147	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,025
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Чай 150 гр,	28,59727	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Итого:	307,19364	0,00684	0,00995	0,04698	0,33
Обед					
Зеленый горошек	11,78182	0,00086	0,00005	0,00174	0,03
Рассольник "Ленинградский" со	85,50000	0,00150	0,00357	0,01051	0,15
Жаркое по - домашнему	240,19182	0,01792	0,01573	0,01884	0,18
Компот из яблок 150г	46,51273	0,00005	0,00005	0,01109	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Итого:	447,33636	0,02264	0,01982	0,05681	0,58
Полдник					
Снежок 150 г	124,27364	0,00389	0,00479	0,01632	0,15
Макаронные изделия отварные	152,73364	0,00466	0,00406	0,02175	0,1
Чай 150 гр,	28,59727	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	351,80455	0,01007	0,00903	0,05491	0,42
Всего:	1225,50164	40,05545	38,90273	168,79727	1,43

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 16

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на кон	127,57000	0,00400	0,00570	0,01401	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток на сгущеном	77,28000	0,00148	0,00150	0,01260	0,15
Итого:	324,50000	0,00820	0,01237	0,04530	0,34
Обед					
Салат из отварного картофеля,	41,54000	0,00057	0,00186	0,00476	0,03
Суп овощной на мясном бульоне	46,43875	0,00100	0,00229	0,00508	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли 6	89,75125	0,00865	0,00754	0,00355	0,06
Греча с овощами.	173,15875	0,00435	0,00566	0,02724	0,15
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	479,60875	0,01716	0,01777	0,07107	0,578
Полдник					
Свекла тушеная с яблоками 130	157,22938	0,00171	0,00861	0,01708	0,13
Чай с лимоном 100 гр	19,26000	0,00002	0,00000	0,00456	0,1
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	314,28938	0,00533	0,00983	0,04702	0,27
Всего:	1202,29213	31,19875	40,06813	173,48625	1,288

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 17

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущеное молоко 15 гр	49,06667	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Залежанка творожная 100 гр	266,96250	0,01271	0,01673	0,00935	0,1
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	543,33917	0,02043	0,02722	0,04945	0,311
Обед					
Салат из огурцов с растительным	14,13333	0,00031	0,00104	0,00135	0,03
Суп-лапша с мясом курицы со сметаной	117,49833	0,00494	0,00599	0,00854	0,15
Суфле из мяса курицы с рисом	133,67167	0,01426	0,00517	0,00496	0,06
Капуста тушеная	72,98333	0,00185	0,00331	0,00906	0,12
Компот из яблок 150г	46,32000	0,00006	0,00005	0,01110	0,15
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	457,00667	0,02406	0,01604	0,05172	0,553
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом	106,45750	0,00355	0,00449	0,01132	0,15
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	272,68250	0,00715	0,00571	0,04351	0,34
Всего:	1318,93517	51,99417	49,31083	155,06583	1,304

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 18

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л- 100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	148,90722	0,00798	0,01017	0,00253	0,1
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,00099	0,00106	0,00842	0,15
Итого:	340,22722	0,01324	0,01800	0,02964	0,296
Обед					
Огурец консервированный 40 гр	5,20000	0,00030	0,00004	0,00091	0,04
Суп крестьянский со сметаной	75,69389	0,00140	0,00363	0,00871	0,15
Суфле из печени.	119,29444	0,01094	0,00610	0,00243	0,06
Рагу из овощей	73,80056	0,00216	0,00216	0,01088	0,12
Компот из сухофруктов	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	392,41889	0,01738	0,01234	0,05105	0,593
Полдник					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр.	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с повидлом 60 гр	193,33167	0,00389	0,00358	0,03293	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	358,70667	0,00680	0,00837	0,06023	0,33
Всего:	1137,46517	37,92333	38,80944	151,01278	1,319

