## МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 38»

Утверждаю:

Директор МБДОУ

Т.А.Воецкова

Приказом от 25.02.2022г. № 38-ОД

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

Пребывание детей: 12 ч

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Период: с 01.03.2022г

## Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Ясли 12ч		Неделя:	1		День:	понедельни	К
Прием пищи	Наименование блюда	Вес		цевые вещ	ества	Энерге-	Nº
прием пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептурь
Завтрак 1 ясли 12ч							
	Бутерброд с маслом ТК 138	40	2,74	4,49	16,6	118,37	138
	Каша ячневая вязкая ТК 53	150	4,77	5,44	20,04	148,88	53
	Чай с сахаром ТК 10	160	0,16	0,04	10,43	42,72	10
Итого за Завтрак 1 я	асли 12ч	350	7,67	9,97	47,07	309,97	
Завтрак 2 ясли 12 ч							
	Соки овощные, фруктовые и ягодные ТК 7,1	125	0,63	0,13	12,63	53,75	7,01
Итого за Завтрак 2	ясли 12 ч	125	0,63	0,13	12,63	53,75	
Обед ясли 12 ч							
	Хлеб пшеничный формовой ТК 101	10	0,76	0,08	4,92	23,4	101
	Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	10	0,68	0,13	3,98	19,8	102
	Компот из смеси сухофруктов ТК 4	120	0,15	0,59	11,69	47,37	4
	Борщ с капустой и картофелем ТК 159	150	4,9	5,51	8,98	105,33	159
	Мясо тушеное ТК 189,1	50	9,23	20,05	1,56	221,44	189,01
	Картофель отварной ТК 220	90	1,88	0,38	15,29	72,21	220
	Сельдь с луком ТК 72	20	5,89	8,43	0,2	63,41	72
Итого за Обед ясли	12 ч	450	23,49	35,17	46,62	552,96	
Уплотненый полдн							
	Компот из апельсинов с яблоками ТК 14	150	0,2	0,09	14,97	73,95	14
	Булочное изделие "Ромашка"	50	3,95	4,7	27,75	148,5	0,08
	Суфле из отварной печени паровое ТК 187/1 (2)	100	16,43	9,5	5,81	180,26	187,01
Итого за Уплотнень	ый полдник ясли 12 ч	300	20,58	14,29	48,53	402,71	
Итого за день	·	1 225	52,37	59,56	154,85	1319,39	

Рацион: Ясли 12ч		Неделя:	1		(JIVICT 2		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес		цевые вещ	ества	Энерге- тическая	Nº
присм пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак 1 ясли 12ч							
	Бутерброд с маслом ТК 138	40	2,74	4,49	16,6	118,37	138
	Запеканка из творога (со сгущенным молоком) ТК 32	160	28,73	10,54	35,63	356,55	32
	Какао с молоком ТК 2	150	2,41	2,34	13,9	89,69	2
Итого за Завтрак 1 з	асли 12ч	350	33,88	17,37	66,13	564,61	
Завтрак 2 ясли 12 ч							
	Соки овощные, фруктовые и ягодные ТК 7,1 (2)	125	0,63	0,13	12,63	53,75	7,01
Итого за Завтрак 2 з	ясли 12 ч	125	0,63	0,13	12,63	53,75	
Обед ясли 12 ч							
	Хлеб пшеничный формовой ТК 101	10	0,76	0,08	4,92	23,4	101
	Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	10	0,68	0,13	3,98	19,8	102
	Напиток из шиповника ТК 15	130		0,04	11,08	40,18	15
	Суп картофельный с рыбой ТК 170 (2)	150	7,2	3,64	11,77	110,76	170
	Шницель припущенный (из куры) ТК 199	50	19,39	21,42	4,64	270,8	199
	Пюре из гороха с маслом ТК 215 (2)	80	6,64	2,49	13,88	104,62	215
	Овощи натуральные (Помидор) ТК 74 (2)	20	0,24	0,04	0,81	3	74
Итого за Обед ясли	12 ч	450	34,91	27,84	51,08	572,56	
Уплотненый полдн							
	Чай с лимоном ТК 8	150	0,03	0,04	10,78	44,11	8
	Пирожок,печеный из сдобного теста с фаршем из печени ТК 129	50	9,36	7,08	20,01	181,61	129
	Пудинг пшенный ТК 38,1 (2)	80	4,02	4,78	23,84	156,26	38,01
Итого за Уплотнень	ій полдник ясли 12 ч	280	13,41	11,9	54,63	381,98	
Итого за день		1 205	82,83	57,24	184,47	1572,9	

