

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			гр.	Б	Ж			
ДЕНЬ № 1								
ЗАВТРАК								
	Каша гречневая вязкая с маслом	180	4.8	4.86	20.97	175.5	0	сб106
	Повидло	15	2.45	2.05	5.51	35.1	0.04	потр.упаковка
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	сб261
	Хлеб пшеничный	18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
	Масло сливочное	5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр. упаковка
Итого за завт		368	9.18	13.63	44.9	313.36	0.06	28%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
	Хлеб пшеничный	18	1.8	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
	Кефир	82	3.5	3	7	41.82	0.84	потр. упаковка
Итого за второй завтр		100	5.3	3.23	18.25	83.58	0.84	8%
ОБЕД								
	Суп картофельный с бобовыми	150	3.6	3.6	19.8	107.14	5.54	сб.66
	Рагу овощное с мясом	120	13.33	19.33	15.33	197	10.45	№ 89 сб.2010г.
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
	Хлеб "Дарницкий"	36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за об		456	19.64	23.34	71.15	461.64	16.29	36%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
	Салат из белокочанной капусты	120	0.8	1.4	4.3	72.48	5.18	сб13
	Расстегай с рыбой	80	6.65	7.42	7.84	193.20	1.2	ТТК №65
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89	1.2	сб266
	Хлеб пшеничный	18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдн		368	14.2	11.99	47.6	396.44	7.58	28%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1292	48.32	52.19	181.9	1255.02	24.77	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			гр.	Б	Ж	У		
ДЕНЬ № 7		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша манная жидкая с маслом		150	4.35	3.81	16.05	108	0.08	сб.111
Какао с молоком		150	3.15	2.72	12.96	89	1.2	сб266
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.05	3.6	0.1	33	0	потр.упаковка
Итого за завтрак:		338	9.31	10.36	40.36	271.76	1.28	26%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Кефир		82	3.5	3	7	51	0.84	потр. упаковка
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за второй завтрак:		100	5.26	3.23	18.25	92.76	0.84	8%
ОБЕД								
Суп картофельный с крупой со сметаной		150	1.5	1.68	10.2	61.95	4.95	сб.62
Суфле из мяса кур		50	5	7.47	2.5	178.79	0.17	сб.206
Пюре картофельное		100	2.04	3.2	13.63	92	13.32	сб.216
Компот из сухофруктов		150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.2	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		486	11.25	12.76	62.35	490.24	18.74	36%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Сырники из творога		120	14.31	9.74	8.28	214.15	0.26	сб.142
Салат из моркови		50	0.63	0.05	5.32	29.25	2.4	сб.19
Повидло		15	2.45	2.05	5.51	35.1	0.04	потр.упаковка
Чай с сахаром и молоком		150	2.65	2.33	11.31	77	0.02	сб261
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		353	21.8	14.4	41.67	397.26	2.72	30%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1277	47.62	40.75	162.63	1252.02	23.58	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ10		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Омлет натуральный с маслом		160	6.89	11.73	7.33	178.67	0.14	сб.131
Чай с сахаром и молоком		150	2.65	2.33	11.31	77	0.02	сб261
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр.упаковка
Итого за завтрак:		333	11.39	20.77	30.07	330.43	0.16	27%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Молоко кипяченое		82	2.5	2.23	4.14	46.47	1.12	потр.упаковка
Итого за второй завтрак:		100	4.26	2.43	15.39	88.23	1.12	8%
ОБЕД								
Суп картофельный с макаронными изделиями		150	2.23	2.36	14.28	62.85	6.88	сб.64
Запеканка картофельная с мясом говядины		110	13.98	11.72	29.51	241.52	4.66	сб.193
Соус,сметанный с томатом		15	0.25	1.2	7.5	18.75	0.99	сб.242
Компот из сухофруктов		150	0.38	0	13.75	85.5	0	сб.253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.2	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		461	19.22	15.67	80.24	480.62	12.53	35%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Булочка "Домашняя"		70	4.9	3.85	51.1	199.73	0.2	сб.292
Винегрет овощной		110	1.63	7.39	10.13	104.28	12.3	сб. 8
Кофейный напиток с молоком		150	2.34	2.00	10.63	70	0.98	сб.264
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		348	11.57	13.47	83.11	415.77	13.48	30%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1242	46.44	52.34	208.81	1335.93	20.92	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ № 4		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша вязкая пшеничная с маслом		150	5.25	3.75	43.5	153	3.83	сб.111
Кофейный напиток с молоком		150	2.34	2.00	10.63	70	0.98	сб.264
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр.упаковка
Итого за завтрак:		323	9.44	12.46	65.56	297.76	4.81	26%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Молоко кипяченое		82	2.5	2.23	4.14	46.47	1.12	потр.упаковка
Итого за второй завтрак:		100	4.26	2.46	15.39	88.23	1.12	8%
ОБЕД								
Суп крестьянский с крупой со сметаной		140	3.59	4.52	9.31	88.96	0.02	стандарт.201
Тефтели мясные		50	7.39	8.28	9.76	142.5	0.54	сб.187
Свекла, тушенная в сметане		100	2.09	6.12	9.58	102	1.35	сб.86
Компот из сухофруктов		150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.2	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		476	15.78	19.33	64.67	490.96	2.21	36%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Сочень с творогом		110	4.08	7.03	38.73	224.17	0.05	№ 127, сб. РБ 2002 г.
