

1. май (2023)



УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующий МБДОУ № 22  
г. Невинномысска  
И.С. Гореславец  
2023 г

Наименование блюда	Количество порций	Выход (г)	Углеводы		Жиры	Белки	С
			Б.О.Д	Ж.О.Д			
<b>Зимнее 10 дневное меню для детей 2-3 лет (с 12 часовым пребыванием)</b>							
<b>Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад № 22 «Гамма» города Невинномысска»</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сладкий напиток с фруктами (лимонный) 1/2	756	150	3,5	3,1	15,2	102,8	-
Каша манная на молоке	1221	180	5,1	4,5	14,5	120,8	-
Хлеб пшеничный		20	1,8	0,2	8,4	40,6	-
Молоко цельное		5	0,1	5,1	0,1	46,3	-
<b>Итого:</b>						<b>310,5</b>	
<b>Обед</b>							
Суп овощной						46,0	2,0
Каша манная на молоке						46,0	2,0
Хлеб пшеничный							
Молоко цельное							
<b>Итого:</b>							
<b>Полдник</b>							
Молоко цельное	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб пшеничный		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>			<b>480</b>	<b>17,9</b>	<b>10,5</b>	<b>69,3</b>	<b>11,1</b>
<b>Ужин</b>							
Суп овощной	424	140	5,1	4,5	14,5	67,8	-
Каша манная на молоке	429	150	3,5	3,1	15,2	152,3	1,5
Овощное пюре		20	0,6	-	0,3	3,8	2,0
Чай	1203	150	-	-	-	27,6	-
Хлеб пшеничный		20	1,8	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>10,8</b>	<b>9,4</b>	<b>209,9</b>	<b>2,0</b>

г. Невинномысск  
2023 год

## 1 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)	к/к	С
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с крупой (пшениной) 1/2	236	150	3,5	3,1	15,8	102,8	-
Кофейный напиток на цельном молоке	1221	180	5,1	4,5	14,5	120,8	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	5,1	0,1	46,3	-
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>10,3</b>	<b>12,9</b>	<b>38,8</b>	<b>310,5</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Сок		100	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Обед</b>							
Суп картофельный	299	150	1,6	3,1	14,4	8,8	11,1
Биточки рубленые из птицы (бедро)	671	60	9,1	6,7	5,4	118,1	-
Каша вязкая пшеничная	384	80	3	1,2	17,3	96,8	-
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>480</b>	<b>17,9</b>	<b>10,5</b>	<b>69,3</b>	<b>365,7</b>	<b>11,1</b>
<b>Полдник</b>							
Молоко кипяченое	1126	180	5,0	4,5	8,5	95,4	-
Печенье		14	2	1	8	75,2	-
<b>Итого:</b>		<b>194</b>	<b>7,0</b>	<b>5,5</b>	<b>16,5</b>	<b>170,6</b>	<b>-</b>
<b>Ужин</b>							
Яйцо отварное	424	1=40	5,1	4,6	0,3	62,8	-
Пюре картофельное	429	120	3,5	4,6	25,4	152,3	18
Огурец соленый		20	0,6	-	0,3	3,8	2,0
Чай	1203	180	-	-	6,1	22,6	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>380</b>	<b>10,8</b>	<b>9,4</b>	<b>40,5</b>	<b>259,9</b>	<b>20</b>