		Неделя:	1		среда	(лист з	
		Bec	Пиц	цевые вещ	Энерге-	Nº	
Прием пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептурь
Завтрак 1 ясли 12ч							
	Бутерброд с сыром ТК 137	40	3,71	6,28	14,06	127,48	137
	Каша "Дружба" ТК 60	150	4,67	5,58	21,59	150,9	60
	Кофейный напиток с молоком ТК 5	160	2,78	2,47	16,01	98,08	5
Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч		350	11,16	14,33	51,66	376,46	
завтрак 2 ясли 12 ч	Плоды свежие - Банан ТК 265	100		0,51		97,73	265
Итого за Завтрак 2 я		100		0,51		97,73	203
Обед ясли 12 ч	1010112 1	100		0,01		37,73	
осод лоли та	Хлеб пшеничный формовой ТК 101	10	0,76	0,08	4,92	23,4	101
	Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	10	0,68	0,13	3,98	19,8	102
	Компот из смеси сухофруктов ТК 4	130	0,17	0,64	12,67	51,32	4
	(2)		-,		,	,	
	Суп с крупой (овсяный) ТК 147	150	4,56	5,48	10,53	100,97	147
	Котлеты мясные ТК 190	50	9,87	17	6,95	219,05	190
	Каша гречневая рассыпчатая ТК 216	80	3,54	2,08	16	102,7	216
	Овощи натуральные (Огурец) ТК 73	20	0,17	0,06	0,53	2,94	73
Итого за Обед ясли	(2)	450	19,75	25,47	55,58	520,18	
Уплотненый полдні		430	13,73	25,47	33,30	320,10	L
лиотненый полдн	Чай с сахаром ТК 10.1	150	0,15	0,04	4,83	20,25	10,01
	Булочка "Осенняя" ТК 116	50	3.88	6,22	22,41	162,15	116
	Омлет натуральный ТК 42 (2)	60	4,94	6,41	1,9	85,46	42
Итого за Уплотнень	ій полдник ясли 12 ч	260	8,97	12,67	29,14	267,86	
Итого за день		1 160	39,88	52,98	136,38	1262,23	
Рацион: Ясли 12ч		Неделя:	1		Понь	HATRANI	(лист
гацион. Лоли 124	и 124		Пищевые вещества			четверг Энерге-	
				цевые вещ		·	No
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		цевые вещ Жиры		·	№ рецептурь
	Наименование блюда	Bec	Пиц	T	ества	Энерге- тическая	
		Вес блюда	Пиц Белки	Жиры	ества Углеводы	Энерге- тическая ценность	рецептур
	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая	Bec	Пиц	T	ества	Энерге- тическая	
	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56	Вес блюда 40	Пиц Белки 3,71 5,89	Жиры 6,28 5,57	Углеводы 14,06 20.51	Энерге- тическая ценность	рецептур
Завтрак 1 ясли 12ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10	Вес блюда 40 150	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16	Жиры 6,28 5,57	углеводы 14,06	Энерге- тическая ценность 127,48 154,31 42,72	рецептур 137 56
Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 з Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10	Вес блюда 40 150	Пиц Белки 3,71 5,89	Жиры 6,28 5,57	Углеводы 14,06 20.51 10,43	Энерге- тическая ценность 127,48 154,31	рецептур 137 56
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10	Вес блюда 40 150	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16	Жиры 6,28 5,57	Углеводы 14,06 20.51 10,43	Энерге- тическая ценность 127,48 154,31 42,72	рецептур 137 56
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 асли 12ч Плоды свежие - Мандарин ТК 264	Вес блюда 40 150 160 350	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89	Углеводы 14,06 20.51 10,43	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51	рецептур 137 56
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 асли 12ч Плоды свежие - Мандарин ТК 264	Вес блюда 40 150 160 350	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15	Углеводы 14,06 20.51 10,43	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51 26,5 26,5	рецептур 137 56
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 асли 12ч Плоды свежие - Мандарин ТК 264 асли 12 ч Хлеб пшеничный формовой ТК 101	Вес блюда 40 150 160 350 50 50	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08	Углеводы 14,06 20.51 10,43 45	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51 26,5 26,5 23,4	рецептур  137 56 10 264
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 асли 12ч Плоды свежие - Мандарин ТК 264 асли 12 ч Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	Вес блюда 40 150 160 350 50 50	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51 26,5 26,5 23,4 19,8	рецептур  137 56 10 264 101 102
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 псли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 10	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51 26,5 26,5 23,4 19,8 55,75	рецептур  137 56 10 264  101 102 13
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 псли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 10 120 150	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85	137 56 10 264 101 102 13 145
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 хлеб пшеничный формовой ТК 101 хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 10 120 150 50	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25	рецептур  137 56 10 264  101 102 13 145 186
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 хлеб пшеничный формовой ТК 101 хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2)	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 120 150 50	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16	рецептур  137 56 10 264  101 102 13 145 186 221
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 з Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 хлеб пшеничный формовой ТК 101 хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2)	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 120 150 50 100	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3 1,43	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15 1,31	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55 0,08	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16 17,84	рецептур  137 56 10 264  101 102 13 145 186
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 хлеб пшеничный формовой ТК 101 хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2)	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 120 150 50	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16	рецептур  137 56 10 264  101 102 13 145 186 221
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 з Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 хлеб пшеничный формовой ТК 101 хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2)	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 120 150 50 100 100 450	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3 1,43	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15 1,31 19,52	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55 0,08 47,85	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16 17,84 439,05	рецептур  137 56 10  264  101 102 13 145 186 221 258
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 з Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2) 12 ч	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 120 150 50 100 10 450	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3 1,43 16,51	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15 1,31 19,52	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55 0,08 47,85	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16 17,84 439,05	рецептур  137 56 10  264  101 102 13 145 186 221 258
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 з Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2) 12 ч Напиток из шиповника ТК 15 Пирожок,печеный из сдобного теста (с повидлом) ТК 127	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 10 120 150 50 100 450	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3 1,43 16,51	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15 1,31 19,52 0,05 3,84	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55 0,08 47,85  12,79 30,78	Энергетическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51 26,5 26,5 23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16 17,84 439,05 46,36 168,72	рецептур  137 56 10 264 101 102 13 145 186 221 258 15 127
Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2) 12 ч Напиток из шиповника ТК 15 Пирожок,печеный из сдобного теста	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 120 150 50 100 10 450	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3 1,43 16,51	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15 1,31 19,52	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55 0,08 47,85	Энерге- тическая ценность  127,48 154,31  42,72 324,51  26,5 26,5  23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16 17,84 439,05	рецептур  137 56 10  264  101 102 13 145 186 221 258
Завтрак 1 ясли 12ч  Итого за Завтрак 1 я  Завтрак 2 ясли 12 ч  Итого за Завтрак 2 я  Обед ясли 12 ч	Бутерброд с сыром ТК 137 Каша пшеничная молочная жидкая ТК 56 Чай с сахаром ТК 10 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 264 плоды свежие - Мандарин ТК 101 Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из яблок с лимоном ТК 13 Рассольник ленинградский ТК 145 Голубцы ленивые ТК 186 Картофельное пюре ТК 221 (2) Яйца вареные ТК 258 (2) 12 ч Напиток из шиповника ТК 15 Пирожок,печеный из сдобного теста (с повидлом) ТК 127 Суп молочный с макаронными	Вес блюда 40 150 160 350 50 50 10 10 120 150 50 100 450	Пиц Белки 3,71 5,89 0,16 9,76 0,68 0,08 4,94 6,32 2,3 1,43 16,51	Жиры 6,28 5,57 0,04 11,89 0,15 0,15 0,08 0,13 0,06 5,12 9,67 3,15 1,31 19,52 0,05 3,84	Углеводы  14,06 20.51  10,43 45  4,92 3,98 11,98 10,39 2,95 13,55 0,08 47,85  12,79 30,78	Энергетическая ценность  127,48 154,31 42,72 324,51 26,5 26,5 23,4 19,8 55,75 107,85 122,25 92,16 17,84 439,05 46,36 168,72	рецептур  137 56 10 264  101 102 13 145 186 221 258  15 127