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 19

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Груша 100 гр	42,30000	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
Итого:	42,30000	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
Завтрак					
Каша ячневая молочная со слив	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,025
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	333,44000	0,00858	0,01218	0,04746	0,33
Обед					
Салат из помидоров с растител	17,02056	0,00041	0,00107	0,00175	0,03
Борщ вегетарианский со сметан	60,74500	0,00142	0,00231	0,00861	0,15
Борщ на мясном бульоне с капу	67,56778	0,00150	0,00297	0,00848	0,15
Рыба, тушеная с овощами 60 гр	79,51778	0,00581	0,00312	0,00290	0,06
Гуляш из отварного мяса (ясли 6	89,57167	0,00865	0,00754	0,00355	0,06
Картофельное пюре.	113,48000	0,00238	0,00301	0,01754	0,12
Макаронные изделия отварные	185,86222	0,00471	0,00279	0,03274	0,12
Компот из яблок 200г	61,76000	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	747,92500	0,02758	0,02336	0,10708	0,968
Полдник					
Йогурт питьевой 120 г	102,00000	0,00600	0,00384	0,01020	0,12
Каша манная молочная со слив	127,29278	0,00355	0,00453	0,01613	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	275,49278	0,01107	0,00855	0,03635	0,29
Всего:	1444,41989	47,59222	44,36722	200,15889	1,688

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 20

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок 0,2л-100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сл	145,76250	0,00461	0,00564	0,01852	0,15
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Кофейный напиток на молоке	84,69000	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:	371,22250	0,01098	0,01453	0,04987	0,346
Обед					
Икра кабачковая 40 гр	48,72375	0,00080	0,00359	0,00375	0,04
Уха с крупой 200 гр					0
Залепанка картофельная с отва	272,84938	0,01444	0,01340	0,01807	0,15
Соус молочный (для подачи к бл	26,21938	0,00055	0,00153	0,00188	0,03
Кисель из кураги 100 гр,	65,02500	0,00049	0,00000	0,01571	0,1
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	476,16750	0,01859	0,01894	0,05404	0,393
Полдник					
Рис в молоке со сливочным мас	67,48500	0,00227	0,00284	0,00735	0,1
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с творогом	202,06625	0,00644	0,00651	0,02493	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	344,17625	0,01023	0,00952	0,04911	0,33
Всего:	1244,79688	40,29875	43,09313	163,12375	1,169

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 1

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,20721	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,20721	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на концентрирова	179,17347	0,00532	0,00830	0,01895	0,2
Масло сливочное 5гр	37,56847	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 40 гр	94,42342	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Кофейный напиток на сгущеном молоке 18	93,14347	0,00178	0,00180	0,01511	0,18
Итого:	404,30883	0,01020	0,01542	0,05543	0,425
Обед					
Икра кабачковая 50 гр	61,18685	0,00100	0,00449	0,00469	0,05
Суп крестьянский со сметаной	97,24338	0,00181	0,00449	0,01153	0,2
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	119,07176	0,01150	0,01005	0,00452	0,08
Картофельное пюре .	170,00748	0,00366	0,00428	0,02629	0,15
Напиток из шиповника	75,49856	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,72613	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	595,73414	0,02093	0,02380	0,08192	0,725
Полдник					
Рис в молоке со сливочным маслом 180 г.	122,01045	0,00409	0,00510	0,01324	0,18
Чай 150 гр.	28,56158	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Пряник 30 гр	105,47297	0,00144	0,00084	0,02331	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,40811	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	302,45311	0,00705	0,00612	0,05338	0,38
Всего:	1397,07500	38,67635	45,43991	200,83338	1,63

