

**Меню день 1 ясли**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда, г
	<b>Завтрак</b>						
7.н331/3	Каша пшеничная на концентрированном молоке со слив, маслом	135.297	4.43727	5.35909	17.84	0.39	150
7.035/9	Батон с маслом	114.417	2.72545	6	18.70364	0	41
7.118/1	Чай с молоком	77.886	2.33333	2.40667	12.8075	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>327.6</b>	<b>9.49605</b>	<b>13.76576</b>	<b>49.35114</b>	<b>0.78</b>	<b>341</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.031/1	Сок фруктовый 100г	41.79808	0.5	0.1	10.1	4	100
	<b>Итого:</b>	<b>41.79808</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>4</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						
7.32/1/3	Салат из отвар.картофеля с зел. горошком и растит.маслом 40гр.	57.00518	1.11273	3.97364	4.32909	2.57	40
7.47с-1	Суп-лапша на вегетарианском бульоне	54.93109	1.17091	1.90091	8.94	1.6	150
7.061	Бигус с мясом	153.58745	12.76636	11.60091	13.07909	7.95	180
7.110	Компот из кураги	56.475	0.44	0	15.38727	37.56	150
7.н003-1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.13545	7.51545	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>385.76372</b>	<b>17.95</b>	<b>17.85091</b>	<b>57.6109</b>	<b>49.68</b>	<b>558</b>
	<b>Полдник</b>						
7.9/5/2	Суфле из творога 120 гр	338.187	14.10083	20.19333	25.86667	0.18	120
7.185	Повидло	33.95455	0.06091	0	9.97909	0.2	15
7.403/7	Биокефир 150 г	75.6	4.2	4.8	6	3.36	150
7.144	Хлеб пшеничный 20 гр	41.58	1.52	0.18	10.02	0	20
	<b>Итого:</b>	<b>489.32155</b>	<b>19.88174</b>	<b>25.17333</b>	<b>51.86576</b>	<b>3.74</b>	<b>305</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,244.48</b>	<b>47.82779</b>	<b>56.89</b>	<b>168.9278</b>	<b>58.2</b>	<b>1,304.00</b>

**Меню день 2 ясли**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг	Выход блюда г
	<b>Завтрак</b>						
7.16/4	Каша молочная рис , пшено со сливочным маслом	124.029	3.95778	4.92444	16.45556	0.32	150
7.035/9	Батон с маслом	79.803	1.945	4.05	13.357	0	29
7.435/4	Сыр 6 гр	17.424	1.435	1.479	0	0.04	6
7.067	Кофейный напиток с молоком	79.065	2.103	2.112	12.877	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>300.321</b>	<b>9.44078</b>	<b>12.56544</b>	<b>42.68956</b>	<b>0.75</b>	<b>335</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.031/1	Сок фруктовый 100г	41.79808	0.5	0.1	10.1	4	100
	<b>Итого:</b>	<b>41.79808</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>4</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						
7.28/1/1	Салат из отвар. картофеля, морк , реп.лука раст.маслом 30 гр.	65.59	0.94	3.65	7.77	2.13	30
7.2/2.	Борщ со сметаной 150гр	90.16248	1.73705	4.54607	12.14473	8.65	150
7.149с-1	Тефтели рыбные	130.66	12.25	4.45	5.21	0.54	60
7.н151-1	Макаронные изделия отварные 120 гр.	190.22643	5.0093	4.1237	34.7975	0	120
7.115/1	Компот из сухофруктов.	67.77504	0.4888	0.0264	17.0825	50.16	150
7.н003-1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>608.17895</b>	<b>22.88515</b>	<b>17.17117</b>	<b>92.87973</b>	<b>61.48</b>	<b>548</b>
	<b>15:00</b>						
7.270/1/5	Биойогурт 150 г	152.55	4.5	4.5	28.5	0.9	150
	<b>Итого:</b>	<b>154.01683</b>	<b>4.5</b>	<b>4.5</b>	<b>28.5</b>	<b>0.9</b>	<b>150</b>
	<b>Полдник</b>						
7.н64-с-1	Картофельное пюре 130 гр.	112.49502	2.59777	3.27098	19.18982	13.97	120
7.354/4	Чай с сахаром.	49.67863	0.04232	0.00438	12.9375	0	150
7.11/12/1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с изюмом 80 гр	207.40126	5.42239	3.23735	41.32513	0.04	60
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>400.75991</b>	<b>9.20248</b>	<b>6.64771</b>	<b>80.96745</b>	<b>14.01</b>	<b>345</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,505.07</b>	<b>46.52841</b>	<b>40.98432</b>	<b>255.13674</b>	<b>81.14</b>	<b>1,478.00</b>

