

1 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	144,0	200	215,0
Чай с сахаром	150	72,6	200	96,8
Бутерброд с повидлом	45	144,9	50	161,0
итого		361,5		472,8
2-ой завтрак				
Сок мультифруктовый	100		100	
Обед				
Суп гороховый с гренками	150	114,42	200	152,56
Гуляш из печени	70	105,7	80	120,8
Отварные рожки	120	216,4	150	270,51
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из с\фр.	150	75,0	200	100,0
итого		599,02		756,37
Уплотненный полдник				
Винегрет	150	142,2	200	189,6
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Чай с сахаром	150	72,6	200	96,8
Булочка слоёная	70	201,11	70	201,11
итого		503,41		600,01
Итого за день:		1463,96		1829,18

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

2 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша рисовая молочная	150	177,1	200	230,7
Чай с молоком	150	112,32	200	149,76
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		362,02		465,16
2-ой завтрак				
Обед				
Суп молочный овощной	150	82,65	200	110,2
Мясные биточки	60	156,85	70	183,0
Картофельное пюре	120	149,12	150	186,64
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		615,43		753,27
Уплотненный полдник				
Творожная запеканка	100	154,3	120	185,25
с киселём	50	28,53	50	28,53
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		292,39		347,76
Итого за день:		1269,84		1566,19

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

3 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша пшённая молочная	150	159,75	200	243,0
Какао на молоке	150	98,82	200	131,77
Бутерброд с сыром	45	162,0	50	180,0
итого		420,57		554,77
2-ой завтрак				
Обед				
Салат из свёклы	50	56,62	60	67,95
Суп картофельный с фрикадельками	150	143,25	200	191,0
Рыбные ёжики в соусе	120/50	131,89/170,07	150/50	164,78/170,07
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		685,41		807,97
Уплотненный полдник				
Овощное рагу	120	101,05	150	126,31
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
кисель	150	98,7	200	116,19
итого		272,8		327,2
Итого за день:		1378,78		1689,94

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

4 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша «Геркулес» молочная	150	140,25	200	187,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с маслом	40	144,9	45	161,0
итого		397,47		497,76
2-ой завтрак				
Обед				
Кабачковая икра	50	56,22	60	67,47
Суп крестьянский на кур.б/не со сметаной	150	132,59	200	175,45
Суфле из курицы	70	241,93	80	269,97
Картофельное пюре	120	130,83	150	163,54
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		733,82		901,93
Уплотненный полдник				
Свёкла тушёная	150	144,94	150	144,94
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
Ватрушка с творогом	65	201,11	65	201,11
итого		493,65		507,15
Итого за день:		1624,94		1906,84

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

5 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша молочная «Дружба»	150	150,75	200	201,0
Кофе-напиток на молоке	150	98,82	200	148,0
Бутерброд с джемом	40	153,0	45	170,0
итого		402,57		519,0
2-ой завтрак				
Обед				
Салат из св.огурцов и помидор	50	36,86	50	36,86
Борщ со сметаной	150/10	92,89	200/15	127,14
Мясной рулет с овощами	130	217,71	150	272,14
Томатная подливка	50	40,5	50	40,5
Хлеб ржаной	35	66,15	45	85,05
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
		538,86		674,69
итого				
Уплотненный полдник				
Оладьи с маслом	130/4	352,72	150/5	406,99
Напиток к/мол. «Снежок»	200	148,0	200	148,0
итого		500,72		554,99
Итого за день:		1442,15		1748,68

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

6 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	Выход	Энергетическая ценность(ккал)	Выход	Энергетическая ценность(ккал)
завтрак				
Каша манная молочная	150	144,0	200	215,0
Чай с сахаром	150	72,6	200	96,8
Бутерброд с джемом	40	144,9	45	161,0
итого		361,5		472,8
2-ой завтрак				
Яблоко	120		120	
обед				
Салат из капусты с огурцами	50	56,22	60	67,47
Свекольник со сметаной	150	80,99	200	90,66
Котлета мясная	60	156,85	70	183,0
Картофельное пюре	120	149,12	150	186,64
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		615,43		753,27
Уплотненный полдник				
Отварные рожки с сыром	120	198,0	150	264,0
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	72,6	200	96,8
итого		343,2		445,5
Итого за день:		1320,13		1671,57