Рацион: Ясли 12ч		Неделя: 1				пятница	(лист	
		Вес блюда	Пищевые вец		ества	Энерге-	Nº	
Прием пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
Завтрак 1 ясли 12ч								
	Бутерброд с маслом ТК 138	40	2,74	4,49	16,6	118,37	138	
	Каша манная молочная жидкая ТК 54	150	5,06	5,7	20,6	154,06	54	
	Чай с лимоном ТК 8	160	0,03	0,04	11,5	47,05	8	
Итого за Завтрак 1 :		350	7,83	10,23	48,7	319,48		
Завтрак 2 ясли 12 ч								
	Плоды свежие - Яблоки ТК 266	100	0,4	0,4		52	266	
Итого за Завтрак 2	ясли 12 ч	100	0,4	0,4		52		
Обед ясли 12 ч			, '					
	Хлеб пшеничный формовой ТК 101	10	0,76	0,08	4,92	23,4	101	
	Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	10	0,68	0,13	3,98	19,8	102	
	Компот из смеси сухофруктов ТК 4	120	0,15	0,59	11,69	47,37	4	
	Щи из свежей капусты с картофелем ТК 161	150	3,49	4,63	7,19	82,58	161	
	Суфле рыбное ТК 175	60	16,01	8,41	1,25	149,01	175	
	Рис припущенный ТК 217	80	2,2	1,47	23,22	99,32	217	
	Салат из свеклы с чесноком ТК 85 (2)	20	0,36	1,44	2,12	22,96	85	
Итого за Обед ясли	ı 12 ч	450	23,65	16,75	54,37	444,44		
Уплотненый полдн								
	Кисломолочный напиток (Йогурт) ТК 1.1	150	4,63	3,99	6,39	87,86	1,01	
	Кекс 0,05 (2)	50		6,8	26,45	55	0,09	
	Картофельная запеканка с мясом ТК 196	100	7,51	10,26	16,87	189,35	196	
Итого за Уплотнень	ый полдник ясли 12 ч	300	12,14	21,05	49,71	332,21		
Итого за день		1 200	44,02	48,43	152,78	1148,13		
Рацион: Ясли 12ч		Неделя:	2		День:	понедельни	(лист к	