**Меню день 3 ясли**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда г
	<b>Завтрак</b>						
7.н038/3	Омлет натуральный 110 гр.	146.5893	8.646	11.072	2.777	0.15	110
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148.1562	4.409	9.376	18.719	0.04	50
7.285	Какао с молоком	77.886	2.333	2.407	12.808	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>372.6315</b>	<b>15.388</b>	<b>22.855</b>	<b>34.304</b>	<b>0.58</b>	<b>310</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.031/1	Сок фруктовый 100г	41.79808	0.5	0.1	10.1	4	100
	<b>Итого:</b>	<b>41.79808</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>4</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						
7.20/1/1	Салат из отвар. свёклы с раст. м. 30гр.	53.256	0.52	3.698	3.96	1.96	30
7.264/2	Суп крестьянский со сметаной	68.1003	1.394	3.625	8.714	4.8	150
7.н191	Тефтели из говядины паровые	171.88	12.15	11.16	5.6	1.08	70
7.н76с/2	Капуста тушеная.	74.772	2.389	3.193	11.785	25.03	120
7.115/1	Компот из сухофруктов.	52.0335	0.367	0.02	13.266	37.62	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>483.8068</b>	<b>19.28</b>	<b>22.071</b>	<b>59.2</b>	<b>70.49</b>	<b>558</b>
	<b>Полдник</b>						
7.38/3/3	Запеканка морковная 155 гр.	155.1717	3.825	5.757	30.877	3.27	155
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	44.352	1.106	1.306	8.602	0	15
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.403/7	Биокефир 150 г	76.3348	4.2	4.8	6	3.36	150
	<b>Итого:</b>	<b>307.0435</b>	<b>10.271</b>	<b>11.998</b>	<b>52.994</b>	<b>6.63</b>	<b>335</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,205.28</b>	<b>45.439</b>	<b>57.024</b>	<b>156.598</b>	<b>81.7</b>	<b>1,303.00</b>

**Меню день 4 ясли (зима)**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда, г
	<b>Завтрак</b>						
7.17/5/2	Пудинг из творога 120 гр	338.187	14.10083	20.19333	25.86667	0.18	120
7.185	Повидло	33.9375	0.06083	0	9.97917	0.2	15
7.035/9	Батон с маслом слив	107.685	2.72	5.175	18.695	0	40
7.118/1	Чай с молоком	77.886	2.33333	2.40667	12.8075	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>557.6955</b>	<b>19.21499</b>	<b>27.775</b>	<b>67.34834</b>	<b>0.77</b>	<b>325</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.131-3	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25	0.25	7.27	7.00	70.00
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>	<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
	<b>Обед</b>						
7.3/1/1	Салат из белокоч. капусты с раст.маслом	50.54	0.825	3.373	6.439	22	50
7.н086-7	Суп гороховый с мясом со сметаной.	101.9745	5.9925	4.35917	10.66417	3.39	150
7.2/9/1	Мясо индейки отварное в соусе 80 гр	145.72674	9.7117	10.7079	2.0273	0.64	80
7.44/3/2	Каша гречневая рассыпчатая с овощами 130 гр.	237.45044	6.43144	6.41444	39.87222	2.64	130
7.115/1	Компот из сухофруктов.	52.0335	0.36667	0.02	13.26583	37.62	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>651.49018</b>	<b>25.78731</b>	<b>25.24951</b>	<b>88.14352</b>	<b>66.29</b>	<b>598</b>
	<b>Полдник</b>						
7.082	Снежок 150 г	154.0755	4.5	4.5	28.5	0.9	150
7.1/11/2	Соус молочный (для подачи к блюду) 30 гр	23.6685	0.55083	1.52917	1.88167	0.07	30
7.273	Запеканка картофельная с овощами	96.06225	2.40917	3.32083	15.425	3.71	90
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>304.99125</b>	<b>8.6</b>	<b>9.485</b>	<b>53.32167</b>	<b>4.68</b>	<b>285</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,542.25</b>	<b>53.8487</b>	<b>62.75591</b>	<b>216.08229</b>	<b>78.74</b>	<b>1,278.00</b>