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День2

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюд
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,79651	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,79651	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущенное молоко 20 гр	65,83057	0,00147	0,00174	0,01147	0,02
Батон с маслом, сыром 40/5/9 гр	161,25590	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Запеканка творожная 120 гр	318,51782	0,01526	0,01963	0,01145	0,12
Какао с молоком 180г	101,13974	0,00286	0,00297	0,01366	0,18
Итого:	646,74402	0,02485	0,03189	0,05794	0,374
Обед					
Салат из помидоров с растительным мас	30,84310	0,00064	0,00211	0,00277	0,05
Суп из овощей на курином бульоне	55,62900	0,00152	0,00107	0,00970	0,2
Котлета из мяса куры	123,54376	0,01523	0,00395	0,00420	0,08
Макаронные изделия отварные	233,13362	0,00588	0,00348	0,04092	0,15
Компот из яблок и чернослива	72,03319	0,00019	0,00008	0,01726	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,71616	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	587,89882	0,02610	0,01118	0,09157	0,725
Полдник					
Биойогурт 150 г	170,24017	0,00450	0,00450	0,02850	0,15
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба	195,65362	0,00551	0,00790	0,02364	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,40175	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	412,29555	0,01153	0,01258	0,06216	0,37
Всего:	1683,14915	62,83214	55,99952	222,05777	1,569

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч Дети 3

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,21296	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,21296	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	176,66210	0,00942	0,01207	0,00303	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,29278	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Чай с молоком.	97,21477	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
Итого:	435,16964	0,01744	0,02257	0,03796	0,374
Обед					
Салат из отвар. картофеля, мор	70,24185	0,00071	0,00448	0,00549	0,05
Суп картофельный с зеленым го	67,67185	0,00152	0,00279	0,00790	0,2
Тефтели из говядины с рисом "Б	180,81130	0,01143	0,01058	0,00593	0,08
Калуста тушеная.	109,26630	0,00293	0,00483	0,01392	0,15
Компот из сухофруктов	78,18028	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,73519	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	578,90676	0,01952	0,02316	0,06889	0,775
Полдник					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр.	28,56537	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Шанежка с картофелем 70 гр	216,32625	0,00533	0,00627	0,02980	0,07
Хлеб пшеничный 20 гр	46,41389	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	382,05551	0,00824	0,01105	0,05710	0,34
Всего:	1439,60627	45,70528	56,88125	174,05546	1,589

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 4

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Груша 100 гр	42,70591	0,00036	0,00027	0,00931	0,1
Итого:	42,70591	0,00036	0,00027	0,00931	0,1
Завтрак					
Суфле творожное 120 гр	295,78218	0,01273	0,01793	0,01269	0,12
Джем 20 г.	52,68682	0,00008	0,00000	0,01375	0,02
Масло сливочное 5гр	37,57000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 40 гр	94,10682	0,00307	0,00120	0,02125	0,04
Какао с молоком 180г	82,79909	0,00282	0,00294	0,00948	0,18
Итого:	562,94491	0,01872	0,02619	0,05721	0,365
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	21,15755	0,00048	0,00150	0,00213	0,05
Свекольник вегетарианский со сметаной	100,84377	0,00177	0,00410	0,01372	0,2
Тефтели рыбные в соусе 80 гр	116,55145	0,00751	0,00400	0,00696	0,08
Рис припущенный с овощами	216,84714	0,00397	0,00719	0,03169	0,15
Компот из яблок 200г	34,70936	0,00006	0,00006	0,00824	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	74,37455	0,00270	0,00049	0,01710	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Чеснок 1 гр	0,68582	0,00010	0,00000	0,00009	0,001
Итого:	565,16964	0,01658	0,01735	0,07993	0,776
Полдник					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	167,87755	0,00426	0,00641	0,02037	0,2
Чай 150 гр,	18,22645	0,00000	0,00000	0,00433	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	43,94250	0,00144	0,00017	0,00948	0,02
Итого:	230,04650	0,00570	0,00658	0,03419	0,37
Всего:	1397,37380	41,36164	50,38950	180,64064	1,611