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

7 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	Выход	Энергетическая ценность(ккал)	Выход	Энергетическая ценность(ккал)
завтрак				
Каша рисовая молочная	150	177,1	200	230,7
Чай с молоком	150	98,02	200	130,7
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		347,72		446,1
2-ой завтрак				
обед				
Суп рыбный	150	100,35	200	133,8
Тефтели мясные в соусе	60	105,6	70	126,74
Свекла тушёная	150	144,94	200	193,25
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		523,14		679,29
Уплотненный полдник				
Сырники со сгущ.молоком	100/40	332,2	120/40	498,0
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	70,6	200	94,8
итого		475,4		677,5
Итого за день:		1346,26		1802,89

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

8 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша пшённая молочная	150	159,75	200	243,0
Какао на молоке	150	98,82	200	131,77
Бутерброд с повидлом	40	153,0	45	170,0
итого		411,57		544,77
2-ой завтрак				
Обед				
Рассольник на м/б со сметаной	150	103,93	200	138,64
Котлета из белипа	60	91,0	70	106,16
Отварной рис	120	151,05	150	188,82
подлива	50	40,05	50	40,05
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из с\фруктов	150	84,75	200	113,0
итого		558,28		699,17
Уплотненный полдник				
Овощная солянка	120	202,29	150	252,87
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
кисель	150	98,7	200	116,19
итого		373,59		453,76
Итого за день:		1343,44		1697,7

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

9 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша «Геркулес» молочная	150	140,25	200	187,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с повидлом	45	144,9	50	161,0
итого		397,47		497,76
2-ой завтрак				
Обед				
Салат из св.огурцов и помидор	50	56,62	60	67,95
Суп с клёцками и сметаной	150	147,6	200	196,8
Оладьи из печени в соусе	150	242,29	200	323,06
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		618,76		813,31
Уплотненный полдник				
Салат из сельди с луком	50	56,22	60	67,47
Картофельное пюре	120	149,12	150	186,64
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Чай с сахаром	150	72,6	200	96,8
итого		414,82		501,54
Итого за день:		1431,05		1812,61

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

10 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша гречневая молочная	150	230,25	200	307,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		415,17		541,46
2-ой завтрак				
Сок фруктовый	100		100	
Обед				
Щи со сметаной	150	93,09	200	13,24
Картофель тушёный с курицей	180	274,6	220	335,7
Соленый огурец	50	8,05	50	8,05
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Кисель	150	98,7	200	116,19
		553,89		695,63
итого				
Уплотненный полдник				
Лапшевник с творогом	120	219,09	150	273,87
Молочная подливка	50	50,75	50	50,75
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		311,85		386,85
Итого за день:		1280,92		1623,94

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

11 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша «Геркулес» молочная	150	140,25	200	187,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с джемом	40	153,0	45	170,0
итого		405,57		506,76
2-ой завтрак				
Обед				
Суп гороховый	150	76,41	200	101,88
Ёжики мясные в соусе	150	239,14	180	286,96
Салат из моркови с изюмом	50	56,62	60	67,95
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		544,42		682,29
Уплотненный полдник				
Вареники ленивые с маслом	100	247,2	120	296,64
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		356,76		430,62
Итого за день:		1306,75		1619,67

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

12 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша пшённая молочная	150	159,75	200	243,0
Кофе-напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с джемом	45	144,9	50	161,0
итого		416,97		553,76
2-ой завтрак				
Обед				
свекольник со сметаной	150	84,35	200	112,47
Печёночная котлета в соусе	60	120,15	70	160,5
Картофельное пюре	120	149,12	150	186,64
Кабачковая икра	50	39,0	60	46,8
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из с/фруктов	150	98,7	200	116,19
итого		578,82		735,1
Уплотненный полдник				
Молочная вермишель	150	135,6	200	182,0
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		245,16		315,98
Итого за день:		1240,95		1604,84

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

13 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша рисовая молочная	150	177,1	200	230,7
Чай с молоком	150	98,82	200	131,77
Бутерброд с сыром	40	153,0	45	170,0
итого		428,92		532,47
2-ой завтрак				
Обед				
Суп вермишелевый на м/б-не	150	75,6	200	100,8
Овощи тушёные с мясом	180	252,87	200	337,16
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		500,72		663,46
Уплотненный полдник				
Омлет	100	183,08	100	183,08
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
«Снежок»	150	111,0	200	148,0
итого		366,68		415,78
Итого за день:		1296,32		1611,71

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

14 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Отварные рожки с сыром	150	198,0	200	264,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		382,92		498,46
2-ой завтрак				
Банан	200		200	
Обед				
Салат из св.огурцов и помидор	50	56,62	60	67,95
Суп фасолевый с мясом	150	88,54	200	118,06
Рыбный рулет с яйцом	120	216,65	150	346,66
Подлива томатная	50	40,05	50	40,05
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		574,11		798,22
Уплотненный полдник				
Винегрет	150	142,2	200	189,6
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		251,76		323,58
Итого за день:		1208,79		1620,26