## 2 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)	к/к	С
<b>Завтрак</b>							
Омлет натуральный	588	110	11,1	13,6	2,1	174,6	-
Икра кабачковая	36	50	1,0	4,5	4,3	61,0	3,5
Какао с молоком (1/2)	1221	180	2,8	2,5	10,5	74,7	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	5,1	0,1	46,3	-
<b>Итого:</b>		<b>365</b>	<b>16,6</b>	<b>25,9</b>	<b>25,4</b>	<b>397,2</b>	<b>3,5</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Яблоко		90	0,4	-	10,2	41,4	11,7
<b>Итого:</b>		<b>90</b>	<b>0,4</b>	<b>-</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>11,7</b>
<b>Обед</b>							
Борщ Украинский	278	150	1,5	2,0	10,9	65,8	13,9
Сметана		5	0,1	0,8	0,2	8,0	-
Котлеты рубленые из птицы (тушка)	667	60	9,6	7,3	9,7	135,3	-
Макароны отварные	566	100	3,6	1,5	26,3	129,4	-
Огурец соленый		20	0,6	-	0,3	3,8	-
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>385</b>	<b>18,4</b>	<b>12,1</b>	<b>74,1</b>	<b>461,3</b>	<b>13,9</b>
<b>Полдник</b>							
Кефир		180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	-
<b>Итого:</b>		<b>194</b>	<b>6,8</b>	<b>5,2</b>	<b>12,8</b>	<b>144,4</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>							
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	517	80	10,4	1,6	6,3	80,4	-
Томатный соус	1029	20	0,3	1,0	1,9	18,7	2,4
Капуста тушеная	440	100	2,4	3,0	9,6	73,6	53,1
Чай	1203	180	-	-	7,1	22,6	-
Хлеб пшеничный		20	2,4	0,4	12,6	26,49	-
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>15,5</b>	<b>6,0</b>	<b>37,5</b>	<b>221,79</b>	<b>55,5</b>

### 3 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная жидкая (1/2)	548	150	4,7	5,0	24,5	156,3	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное		5	0,1	5,1	0,1	46,3	-
Кофейный напиток с молоком (1/2)	1221	180	2,6	2,3	10,24	73,1	0
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>9,0</b>	<b>12,6</b>	<b>43,24</b>	<b>316,3</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Сок		100	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Обед</b>							
Рассольник Ленинградский	297	150	1,6	3,0	12,0	79,1	7,4
Сметана		7	0,2	1,1	0,3	11,2	-
Котлета (говядина)	841	60	14,3	11,2	13,3	208,7	0,6
Каша гречневая рассыпчатая	384	100	6,0	2,7	32,6	171,1	-
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>507</b>	<b>25,1</b>	<b>18,3</b>	<b>84,9</b>	<b>489,1</b>	<b>8,0</b>
<b>Полдник</b>							
Молоко кипяченое	1226	180	5,0	4,5	8,5	95,4	-
Печенье		14	2,0	1,0	8,0	75,2	-
<b>Итого:</b>		<b>194</b>	<b>7,0</b>	<b>5,5</b>	<b>16,5</b>	<b>170,6</b>	<b>-</b>
<b>Ужин</b>							
Вареники ленивые отварные	616	200	30,7	5,9	29,4	289,1	0,7
Соус сметанный	1044	20	0,4	2,2	2,0	29,4	-
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,4	-
Хлеб пшеничный		20	2,4	0,4	12,6	60,9	-
<b>Итого:</b>		<b>420</b>	<b>33,5</b>	<b>8,5</b>	<b>51,1</b>	<b>405,8</b>	<b>0,7</b>