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 5

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюд
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,23469	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,23469	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) 100 г	191,61327	0,00495	0,00573	0,02577	0,18
Батон 40 гр	94,47959	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,59082	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток с молоком 180 г	105,96561	0,00252	0,00253	0,01545	0,18
Итого:	429,64929	0,01057	0,01359	0,06258	0,405
Обед					
Салат из морковью с растительным маслом 100 г	54,72638	0,00059	0,00337	0,00668	0,05
Суп-пюре из картофеля 200 гр	93,17296	0,00241	0,00281	0,01290	0,2
Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые 100 г	264,90031	0,01855	0,01685	0,00303	0,08
Рагу из овощей 100 г	107,68633	0,00276	0,00400	0,01390	0,15
Компот из чернослива 100 г	75,22184	0,00019	0,00000	0,01809	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,57704	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Гренки 10 гр	27,86143	0,00086	0,00010	0,00547	0,01
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	678,14628	0,02734	0,02748	0,07261	0,775
Полдник					
Снежок 150 г	124,96158	0,00389	0,00479	0,01632	0,15
Макаронные изделия отварные с сыром 100 г	199,74837	0,00606	0,00527	0,02827	0,13
Хлеб пшеничный 10 гр	23,21786	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	347,92781	0,01071	0,01015	0,04961	0,29
Всего:	1494,42871	49,12490	51,32449	194,89949	1,57

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 6

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,21698	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,21698	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на концентриро	179,21137	0,00532	0,00830	0,01895	0,2
Масло сливочное 5гр	37,57642	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 40 гр	94,44340	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Кофейный напиток на сгущеном молоке 1	93,16269	0,00178	0,00180	0,01511	0,18
Итого:	404,39387	0,01020	0,01542	0,05543	0,425
Обед					
Горошек зеленый 50 гр.	38,95113	0,00147	0,00190	0,00298	0,05
Суп овощной с мясными фрикадельками с	215,01354	0,00519	0,01258	0,01559	0,2
Соус молочный (для подачи к блюду) 50 гр	43,86014	0,00092	0,00255	0,00314	0,05
Залеканка картофельная с печенью 180г	242,92774	0,01458	0,00787	0,02405	0,18
Напиток из шиповника	75,51453	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,74151	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	689,00858	0,02513	0,02538	0,08064	0,725
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	146,26608	0,00477	0,00623	0,01532	0,2
Чай с лимоном 150 гр	29,02590	0,00003	0,00000	0,00679	0,15
Печенье 20 гр	92,03208	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,41792	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	313,74198	0,00841	0,00745	0,04750	0,39
Всего:	1450,55415	44,23080	48,35311	193,66868	1,64

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 7

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,82277	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,82277	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущенное молоко 20 гр	65,86931	0,00147	0,00174	0,01147	0,02
Запеканка творожная 120 гр	318,90921	0,01525	0,01963	0,01145	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,36059	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Какао с молоком 180 гр	108,81604	0,00286	0,00297	0,01548	0,18
Итого:	654,95515	0,02484	0,03188	0,05975	0,374
Обед					
Салат из огурцов с растительным	26,03203	0,00047	0,00206	0,00210	0,05
Суп с клецками с мясом курицы 180 гр	93,30208	0,00520	0,00287	0,00989	0,18
Бигус с мясом курицы	223,34559	0,02165	0,00811	0,01396	0,23
Компот из яблок 200г	62,08431	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,75842	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	477,52243	0,03003	0,01359	0,05747	0,705
Полдник					
Ряженка 150 г	126,44911	0,00449	0,00899	0,00614	0,15
Каша пшеничная молочная со сметаной 150 гр	182,07144	0,00496	0,00717	0,02078	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42871	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	354,94926	0,01097	0,01634	0,03694	0,37
Всего:	1522,30832	66,19535	62,15960	164,55099	1,549

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 8

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,23232	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,23232	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	176,76716	0,00943	0,01208	0,00303	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,36141	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Чай с молоком 200 гр	67,74040	0,00132	0,00141	0,01122	0,2
Итого:	405,86897	0,01601	0,02103	0,03561	0,374
Обед					
Икра кабачковая 45 гр	54,81374	0,00090	0,00404	0,00422	0,045
Суп овощной на вегетарианском	63,81838	0,00134	0,00277	0,00781	0,2
Биточки (котлеты) из мяса говяд	264,89242	0,01855	0,01685	0,00303	0,08
Макаронные изделия отварные	232,12000	0,00588	0,00348	0,04092	0,15
Компот из сухофруктов	78,21303	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,76566	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	766,62323	0,02959	0,02763	0,09164	0,77
Полдник					
Свекла, тушеная со сметаной	78,39394	0,00162	0,00332	0,01126	0,1
Чай 150 гр,	28,57813	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с курагой	201,79571	0,00480	0,00325	0,03563	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,43333	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	355,20111	0,00794	0,00675	0,06371	0,33
Всего:	1568,64601	54,03833	55,51333	201,06566	1,574