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

15 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Творожный пудинг	100	247, 48	120	329,98
Молочная подливка	50	50,75	50	50,75
Какао на молоке	150	98,82	200	131,77
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		469,65		597,2
2-ой завтрак				
Обед				
Суп крестьянский со сметаной	150	45,9	200	61,2
Зразы «Ленивые»	60	155,4	70	181,3
Свёкла тушёная	150	144,94	200	193,25
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Кисель	150	98,7	200	116,19
итого		532,44		664,44
Уплотненный полдник				
Оладьи со сгущ.молоком	130/30	352,72	150/40	406,99
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		389,68		456,27
Итого за день:		1391,77		1717,91

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

16 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша «Дружба» молочная	150	150,75	200	201,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с повидлом	45	144,9	50	161,0
итого		407,97		511,76
2-ой завтрак				
Банан	200		200	
Обед				
Рассольник рыбный со сметаной	150	62,55	200	83,4
Мясные тефтели	50	105,61	60	126,74
Отварные рожки	120	211,2	150	264,0
Хлеб ржаной	35	66,15	45	85,05
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		586,53		740,14
Уплотненный полдник				
Маннeые биточки	100	167,2	120	200,65
С киселём	50	28,53	50	28,53
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		305,29		363,16
Итого за день:		1299,79		1615,06

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

17 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша гречневая молочная	150	230,25	200	307,0
Какао на молоке	150	98,82	200	131,77
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		401,67		523,47
2-ой завтрак				
Обед				
Солёный огурец	50	11,85	60	12,2
Суп вермишелевый с фрикадельками	150	115,21	200	153,62
Суфле из печени	60	108,95	70	132,11
Картофельное пюре	120	149,12	150	186,64
Хлеб ржаной	35	87,5	45	112,5
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		595,18		757,45
Уплотненный полдник				
Пшенно- творожный пудинг	120	242,4	150	313,0
Молочная подливка	50	50,75	50	50,75
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		402,71		497,73
Итого за день:		1479,96		1863,95

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

18 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша пшённая молочная	150	159,75	200	243,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с сыром	45	162,0	50	180,0
итого		434,07		572,76
2-ой завтрак				
Сок фруктовый	100		100	
Обед				
Кабачковая икра	50	39,0	60	46,8
Борщ со сметаной	150	92,89	200	127,14
Рыбное суфле с рисом	140	189,99	150	237,49
Томатная подливка	50	40,05	50	40,05
Хлеб ржаной	35	66,15	45	85,05
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		512,83		649,53
Уплотненный полдник				
свёкла тушёная / яйцо	120	248,75	150	255,87
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Кисель	150	98,7	200	116,19
итого		420,05		456,76
Итого за день:		1366,95		1679,05

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

19 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша манная молочная	150	144,0	200	215,0
Кофейный напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
итого		328,92		449,46
2-ой завтрак				
Обед				
Салат из капусты	50	56,22	60	67,47
Суп с клёцками и сметаной на курином бульоне	150	140,6	200	190,8
Котлета куриная	60	166,2	70	194,0
Картофельное пюре розовое	120	149,12	150	186,64
Хлеб ржаной	35	66,15	45	85,05
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
итого		606,82		769,49
Уплотненный полдник				
Сырники с киселём	100/50	332,2	120/50	498,3
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
итого		441,76		632,28
Итого за день:		1377,5		1851,23

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.

20 день

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

Наименование блюда	ясли		сад	
	выход	Энергетическая ценность(ккал)	выход	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак				
Каша «Встреча» молочная	150	230,25	200	244,0
Кофе-напиток на молоке	150	112,32	200	149,76
Бутерброд с маслом	40	153,0	45	170,0
итого		495,57		563,76
2-ой завтрак				
Обед				
Суп «Метелица» куриный	150	54,9	200	73,2
Голубцы ленивые в томатном соусе	130/50	228,0 170,07	160/50	296,0 170,07
Салат из св.огурцов и помидор	50	56,62	60	67,95
Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
Хлеб ржаной	35	66,15	45	85,05
итого		660,49		805,27
Уплотненный полдник				
Салат «Степной»	120	84,22	150	105,28
Хлеб пшеничный	30	72,6	35	84,7
Чай с сахаром	150	36,96	200	49,28
Булочка домашняя	65	184,6	65	184,6
итого		378,38		423,86
Итого за день:		1534,4		1792,89

Заведующий МБДОУ Андрианова С.Е.
Медицинский работник Мишина Н.В.