#### 4 день (ясли зима)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная пшеничная жидкая 1/2	385	150	4,7	5,5	22,0	155,1	-
Масло сливочное		5	0,1	5,1	0,1	46,3	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Кофейный напиток с молоком (1/2)	1221	180	2,6	2,3	10,24	73,1	-
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>9,0</b>	<b>13,1</b>	<b>40,7</b>	<b>315,1</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Яблоко		90	0,4	-	10,2	41,4	11,7
<b>Итого:</b>		<b>90</b>	<b>0,4</b>	<b>-</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>11,7</b>
<b>Обед</b>							
Борщ с капустой и картофелем	82	150	1,2	3,0	9,0	66,4	13,1
Сметана		7	0,2	1,1	0,3	11,2	-
Плов из птицы (тушка)	893-2	160	10,4	9,0	23,8	212,1	3,4
Огурец соленый		20	0,6	-	0,3	3,8	-
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>527</b>	<b>15,4</b>	<b>13,6</b>	<b>60,1</b>	<b>412,5</b>	<b>16,5</b>
<b>Полдник</b>							
Молоко кипяченое	1226	180	5,0	4,5	8,5	95,4	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	75,2	-
<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>6,6</b>	<b>4,7</b>	<b>16,9</b>	<b>170,6</b>	<b>-</b>
<b>Ужин</b>							
Шницель рыбный натуральный	511	80	12,3	4,8	7,3	120,3	1,4
Соус томатный	1029	20	0,3	1,0	1,9	18,7	2,4
Пюре картофельное	429	120	2,7	3,8	20,4	122,1	14,4
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
<b>Итого:</b>		<b>420</b>	<b>16,9</b>	<b>9,8</b>	<b>45,1</b>	<b>328,19</b>	<b>18,2</b>

### 5 день (ясли зима)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с крупой (гречка) ц.м.	548	150	3,7	5,8	15,8	127,4	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	-
Кофейный напиток без молока	1221	180	0,1	-	6,0	25,4	-
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>5,5</b>	<b>9,6</b>	<b>30,3</b>	<b>226,5</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Сок		100	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с крупой (пшено)	304	150	1,5	1,6	12,0	62,9	7,7
Биточки рубленые из птицы (бедро)	671	60	9,1	6,7	5,4	118,1	-
Свекла тушеная	442	100	2,1	3,3	12,1	83,6	11,2
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>15,7</b>	<b>12,1</b>	<b>56,2</b>	<b>383,6</b>	<b>18,9</b>
<b>Полдник</b>							
Кефир	1227	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>7,0</b>	<b>4,7</b>	<b>15,6</b>	<b>132,4</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>							
Котлета	841	80	17,3	13,1	16,4	24,85	0,8
Рагу из овощей	445-321	100	2,1	2,0	13,5	78,2	28,6
Соус томатный	1029	20	0,3	1,0	1,9	18,7	2,4
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>21,3</b>	<b>16,3</b>	<b>47,3</b>	<b>188,84</b>	<b>31,8</b>

### 6 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита мин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	548	150	4,3	6,2	24,3	165,7	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	-
Кофейный напиток на цельном молоке	1221	180	5,1	4,5	14,5	120,8	-
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>11,1</b>	<b>14,5</b>	<b>47,3</b>	<b>360,2</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Сок		100	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Обед</b>							
Щи из квашеной капусты с картофелем	290	150	1,1	3,0	6,0	54,4	19,1
Сметана		7	0,2	1,1	0,3	11,2	-
Котлеты рубленые из птицы (тушка)	667	60	9,6	7,3	9,7	135,3	-
Пюре картофельное	429	100	2,3	2,9	17,0	99,6	12,0
Огурец соленый		20	0,6	-	0,3	3,8	-
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>527</b>	<b>16,8</b>	<b>14,8</b>	<b>60,0</b>	<b>423,3</b>	<b>31,1</b>
<b>Полдник</b>							
Кефир	1227	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Печенье		14	1,4	0,7	5,6	52,6	-
<b>Итого:</b>		<b>194</b>	<b>6,8</b>	<b>5,2</b>	<b>12,8</b>	<b>144,4</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>							
Яйцо отварное	575	1 шт 40	5,1	4,6	0,3	62,8	-
Макароны отварные	566	100	3,6	1,5	26,3	129,4	-
Икра кабачковая	36	50	1,0	4,5	4,3	61	3,5
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>390</b>	<b>11,3</b>	<b>10,8</b>	<b>46,4</b>	<b>320,29</b>	<b>3,5</b>