**Меню день 5 ясли (зима)**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда г
	<b>Завтрак</b>						
7.18/4	Каша молочная ассорти (рис, греча) со сливочным маслом.	194.28236	6.49071	8.13563	28.03893	0.42	200
7.067	Кофейный напиток с молоком	105.25761	2.80346	2.81598	16.86598	0.39	200
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	148.2714	5.4444	7.7364	21.36	0.06	51
	<b>Итого:</b>	<b>447.81137</b>	<b>14.73857</b>	<b>18.68801</b>	<b>66.26491</b>	<b>0.87</b>	<b>451</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.131-3	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25	0.25	7.27	7.00	70.00
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>	<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
	<b>Обед</b>						
7.2/1/1	Салат из отвар. свёклы с соленым огурцомс раст. м. 30гр.	107.99	0.62	3.72	4.49	2.29	30
7.н086	Суп гороховый с мясом	141.2378	7.40824	5.11615	14.18286	4.53	150
7.н64-с-1	Картофельное пюре 130 гр.	112.49502	2.59777	3.27098	19.18982	13.97	130
7.355	Биточки рыбные	147.37	15.015	6.68	7.04	0.51	70
7.110	Компот из кураги	56.475	0.44	0	15.387	37.56	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>629.332</b>	<b>28.541</b>	<b>19.162</b>	<b>76.164</b>	<b>58.86</b>	<b>568</b>
	<b>Полдник</b>	1258.66482					568
7.н132/2	Макаронные изделия в молоке с маслом .	118.97421	4.29688	5.60411	13.79116	0.38	150
7.354/4	Чай с сахаром ..	33.4278	0	0	8.855	0	150
7.148/1	Шанежка с картофелем*1	143.694	3.825	5.319	20.809	0.89	60
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>327.28101</b>	<b>9.26188</b>	<b>11.05811</b>	<b>50.97016</b>	<b>1.27</b>	<b>375</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,432.50</b>	<b>52.78785</b>	<b>49.15452</b>	<b>200.66783</b>	<b>68</b>	<b>1,464.00</b>



**Меню день 6 дети**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда г
	<b>Завтрак</b>						
<b>7.н123с-2</b>	Каша из овсяных хлопьев на конц.молоке	125.793	4.414	5.917	16.397	0.32	150
7.035/9	Батон с маслом слив	107.685	2.72	5.175	18.695	0	40
7.067	Кофейный напиток с молоком	69.552	1.483	1.496	12.595	0.36	150
	<b>Итого:</b>	<b>303.03</b>	<b>8.617</b>	<b>12.588</b>	<b>47.687</b>	<b>0.68</b>	<b>340</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
<b>7.131-3</b>	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25	0.25	7.27	7.00	70.00
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>	<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
	<b>Обед</b>						
<b>7.12/1/3</b>	Салат из морковью с изюмом и раст. маслом	29.2158	0.358	1.522	5.191	1.1	30
7.н146	Ши вегетарианские со сметаной .	46.1808	1.309	2.297	6.133	8.33	150
7.070	Жаркое по-домашнему	237.6522	12.416	10.95	24.296	7.8	180
7.078	Компот из изюма	64.512	0.169	0	17.468	37.55	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>441.3258</b>	<b>16.712</b>	<b>15.144</b>	<b>68.963</b>	<b>54.78</b>	<b>548</b>
7.18/5/2	Пудинг из творога с морковью 100 гр	201.9519	8.93	12.256	14.673	0.62	100
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	44.352	1.106	1.306	8.602	0	15
7.403/7	Биокефир 150 г	76.3348	4.2	4.8	6	3.36	150
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>353.8237</b>	<b>15.376</b>	<b>18.497</b>	<b>36.79</b>	<b>3.98</b>	<b>280</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,126.25</b>	<b>40.9514</b>	<b>46.4754</b>	<b>160.70876</b>	<b>66.44</b>	<b>1,238.00</b>