Рацион: Ясли 12ч Неделя Пищевые вещества Энерге-Bec Nο Прием пищи Наименование блюда тическая блюда рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 1 ясли 12ч 40 2.74 4,49 16.6 118,37 138 Бутерброд с маслом ТК 138 150 5,89 5,57 20,51 154,31 56 Каша пшеничная молочная жидкая TK 56 Чай с лимоном ТК 8 160 0,03 0,04 11,5 47,05 8 350 8,66 10,1 48,61 319,73 Итого за Завтрак 1 ясли 12ч Завтрак 2 ясли 12 ч 125 0,63 0,13 12,63 53,75 7,01 Соки овощные, фруктовые и ягодные TK 7,1 125 0,63 0,13 12,63 53,75 Итого за Завтрак 2 ясли 12 ч Обед ясли 12 ч 44,06 10 1,48 0,19 9,06 126 Гренки из пшеничного хлеба ТК 126 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 10 0,68 0,13 3,98 19,8 102 130 0,04 11,08 40,18 15 Напиток из шиповника ТК 15 Суп-пюре из картофеля ТК 163 150 5,12 4,7 13,6 117,44 163 152,12 195 50 8,98 12,14 Рулет из говядины с яйцом (паровой) 1,9 TK 195 0,63 21,24 80 1,63 119,22 218,01 Макаронные изделия отварные ТК 218.1 Овощи натуральные (Помидор) ТК 74 20 0,24 0,04 0,81 3 74 Итого за Обед ясли 12 ч 450 17,13 18,87 61,67 495,82 Уплотненый полдни Чай с сахаром ТК 10.1 150 0,15 0,04 4,83 20,25 10,01 162,5 Заварное со сгущенкой 50 0,1 24,4 4,94 6,41 85,46 42 Омлет натуральный ТК 42 60 1,9 Итого за Уплотненый полдник ясли 12 ч 260 5,19 6,45 31,13 268,21 31,61 35,55 154,04 1137,51 Итого за день 1 185