## 7 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная пшеничная жидкая	548	150	8,7	10,8	22,4	254,5	-
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Какао на цельном молоке	1221	180	5,3	4,7	14,8	122,4	-
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>15,7</b>	<b>19,3</b>	<b>45,7</b>	<b>450,6</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Яблоко		100	0,4	-	10,2	41,4	11,7
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>-</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>11,7</b>
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с крупой (рис)	304	150	1,3	1,5	12,2	65,2	7,7
Биточки рубленые из птицы (бедро)	671	60	9,1	6,7	5,4	118,1	-
Свекла тушеная	442	100	2,1	3,3	12,1	83,6	11,2
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	3,2	0,5	16,8	81,2	-
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>12,1</b>	<b>57,2</b>	<b>11</b>	<b>18,9</b>
<b>Полдник</b>							
Молоко кипяченое	1226	180	5,0	4,5	8,5	95,4	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>6,6</b>	<b>4,7</b>	<b>16,9</b>	<b>136,0</b>	<b>-</b>
<b>Ужин</b>							
Запеканка из творога	620	180	29,0	6,4	23,5	266,7	0,7
Соус сметанный	1044	20	0,3	1,5	1,3	19,5	-
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,4	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>31,2</b>	<b>8,1</b>	<b>40,3</b>	<b>353,2</b>	<b>0,7</b>



## 8 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)	к/к	С
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	548	150	4,3	6,2	24,3	165,7	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	-
Кофейный напиток с молоком (1/2)	1221	180	2,6	2,3	10,24	73,1	-
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>8,6</b>	<b>12,3</b>	<b>43,04</b>	<b>312,5</b>	<b>-</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Сок		100	0,5	0,1	10,1	46,0	2,0
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Обед</b>							
Суп картофельный	299	150	1,6	3,1	14,4	88,0	11,1
Тефтели (говядина)	619	60	9,4	11,2	13,3	188,9	2,0
Соус томатный	1029	20	0,3	1,0	1,9	18,7	2,4
Капуста тушеная	440	100	2,4	3,0	11,1	79,2	53,1
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
<b>Итого:</b>		<b>520</b>	<b>16,7</b>	<b>18,8</b>	<b>67,4</b>	<b>493,8</b>	<b>68,6</b>
<b>Полдник</b>							
Кефир		180	3,6	4,5	7,6	97,2	0,5
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>5,2</b>	<b>4,7</b>	<b>16,0</b>	<b>137,8</b>	<b>0,5</b>
<b>Ужин</b>							
Шницель рыбный натуральный	511	80	12,3	4,8	7,3	120,3	-
Пюре картофельное	429	130	3,0	4,0	22,1	132,0	15,6
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>	<b>511</b>	<b>410</b>	<b>16,9</b>	<b>9,0</b>	<b>44,9</b>	<b>319,39</b>	<b>15,6</b>

## 9 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Омлет натуральный	588	110	11,1	13,6	2,1	174,6	-
Кабачковая икра	36	50	1,0	4,5	4,3	61,0	3,5
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	-
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
<b>Итого:</b>		<b>365</b>	<b>13,8</b>	<b>21,9</b>	<b>22,0</b>	<b>335,7</b>	<b>3,5</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Яблоко		90	0,4	-	10,2	41,4	11,7
<b>Итого:</b>		<b>90</b>	<b>0,4</b>	<b>-</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>11,7</b>
<b>Обед</b>							
Борщ сибирский	177	150	2,4	3,1	11,1	80,4	12,5
Сметана		7	0,2	1,1	0,3	11,2	-
Птица тушеная в соусе с овощами (тушка)	909	160	11,0	10,7	26,3	234,3	20,6
Соус красный основной	1011	20	0,2	0,3	1,5	9,5	1,0
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>527</b>	<b>16,8</b>	<b>15,7</b>	<b>65,9</b>	<b>454,4</b>	<b>34,1</b>
<b>Полдник</b>							
Сок		180	0,9	0,2	18,2	82,8	3,6
Булочка сдобная		50	4,8	5,2	32,8	188,7	-
<b>Итого:</b>		<b>230</b>	<b>5,7</b>	<b>5,4</b>	<b>51,0</b>	<b>271,5</b>	<b>3,6</b>
<b>Ужин</b>							
Каша молочная «Геркулес» жидкая 1/2	548	150	4,8	6,7	20,7	158,9	-
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Кофейный напиток с молоком 1/2	1221	180	2,6	2,3	10,24	73,1	-
<b>Итого:</b>		<b>350</b>	<b>9,0</b>	<b>9,2</b>	<b>39,3</b>	<b>272,6</b>	<b>-</b>