Меню-раскладка
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 9

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	31,65128	0,00071	0,00016	0,00810	0,1
Итого:	31,65128	0,00071	0,00016	0,00810	0,1
Завтрак					
Джем 20 г	56,19359	0,00008	0,00000	0,01474	0,02
Масло сливочное 5гр	37,59179	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Пудинг творожный с изюмом 120	301,61692	0,01433	0,01741	0,01404	0,12
Батон 40 гр	92,37308	0,00301	0,00117	0,02084	0,04
Какао с молоком 180 гр	108,60144	0,00285	0,00296	0,01546	0,18
Итого:	596,37682	0,02030	0,02567	0,06512	0,365
Обед					
Салат из помидоров с растител	30,23841	0,00059	0,00210	0,00264	0,05
Борщ вегетарианский со сметан	75,33369	0,00174	0,00268	0,01112	0,2
Рыба(горбуша), запеченная с ка	363,18492	0,02264	0,01390	0,02920	0,2
Кисель из клюквы 180 гр,	52,18882	0,00011	0,00000	0,01184	0,18
Хлеб ржаной 40 гр	71,51821	0,00259	0,00047	0,01643	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	592,46405	0,02768	0,01916	0,07123	0,725
Полдник					
Бийогурт 150 г	169,15231	0,00447	0,00447	0,02830	0,15
Каша манная молочная со слив	174,30508	0,00460	0,00671	0,02087	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	44,06769	0,00144	0,00017	0,00951	0,02
Итого:	435,15636	0,01058	0,01135	0,07106	0,385
Всего:	1651,58598	59,26051	56,33769	215,50949	1,575

Меню
7. ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 10

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	51,39796	0,00056	0,00011	0,01123	0,1
Итого:	51,39796	0,00056	0,00011	0,01123	0,1
Завтрак					
Каша пшеничная молочная со слив	184,54352	0,00497	0,00696	0,02144	0,2
Батон с маслом, сыром 40/8/9 гр	189,06153	0,00557	0,01028	0,02185	0,055
Кофейный напиток на молоке	91,00454	0,00266	0,00267	0,01198	0,2
Итого:	464,60959	0,01320	0,01991	0,05526	0,455
Обед					
Салат из белокачанной капусты	33,70235	0,00085	0,00180	0,00457	0,05
Уха рыбацкая 0,200	103,92505	0,00526	0,00261	0,01104	0,2
Жаркое по - домашнему	304,01148	0,01851	0,01888	0,02515	0,23
Компот из изюма	56,51832	0,00017	0,00000	0,01374	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,81556	0,00264	0,00048	0,01673	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Чеснок 1 гр	0,59143	0,00008	0,00000	0,00008	0,001
Итого:	571,72388	0,02753	0,02377	0,07135	1,776
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с	103,70015	0,00330	0,00437	0,01103	0,15
Чай 150 гр,	28,57969	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Пирожок с капустой	231,23862	0,00671	0,00587	0,03320	0,09
Хлеб пшеничный 20 гр	44,07857	0,00144	0,00017	0,00951	0,02
Итого:	407,59704	0,01145	0,01041	0,06055	0,41
Всего:	1568,70109	52,72536	54,20393	198,40015	2,741