Салат из моркови		80	0.5	0.04	4.25	93.6	1.92	сб.19
Какао с молоком		150	3.15	2.72	12.96	89.00	1.2	сб266
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		358	9.49	10.02	67.19	448.53	3.17	30%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1257	38.97	44.27	212.81	1367.24	11.31	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ № 8		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша "Дружба"		150	5	7.75	26.17	167.5	0.08	сб107
Кофейный напиток с молоком		150	2.34	2.00	10.63	70	0.98	сб.264
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр.упаковка
Итого за завтрак:		323	9.19	16.46	48.23	312.26	1.06	27%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Снежок		82	2.38	2.05	3.44	41.55	0.25	потр.упаковка
Итого за второй завтрак:		100	4.14	2.28	14.69	83.31	0.25	8%
ОБЕД								
Пуштыешыд		150	3.45	2.4	7.35	64.5	7.2	сб.63
Тефтели мясные		60	7.36	5.2	8.58	171	4.66	сб.187
Свекла, тушенная в сметане		75	2.03	6.20	9.19	77.49	1.3	сб231
Компот из сухофруктов		150	0.38	0	13.75	85.5	0	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		471	15.6	14.19	54.07	470.49	13.16	34%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Ватрушка с творогом		90	11.05	5.73	26.01	199.8	0.11	сб.278,305
Салат "Космос"		100	5.87	14.62	5.76	179.06	46.21	сб.44
Чай с сахаром и молоком		150	2.65	2.33	11.31	77	0.02	сб261
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		358	21.33	22.91	54.33	497.62	46.34	31%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1252	50.26	55.84	171.32	1363.68	26.04	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ № 6		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша вязкая ячневая с маслом		180	3.75	3.98	29.25	162	2.41	сб106
Кофейный напиток с молоком		150	2.34	2.00	10.63	70	0.98	сб.264
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр.упаковка
Итого за завтра		353	7.94	12.69	51.31	306.76	3.39	26%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Молоко кипяченое		82	2.5	2.23	4.14	46.47	1.12	потр.упаковка
Итого за второй завтра		100	4.26	2.46	15.39	88.23	1.12	7%
ОБЕД								
Суп картофельный		150	2.42	2.33	25.08	72.75	2.93	сб71
Капуста тушеная		100	2.28	3.56	10.37	75	18.88	сб.228
Суфле из отварного мяса		60	11.6	8.94	13.07	174	0	сб.179
Компот из сухофруктов		150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за об		496	19.01	15.24	84.54	479.25	22.11	37%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Уха рыбацкая		150	1.67	3.42	11.25	81.33	3.73	Екатеренбург 30/2
Пирожок печеный с картофелем		50	7.66	5.28	41.61	205	0.48	сб.279,303
Какао с молоком		150	3.00	1.50	12.08	72.00	0.25	сб266
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полд		368	14.09	10.43	76.19	400.09	4.46	30%
ИТОГО ЗА Д		1317	45.30	40.82	227.43	1274.33	31.08	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			гр.	Б	Ж			
ДЕНЬ № 5		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша вязкая "Геркулес" с маслом		150	5.83	6.67	43.5	149.25	0.38	сб106
Какао с молоком		150	3.00	1.50	12.08	72.00	0.25	сб266
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0	0	12.5	33.00	0	потр.упаковка
Повидло		15	2.45	2.05	5.51	35.1	0.04	потр.упаковка
Итого за завтрак:		338	13.04	10.45	84.84	331.11	0.67	26%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Молоко кипяченое		82	2.5	2.23	4.14	46.47	1.12	потр.упаковка
Итого за второй завтрак:		100	4.26	2.46	15.39	88.23	1.12	7%
ОБЕД								
Свекольник со сметаной		150	1.8	2.4	10.95	73.5	3.69	стандарт
Жаркое по-домашнему		130	4.88	3.45	9.53	232.22	3.34	сб.176
Компот из сухофруктов		150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		466	9.39	6.26	56.5	463.22	7.33	37%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Рыба в омлете		100	16.35	5.25	2.92	191	0.14	сб.159
Овощи отварные с маслом		80	1.52	4.8	6	72.4	26.56	сб.215
Чай с сахаром и молоком		150	2.65	2.33	11.31	77	0.02	сб261
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		348	22.28	12.61	31.48	382.16	26.72	30%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1252	48.97	31.78	188.21	1264.72	35.84	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