		Неделя:	2		День:	вторник	
Прием пищи	Наименование блюда	Bec	Пиц	цевые вещ		Энерге-	Nº
,	Transition of the state of the	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептур
Завтрак 1 ясли 12ч	Бутерброд с маслом ТК 138	40	2.74	4.40	16,6	110 27	138
	Запеканка из творога (со сгущенным	160	2,74	4,49 10,54	35,63	118,37 356,55	32
	молоком) ТК 32	100	20,73	10,54	33,03	330,33	32
	Чай с сахаром ТК 10.1	150	0,15	0,04	4,83	20,25	10,01
Итого за Завтрак 1 я		350	31,62	15,07	57,06	495,17	
Завтрак 2 ясли 12 ч							
	Соки овощные, фруктовые и ягодные ТК 7,1 (2)	125	0,63	0,13	12,63	53,75	7,01
Итого за Завтрак 2 я	асли 12 ч	125	0,63	0,13	12,63	53,75	
Обед ясли 12 ч							
	Хлеб пшеничный формовой ТК 101	10	0,76	0,08	4,92	23,4	101
	Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	10	0,68	0,13	3,98	19,8	102
	Компот из смеси сухофруктов ТК 4 (2)	120	0,15	0,59	11,69	47,37	4
	Суп картофельный с бобовыми (гороховый) ТК 143	150	6,41	3,91	14,93	118,76	143
	Кнели из кур с рисом ТК 205 (2)	50	15,74	17,22	7,01	229,37	205
	Рагу из овощей ТК 224	90	2,06	2,51	11,29	76,46	224
	Салат из свеклы с чесноком ТК 85 (2)	20	0,36	1,44	2,12	22,96	85
Итого за Обед ясли	12 ч	450	26,16	25,88	55,94	538,12	
Уплотненый полдні							
	Кисломолочный напиток (Йогурт) ТК 1.1	150	4,63	3,99	6,39	87,86	1,01
	Коржик молочный ТК 124	50	3,44	5,62	34,2	202,17	124
	Пудинг пшенный ТК 38,1	80	4,02	4,78	23,84	156,26	38,01
Итого за Уплотнень	ій полдник ясли 12 ч	280	12,09	14,39	64,43	446,29	
Итого за день		1 205	70.5	55.47	190.06	1533.33	
Итого за день		1 205	70,5	55,47	190,06	1533,33	(лист
		1 205 <b>Неделя</b> :		55,47	190,06 День:		(лист
		Неделя:	2		День:	среда	
	Наименование блюда		2	55,47 цевые вещи Жиры	День:	среда Энерге- тическая	Nº
	Наименование блюда	<b>Неделя:</b> Вес	2 Пиц	тевне ветт	День: ества	среда Энерге-	(лист № рецептур
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи		Неделя: Вес блюда	2 Пиц Белки	цевые веще	День: ества Углеводы	среда Энерге- тическая ценность	№ рецептур
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи	Бутерброд с маслом ТК 138	<b>Неделя:</b> Вес блюда	2 Пиц Белки 2,74	цевые веще Жиры 4,49	<b>День:</b> ества Углеводы 16,6	среда Энерге- тическая ценность  118,37	№ рецептур 138
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных	Неделя: Вес блюда	2 Пиц Белки	цевые веще	День: ества Углеводы	среда Энерге- тическая ценность	№ рецептур
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи	Бутерброд с маслом ТК 138	<b>Неделя:</b> Вес блюда	2 Пиц Белки 2,74	цевые веще Жиры 4,49	<b>День:</b> ества Углеводы 16,6	среда Энерге- тическая ценность  118,37	№ рецептур 138
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5	Неделя: Вес блюда 40 150	2 Пиц Белки 2,74 2,89	девые веще Жиры 4,49 5,19	День: ества Углеводы 16,6 18,93	среда  Энерге- тическая ценность  118,37 90,19	№ рецептур 138 57
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5	Неделя: Вес блюда 40 150	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78	жиры  4,49  5,19  2,47	День: ества Углеводы 16,6 18,93	среда Энерге- тическая ценность  118,37 90,19 98,08	№ рецептур 138 57
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138  Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57  Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч  Плоды свежие - Банан ТК 265	Неделя: Вес блюда 40 150 160 350	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78	жиры  4,49  5,19  2,47  12,15  0,51	День: ества Углеводы 16,6 18,93	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64	№ рецептур 138 57
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138  Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57  Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч  Плоды свежие - Банан ТК 265	Неделя: Вес блюда 40 150 160 350	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78	жиры  4,49  5,19  2,47  12,15	День: ества Углеводы 16,6 18,93	среда Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64	№ рецептур 138 57
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138  Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57  Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч  Плоды свежие - Банан ТК 265	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78 8,41	жиры  4,49  5,19  2,47  12,15  0,51  0,51	День: ества Углеводы 16,6 18,93 16,01 51,54	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64  97,73 97,73	№ рецептур 138 57 5
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138  Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57  Кофейный напиток с молоком ТК 5  асли 12ч  Плоды свежие - Банан ТК 265  асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78 8,41	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08	День: ества Углеводы 16,6 18,93 16,01 51,54	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64  97,73 97,73	№ рецептур 138 57 5 265
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138  Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57  Кофейный напиток с молоком ТК 5  асли 12ч  Плоды свежие - Банан ТК 265  асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101  Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78 8,41 0,76 0,68	жиры  4,49 5,19  2,47 12,15  0,51  0,51  0,08  0,13	День: ества Углеводы 16,6 18,93 16,01 51,54 4,92 3,98	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64  97,73 97,73 23,4 19,8	№ рецептур 138 57 5 265