## 10 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин
			Б (г.)	Ж (г.)	У (г.)		
<b>Завтрак</b>							
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	517	80	10,4	1,6	6,3	80,4	1,1
Соус томатный	1029	20	0,3	1,0	1,9	18,7	-
Пюре картофельное	429	100	2,3	2,9	17,0	99,6	12,0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	-
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
<b>Итого:</b>		<b>405</b>	<b>14,7</b>	<b>9,3</b>	<b>40,8</b>	<b>298,89</b>	<b>13,1</b>
<b>Второй завтрак</b>							
Сок		100	0,5	0,1	10,1	45,0	2,0
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>45,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Обед</b>							
Суп с клецками	213 1065	39/150	3,8	4,8	24,7	153,7	5,4
Птица отварная (бедро)	637	80	20,1	14,0	0,7	209,5	0,2
Капуста тушеная	440	100	2,4	3,0	11,1	79,2	53,1
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43,0	-
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16,0	76,0	-
<b>Итого:</b>		<b>520</b>	<b>29,3</b>	<b>22,3</b>	<b>63,2</b>	<b>561,4</b>	<b>58,7</b>
<b>Полдник</b>							
Кефир	1227	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>7,0</b>	<b>4,7</b>	<b>15,6</b>	<b>132,4</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>							
Макароны запеченные с яйцом	569	150	8,6	6,5	28,1	198,1	-
Икра кабачковая	36	50	1,0	4,5	4,3	61,0	3,5
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	-
Чай	1203	180	-	-	7,1	26,49	-
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>11,2</b>	<b>11,2</b>	<b>47,9</b>	<b>326,2</b>	<b>-</b>

ПРОШИТО, ПРОНУМЕРОВАНО  
СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ

На \_\_\_\_\_ листах

Заведующий МБДОУ № 22 г.  
Невинномыска  
И.С. Гореславец



Наименование сырья	Ед. изм.	Выход (л)	(л)					С
			В	Ж(л)	А(л)	КК	С	
Молоко		400	113	113	430	3303	-	
Вар	1503	180	-	-	31	3040	-	
Хлеб пшеничный		50	10	03	84	400	-	
Мука картофельная	30	20	10	42	43	010	33	
Сливки								
Масло сливочное	200	120	80	02	381	1081	-	
Итого:		500	204	155	120	4324	13	
Хлеб пшеничный		50	10	03	84	400	-	
Итого:	1553	180	24	42	35	818	13	
Молоко		250	303	333	033	2014	203	
Вар	40	20	30	04	100	300	-	
Хлеб пшеничный	1113	120	04	01	103	430	-	
Мука (карт)	440	100	34	30	111	303	231	
Сливки	033	80	301	140	03	3002	03	
Итого:	1002	30120	38	48	343	1233	24	
Молоко		100	02	01	101	420	50	
Вар	100	02	01	101	420	50	50	
Хлеб пшеничный	402	143	03	000	30880	131	-	
Итого:	1503	180	-	-	31	3040	-	
Молоко сливочное		2	01	30	01	331	-	
Хлеб пшеничный		50	10	03	84	400	-	
Мука картофельная	430	100	33	30	130	000	130	
Соль поваренная	1050	50	03	10	10	183	-	
Помидорной соли								
Фруктоза (в брикетах в пакете)	213	80	104	10	03	804	11	
Итого:								