ДЕНЬ № 9		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша пшенная вязкая с маслом		150	6	7.95	25.5	159	0.3	сб106
Какао с молоком		150	3.00	1.50	12.08	72.00	0.25	сб266
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр.упаковка
Итого за завтрак:		323	10.85	16.16	49.01	305.76	0.55	26%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Молоко кипяченое		82	2.5	2.23	4.14	46.47	1.12	потр.упаковка
Итого за второй завтрак:		100	4.26	2.46	15.39	88.23	1.12	8%
ОБЕД								
Борщ с капустой и с картофелем		150	1.51	4.09	10.62	85.42	8.57	сб. 52
Макаронные изделия отварные		80	3.08	2.77	22.31	136.8	0	сб124
Гуляш из отварной говядины		50	10	10.19	2	97.66	0.49	сб. 177
Компот из сухофруктов		150	0.42	2	15.25	85.5	0	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		466	17.39	19.44	65.38	477.38	9.06	36%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Тефтели рыбные тушеные		90	6.66	7.39	8.23	234.00	1	сб167
Картофель в молоке		90	2.15	4.15	16.89	75.60	0.1	сб.214
Повидло		15	2.45	2.05	5.51	35.1	0.04	потр.упаковка
Чай с сахаром		150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	сб261
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		363	13.06	13.83	48.87	414.46	1.16	30%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1252	45.56	51.89	178.65	1285.83	11.89	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
ДЕНЬ № 3		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Каша кукурузная с маслом сливочным		150	3	4.5	18.75	138	2.03	сб111
Какао с молоком		150	3.15	2.72	12.96	89.00	0.65	сб266
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33.00	0	потр.упаковка
Итого за завтрак		323	8	13.93	43.14	301.76	2.68	25%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Снежок		82	2.38	2.05	3.44	41.55	0.25	потр.упаковка
Итого за второй завтрак		100	4.14	2.28	14.69	83.31	0.25	7%
ОБЕД								
Суп картофельный с клецками		150	2.05	2.78	11.28	79.69	3.83	сб65
Котлета из говядины		50	7.03	5.73	5.11	99.38	0.58	сб.181
Картофель тушеный в соусе		90	2.45	7.69	27.16	111.60	5.73	сб85
Компот из сухофруктов		150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за обед		476	14.24	16.61	79.57	448.17	10.44	39%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Пирожок с яйцом		90	6.22	9	36.25	234.00	1.96	сб279,302
Салат из свеклы отварной		100	1.21	7.57	6.21	94.00	1.82	сб34
Кофейный напиток с молоком		150	2.34	2.00	10.63	70	0.98	сб.264
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник		358	11.53	18.8	64.34	439.76	4.76	29%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1257	37.91	51.62	201.74	1273	18.13	100%

Прием пищи ясли	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
ДЕНЬ № 2		гр.	Б	Ж	У	Ккал.		
ЗАВТРАК								
Суп молочный с макаронными изделиями		150	2.25	3.3	13.5	119.03	0.26	сб 68
Кофейный напиток с молоком		150	2.34	2.00	10.63	70	0.98	сб.264
Яйцо отварное		40	5.10	4.60	0.3	63	0	сб130
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Масло сливочное		5	0.09	6.48	0.18	33	0	потр.упаковка
Итого за завтрак:		363	11.54	16.61	35.86	326.79	1.24	26%
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
Кисель молочный		100	12.01	1.86	15.12	85.7	0.72	сб 256
Итого за второй завтрак:		100	12.01	1.86	15.12	85.7	0.72	6%
ОБЕД								
Щи из свежей капусты, картофелем со сметаной		150	1.16	3.26	8.79	91.8	5.64	сб56
Плов из мяса кур		110	11	10.16	18.39	209	0.26	сб200
Компот из сухофруктов		150	0.33	0.02	20.82	85.5	0.3	сб253
Икра из свеклы		30	0.71	1.38	3.69	30.03	2.02	сб.47
Хлеб "Дарницкий"		36	2.38	0.39	15.20	72	0	потр.упаковка
Итого за обед:		476	15.58	15.21	66.89	488.33	8.22	40%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Запеканка из творога с повидлом		130	17.76	12.1	18.38	254	1.06	сб149
Салат из моркови		40	0.5	0.04	4.25	23.4	1.92	сб.19
Чай с сахаром и молоком		150	2.65	2.33	11.31	77	0.02	сб261
Хлеб пшеничный		18	1.76	0.23	11.25	41.76	0	потр. упаковка
Итого за полдник:		338	22.67	14.7	45.19	396.16	3.00	28%
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1277	61.88	48.38	163.06	1296.98		100%