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 11

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,20444	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,20444	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на кон	179,16276	0,00532	0,00830	0,01895	0,2
Батон 40 гр	94,41778	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,56622	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток на сгущеном	111,67413	0,00220	0,00224	0,01789	0,2
Итого:	422,82089	0,01062	0,01587	0,05820	0,445
Обед					
Салат из белокачанной капусты	43,64818	0,00077	0,00304	0,00425	0,06
Суп крестьянский со сметаной	97,23716	0,00181	0,00449	0,01153	0,2
Голубцы ленивые в молочном с	274,14409	0,01952	0,01916	0,01757	0,23
Напиток из шиповника	75,49404	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,72178	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	563,24524	0,02507	0,02717	0,06824	0,735
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с	146,22529	0,00477	0,00623	0,01532	0,2
Чай с лимоном 150 гр	29,01947	0,00003	0,00000	0,00679	0,15
Печенье 20 гр	92,00711	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,40533	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	313,65720	0,00841	0,00745	0,04750	0,39
Всего:	1413,73740	44,59609	50,58804	184,04093	1,67

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 12

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,80642	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,80642	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущенное молоко 20 гр	65,83486	0,00147	0,00174	0,01147	0,02
Запеканка творожная 120 гр	318,71775	0,01527	0,01964	0,01145	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,29303	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Какао с молоком	112,46151	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	658,30716	0,02522	0,03219	0,06027	0,394
Обед					
Салат из помидоров с растител	30,85032	0,00064	0,00211	0,00277	0,05
Суп овощной с мясом куры	67,14261	0,00470	0,00227	0,00635	0,2
Гуляш из мяса куры	153,35729	0,01012	0,01089	0,00295	0,1
Рис припущенный с овощами .	216,86202	0,00397	0,00719	0,03169	0,15
Компот из яблок и чернослива	72,04899	0,00019	0,00008	0,01726	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,73211	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	612,99335	0,02226	0,02302	0,07774	0,745
Полдник					
Биокефир 150 г	84,40073	0,00420	0,00480	0,00600	0,15
Каша ячневая молочная со слив	177,03638	0,00467	0,00682	0,02121	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,41193	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	307,84904	0,01039	0,01180	0,03723	0,37
Всего:	1631,58886	58,21784	67,36271	185,62619	1,609

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 13

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша гречневая молочная с мас	157,71000	0,00464	0,00471	0,02412	0,15
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Кофейный напиток с молоком	87,85000	0,00210	0,00211	0,01288	0,15
Итого:	386,33000	0,01102	0,01360	0,05569	0,346
Обед					
Икра кабачковая 30 гр	36,53222	0,00060	0,00270	0,00282	0,03
Суп овощной на вегетарианском	54,95500	0,00104	0,00274	0,00589	0,15
Биточки (котлеты) из мяса говяд	203,01778	0,01536	0,01299	0,00124	0,06
Макаронные изделия отварные	185,86222	0,00471	0,00279	0,03274	0,12
Компот из сухофруктов	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	598,79722	0,02429	0,02164	0,07080	0,583
Полдник					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка со сметаной 60 гр	256,74778	0,00600	0,00931	0,03141	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	422,12278	0,00891	0,01410	0,05870	0,33
Всего:	1453,01250	44,71778	49,43500	195,29667	1,359

Меню-раскладка
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 14

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62,78370	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	62,78370	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Джем 20 г	55,65000	0,00008	0,00000	0,01460	0,02
Масло сливочное 5гр	37,60326	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Запеканка творожная 120 гр	318,87712	0,01526	0,01964	0,01145	0,12
Батон 40 гр	94,51087	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Какао с молоком 180 гр	108,86848	0,00286	0,00297	0,01548	0,18
Итого:	615,50973	0,02131	0,02793	0,06288	0,365
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	26,04495	0,00047	0,00206	0,00210	0,05
Свекольник вегетарианский со сметаной	100,97804	0,00178	0,00410	0,01374	0,2
Рыба с овощами в омлете 200 гр	306,47391	0,02579	0,01342	0,00478	0,2
Компот из изюма	75,88016	0,00017	0,00000	0,01838	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,79348	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	582,17054	0,03085	0,02005	0,05572	0,745
Полдник					
Биоогурт 150 г	170,42120	0,00450	0,00450	0,02850	0,15
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	177,18701	0,00467	0,00682	0,02121	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,45109	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	394,05929	0,01069	0,01150	0,05973	0,37
Всего:	1652,24597	63,89435	59,55033	193,58940	1,58