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78 8,41	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08	День: ества Углеводы 16,6 18,93 16,01 51,54	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64  97,73 97,73 23,4 19,8 59,16	№ рецептур 138 57 5 265
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78 8,41 0,76 0,68	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14	День: ества Углеводы 16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83	№ рецептур 138 57 5 265
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2)	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 150 60	2 Пиц Белки 2,74 2,89 2,78 8,41 0,76 0,68 0,16 3,82 10	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14 4,15	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19 98,08 306,64  97,73 97,73 23,4 19,8 59,16 102,83 99,51	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2)	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 10 10 90	2 Белки  2,74 2,89 2,78 8,41  0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14 4,15 2,84	День: ества Углеводы 16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 10 120 150 60 90 20	2 Белки  2,74 2,89 2,78 8,41  0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07 7,37	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14 4,15 2,84 8,12	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28 12,19	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94 56,24	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 10 10 90	2 Белки  2,74 2,89 2,78 8,41  0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14 4,15 2,84	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 120 150 60 90 20 460	2 Белки  2,74 2,89 2,78 8,41  0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07 7,37	жиры  4,49 5,19  2,47 12,15  0,51  0,51  0,08  0,13  0,07  5,14  4,15  2,84  8,12  20,53	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28 12,19  44,85	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94 56,24 443,88	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221 71
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71 12 ч  Напиток из шиповника ТК 15	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 20 460	2 Белки  2,74 2,89 2,78 8,41  0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07 7,37 24,86	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07  5,14 4,15 2,84 8,12 20,53	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28 12,19  44,85	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94 56,24 443,88	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221 71
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71 12 ч  Напиток из шиповника ТК 15 Булочка домашняя ТК 117	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 20 460 150 50	2 Пиш Белки 2,74 2,89 2,78 8,41 0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07 7,37 24,86	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14 4,15 2,84 8,12 20,53  0,05 7,88	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28 12,19  44,85  12,79 30,1	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94 56,24 443,88  46,36 210,23	№ рецептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221 71  15 117
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71 12 ч  Напиток из шиповника ТК 15 Булочка домашняя ТК 117 Сырники из творога ТК 35	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 120 150 60 90 20 460 150 50 80	2 Белки  2,74 2,89 2,78 8,41  0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07 7,37 24,86	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07  5,14 4,15 2,84 8,12 20,53	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28 12,19  44,85  12,79 30,1 17,61	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94 56,24 443,88  46,36 210,23 193,29	Nº peцептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221 71 15 117 35
Рацион: Ясли 12ч Прием пищи Завтрак 1 ясли 12ч Итого за Завтрак 1 я Завтрак 2 ясли 12 ч Итого за Завтрак 2 я Обед ясли 12 ч	Бутерброд с маслом ТК 138 Каша овсянная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая ТК 57 Кофейный напиток с молоком ТК 5 асли 12ч Плоды свежие - Банан ТК 265 асли 12 ч  Хлеб пшеничный формовой ТК 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 Компот из апельсинов с яблоками ТК 14 Суп из овощей ТК 141 Печень, тушенная в соусе ТК 194 (2) Картофельное пюре ТК 221 (2) Рыба соленая ТК 71 12 ч  Напиток из шиповника ТК 15 Булочка домашняя ТК 117	Неделя: Вес блюда  40 150 160 350 100 100 10 10 20 460 150 50	2 Пиш Белки 2,74 2,89 2,78 8,41 0,76 0,68 0,16 3,82 10 2,07 7,37 24,86	жиры  4,49 5,19 2,47 12,15  0,51 0,51 0,08 0,13 0,07 5,14 4,15 2,84 8,12 20,53  0,05 7,88	День: ества  Углеводы  16,6 18,93 16,01 51,54  4,92 3,98 11,98 7,5 4,28 12,19  44,85  12,79 30,1	среда  Энергетическая ценность  118,37 90,19  98,08 306,64  97,73 97,73  23,4 19,8 59,16  102,83 99,51 82,94 56,24 443,88  46,36 210,23	№ рецептуя  138 57 5  265  101 102 14 141 194 221 71  15 117