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 15

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,25556	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,25556	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшени)	212,97667	0,00550	0,00637	0,02863	0,2
Батон 40 гр	94,52222	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,60778	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Чай 150 гр,	28,59344	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Итого:	373,70011	0,00860	0,01170	0,05680	0,395
Обед					
Зеленый горошек 45 гр	17,81778	0,00129	0,00008	0,00261	0,045
Рассольник "Ленинградский" со	96,29672	0,00195	0,00299	0,01401	0,2
Жаркое по - домашнему	341,03139	0,02302	0,02270	0,02514	0,23
Компот из яблок 200г	62,12228	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,80222	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	590,07039	0,02897	0,02632	0,07328	0,765
Полдник					
Снежок 150 г	125,02106	0,00389	0,00479	0,01632	0,15
Макаронные изделия отварные	199,84761	0,00606	0,00527	0,02827	0,13
Хлеб пшеничный 20 гр	46,45667	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	371,32533	0,01147	0,01024	0,05462	0,3
Всего:	1467,29015	49,53883	48,35706	194,80344	1,56

Меню
7. ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 16

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	47,72770	0,00052	0,00010	0,01043	0,1
Итого:	47,72770	0,00052	0,00010	0,01043	0,1
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на концентрате	167,85742	0,00528	0,00727	0,01877	0,2
Масло сливочное 5гр	37,57559	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 40 гр	95,76526	0,00312	0,00122	0,02162	0,04
Кофейный напиток на сгущеном молоке	96,68009	0,00185	0,00188	0,01568	0,18
Итого:	397,87836	0,01028	0,01449	0,05611	0,425
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы	83,12230	0,00113	0,00371	0,00943	0,06
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	58,16178	0,00124	0,00275	0,00661	0,2
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 8)	126,30160	0,01258	0,01081	0,00452	0,08
Греча с овощами.	161,69746	0,00434	0,00447	0,02723	0,15
Напиток из шиповника	55,91408	0,00029	0,00000	0,01346	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	73,97207	0,00268	0,00049	0,01700	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	559,16930	0,02227	0,02223	0,07824	0,735
Полдник					
Свекла тушеная с яблоками 150г	176,31793	0,00193	0,00986	0,01846	0,15
Чай с лимоном 150 гр	29,23263	0,00004	0,00000	0,00682	0,15
Печенье 20 гр	92,03005	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	45,87465	0,00150	0,00018	0,00990	0,02
Итого:	343,45526	0,00555	0,01108	0,05054	0,34
Всего:	1397,76814	38,62192	47,90291	195,32671	1,6

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 17

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,81028	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,81028	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Сгущеное молоко 20 гр	68,17196	0,00153	0,00180	0,01187	0,02
Батон с маслом, сыром 40/5/9 гр	162,87439	0,00529	0,00754	0,02181	0,054
Запеканка творожная 120 гр	300,35229	0,01441	0,01829	0,01128	0,12
Какао с молоком 180г	87,58551	0,00283	0,00295	0,01048	0,18
Итого:	618,98416	0,02406	0,03058	0,05545	0,374
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	26,03262	0,00047	0,00206	0,00211	0,05
Суп-лапша с мясом курицы со сметаной	136,13794	0,00510	0,00657	0,01134	0,2
Суфле из мяса курицы с рисом	174,52070	0,01856	0,00656	0,00678	0,08
Капуста тушеная	93,20421	0,00218	0,00388	0,01226	0,15
Компот из яблок 200г	40,91799	0,00010	0,00010	0,00972	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	73,49953	0,00267	0,00049	0,01690	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	544,31299	0,02908	0,01964	0,05910	0,725
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом	126,49280	0,00425	0,00515	0,01371	0,18
Чай 150 гр,	17,94051	0,00000	0,00000	0,00427	0,15
Печенье 20 гр	92,02804	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,52383	0,00152	0,00018	0,01004	0,02
Итого:	282,98519	0,00785	0,00637	0,04338	0,37
Всего:	1483,13936	61,34322	56,94542	168,31028	1,569