							(лист 9
Рацион: Ясли 12ч		Неделя:	2		День:	четверг	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
прием пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептурь
Завтрак 1 ясли 12ч							
	Бутерброд с сыром ТК 137	40	3,71	6,28	14,06	127,48	137
	Макаронник (макаронная запеканка) ТК 39	150	8,1	9,39	16,53	194,01	39
	Чай с сахаром ТК 10	160	0,16	0,04	10,43	42,72	10
Итого за Завтрак 1	ясли 12ч	350	11,97	15,71	41,02	364,21	
Завтрак 2 ясли 12 ч				•			
	Плоды свежие - Груша ТК 263	100		0,3		57	263
Итого за Завтрак 2	ясли 12 ч	100		0,3		57	
Обед ясли 12 ч							
	Хлеб пшеничный формовой ТК 101	10	0,76	0,08	4,92	23,4	101
	Хлеб ржано-пшеничный ТК 102	10	0,68	0,13	3,98	19,8	102
	Компот из смеси сухофруктов ТК 4	120	0,15	0,59	11,69	47,37	4
	Свекольник ТК 162	150	5,58	5,43	12,01	119,79	162
	Биточки мясные ТК 191	50	9,9	16,91	6,95	218,39	191
	Капуста тушеная ТК 223	90	2,26	2,45	7,24	60,56	223
	Овощи натуральные (Огурец) ТК 73 (2)	20	0,17	0,06	0,53	2,94	73
Итого за Обед ясли	12 ч	450	19,5	25,65	47,32	492,25	
Уплотненый полдн				·		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
	Кисель из концетрата плодового или ягодного ТК 3	150	0,02		1,24	4,95	3
	Пирожок,печеный из сдобного теста (с яблоком) ТК 127	50	2,88	3,93	24,21	145,63	127,01
	Запеканка маннаяТК 38,03	80	3,45	4,35	22,79	143,55	38,03
Итого за Уплотнень	ій полдник ясли 12 ч	280	6,35	8,28	48,24	294,13	
Итого за день		1 180	37,82	49,94	136,58	1207,59	
Рацион: Ясли 12ч		Неделя:	2		День:	пятница	(лист 1
		Bec	Пиц	цевые вещ	ества	Энерге-	No