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 18

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,21905	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,21905	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	176,59533	0,00942	0,01207	0,00303	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 гр	161,32552	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Чай с молоком 200 гр	67,72095	0,00132	0,00141	0,01122	0,2
Итого:	405,64181	0,01599	0,02102	0,03561	0,374
Обед					
Огурец консервированный 50 гр	6,53590	0,00038	0,00004	0,00114	0,05
Суп крестьянский со сметаной	97,26810	0,00181	0,00449	0,01153	0,2
Суфле из печени.	168,11324	0,01668	0,00862	0,00197	0,08
Рагу из овощей	107,64838	0,00276	0,00400	0,01390	0,15
Компот из сухофруктов	78,19057	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,74476	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	530,50095	0,02454	0,01763	0,06419	0,775
Полдник					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,56938	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с повидлом 70 гр	227,68910	0,00459	0,00423	0,03842	0,07
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	393,42848	0,00750	0,00902	0,06572	0,34
Всего:	1370,51151	48,53486	47,76410	175,61648	1,589

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 19

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Груша 100 гр	42,52596	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
Итого:	42,52596	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	177,07457	0,00467	0,00682	0,02121	0,2
Батон 40 гр	94,45192	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,57981	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Какао с молоком	112,48553	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	421,59183	0,01099	0,01541	0,05857	0,445
Обед					
Салат из помидоров с растительным маслом	30,85755	0,00064	0,00211	0,00277	0,05
Борщ вегетарианский со сметаной.	77,33082	0,00182	0,00279	0,01128	0,2
Рыба, тушеная с овощами 80 гр.	106,64096	0,00775	0,00419	0,00384	0,08
Картофельное пюре.	144,81572	0,00298	0,00395	0,02201	0,15
Компот из яблок 200г	62,07495	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,74808	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	494,46808	0,01589	0,01358	0,07142	0,775
Полдник					
Йогурт питьевой 120 г	102,51082	0,00600	0,00384	0,01020	0,12
Каша манная молочная со сливоч. маслом	177,87841	0,00472	0,00676	0,02150	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42212	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	326,81135	0,01224	0,01078	0,04172	0,34
Всего:	1288,81008	39,48452	40,03514	180,97409	1,66

Меню
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 20

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,22660	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,22660	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша гречневая молочная с маслом сливоч	211,31586	0,00619	0,00628	0,03216	0,2
Батон с маслом, сыром 40/5/9 гр	161,35172	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Кофейный напиток с молоком 180 г	105,93557	0,00252	0,00253	0,01545	0,18
Итого:	478,60315	0,01397	0,01636	0,06897	0,434
Обед					
Сельдь 30 гр	44,22857	0,00513	0,00257	0,00000	0,03
Уха с крупой 200 гр	109,20163	0,00657	0,00364	0,01059	0,2
Соус молочный (для подачи к блюду) 50 гр	43,83488	0,00092	0,00255	0,00314	0,05
Запеканка картофельная с отварным мясом	402,00365	0,02050	0,02004	0,02601	0,18
Кисель из кураги 180 гр.	117,62483	0,00089	0,00001	0,02828	0,18
Хлеб ржаной 40 гр	72,75665	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	789,65020	0,03665	0,02928	0,08474	0,735
Полдник					
Рис в молоке со сливочным маслом 100 г.	67,82906	0,00227	0,00283	0,00735	0,1
Чай 150 гр.	28,56502	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с творогом	268,03562	0,00836	0,01089	0,02756	0,08
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42759	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	410,85729	0,01215	0,01391	0,05174	0,35
Всего:	1717,78543	63,26010	59,64660	215,55975	1,619

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 313610560361790834405897087696873934965033578847

Владелец Басова Ирина Владимировна

Действителен с 15.01.2024 по 14.01.2025