Bec No Прием пищи Наименование блюда тическая блюда рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 1 ясли 12ч Бутерброд с маслом ТК 138 40 2,74 4,49 118,37 16,6 138 Каша пшенная молочная жидкая ТК 150 5,59 5,94 22,74 168,94 59 59 Какао с молоком ТК 2 160 2,57 2,5 14,82 95,66 2 Итого за Завтрак 1 ясли 12ч 350 10,9 12,93 54,16 382,97 Завтрак 2 ясли 12 ч Плоды свежие - Яблоки ТК 266 100 0,4 0,4 52 266 Итого за Завтрак 2 ясли 12 ч 100 0,4 0,4 52 Обед ясли 12 ч Хлеб пшеничный формовой ТК 101 10 0,76 0,08 4,92 23,4 101 Хлеб ржано-пшеничный ТК 102 10 0,68 0,13 3,98 19,8 102 Компот из смеси сухофруктов ТК 4 120 0,15 0,59 11,69 47,37 4 Суп-лапша домашняя ТК166 (2) 150 4,35 3,97 13,65 106,03 166 Рыба, припущенная в молоке ТК 178 60 17,32 10,02 1,68 178 171,73 Рис припущенный ТК 217 80 2,2 1,47 23,22 99,32 217 Кукуруза с яйцом ТК 92 (2) 20 1,28 3,92 0,43 63,99 92 Итого за Обед ясли 12 ч 26,74 450 20,18 59,57 531,64 Уплотненый полдни Молоко кипяченое ТК 6 (2) 165 25,12 22,96 39,42 463,44 6 Пряники ТК 106 35 2,07 1,65 26,25 128,1 106 Жаркое по-домашнему ТК 198 150 9,54 19,26 18,76 285,12 198 Итого за Уплотненый полдник ясли 12 ч 350 36,73 43,87 84,43 876,66 Итого за день 1 250 74,77 77,38 198,16 1843,27 Итого за период 12 020 520,59 524,96 1628,01 13509,65 Среднее значение за период 52,1 52,5 162,8 1351