**Меню день 7 ясли**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда г
	<b>Завтрак</b>						
7.435/4	Сыр 6 гр	17.6	1.43556	1.47889	0	0.04	6
7.н038/3	Омлет натуральный 110 гр.	146.5893	8.646	11.072	2.777	0.15	110
7.035/9	Батон с маслом	79.803	1.94556	4.05	13.35778	0	29
7.067	Кофейный напиток с молоком	79.255	2.10333	2.11222	12.87667	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>323.2473</b>	<b>14.13045</b>	<b>18.71311</b>	<b>29.01145</b>	<b>0.58</b>	<b>295</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.031/1	Сок фруктовый 100г	41.76964	0.5	0.1	10.1	4	100
	<b>Итого:</b>	<b>41.79808</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>4</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						
7.001	Салат из белокачанной капусты и моркови с	32.071	0.77333	2.29333	3.99667	16.9	45
7.258	Свекольник вегетарианский со сметаной	70.759	1.35667	3.33444	10.33778	4.09	150
7.10/7	Кнели рыбные	107.992	11.47222	4.73778	5.40444	0.38	60
7.179/2	Рис припущенный с овощами 120 гр	157.584	3.26444	5.76222	25.96111	2.64	120
7.115/1	Компот из сухофруктов.	52.141	0.36667	0.02	13.26556	37.62	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.13556	7.51556	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>484.312</b>	<b>19.69333</b>	<b>16.52333</b>	<b>74.84112</b>	<b>61.63</b>	<b>563</b>
	<b>Полдник</b>						
7.4/3/3	Картофельное пюре с морковью	84.131	2.23111	2.36667	14.71111	5.4	100
7.022-3	Чай с лимоном.	42.12	0.03333	0.00333	11.07667	0.6	150
7.11/12.	Пирожки печеные из дрож.теста сизюмом 60 гр.	153.08	3.99444	2.36333	30.99	0.03	60
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.13556	7.51556	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>310.516</b>	<b>7.39888</b>	<b>4.86889</b>	<b>64.29334</b>	<b>6.03</b>	<b>325</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,159.87</b>	<b>41.72266</b>	<b>40.20533</b>	<b>178.24591</b>	<b>72.24</b>	<b>1,283.00</b>

Меню день 8 ясли

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блода, г
	<b>Завтрак</b>						
7.н119с	Каша пшениная молочная со сливочным маслом	124.029	3.95778	4.92444	16.45556	0.32	150
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148.297	4.41	9.37556	18.72	0.04	50
7.285	Какао с молоком	77.886	2.33333	2.40778	12.80778	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>350.212</b>	<b>10.70111</b>	<b>16.70778</b>	<b>47.98334</b>	<b>0.75</b>	<b>350</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.031/1	Сок фруктовый 100г	41.4	0.5	0.1	10.1	4	100
	<b>Итого:</b>	<b>41.79808</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>4</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>						
7.24/1/1	Салат из отварн. свеклы с яблоками и раст. маслом 30гр.	72.40669	0.67205	4.47045	8.6308	1.86	30
7.255	Суп-пюре картофельный вегетарианский	81.107	1.94333	3.19444	11.97889	3.63	150
7.н243	Голубцы ленивые в молочном соусе.	170.346	15.18444	13.02667	12.99556	3	180
7.115/1	Компот из сухофруктов.	67.69784	0.48876	0.02637	17.08248	50.16	200
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.13556	7.51556	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>455.32253</b>	<b>20.74858</b>	<b>21.09349</b>	<b>66.56329</b>	<b>58.65</b>	<b>598</b>
	<b>Полдник</b>						
7.270/1/5	Биойогурт 150 г	154.01683	4.5	4.5	28.5	0.9	150
7.1/11/2	Соус молочный (для подачи к блюду) 30 гр	24.208	0.55111	1.52778	1.88111	0.07	30
7.21/3/1	Биточки(котлеты) картофельные с морковью запечен. 130 гр.	174.273	4.27889	5.07889	30.21222	8.02	130
7.298	Печенье 25 гр	103.05	2.6	1.3	19.2	0	25
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.13556	7.51556	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>486.73283</b>	<b>13.07</b>	<b>12.54223</b>	<b>87.30889</b>	<b>8.99</b>	<b>350</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,334.07</b>	<b>45.01969</b>	<b>50.4435</b>	<b>211.95552</b>	<b>72.39</b>	<b>1,398.00</b>

**Меню день 9 ясли (зима)**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда г
	<b>Завтрак</b>						
7.19/5/1	Суфле творожное 150 гр	407.3085	18.123	27.85	20.44	0.34	150
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	44.352	1.106	1.306	8.602	0	15
7.035/9	Батон с маслом слив	107.685	2.72	5.175	18.695	0	40
7.067	Кофейный напиток с молоком	79.065	2.103	2.112	12.877	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>638.4105</b>	<b>24.052</b>	<b>36.443</b>	<b>60.614</b>	<b>0.73</b>	<b>355</b>
	<b>Второй завтрак</b>						
7.131-3	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25	0.25	7.27	7.00	70.00
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>	<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
	<b>Обед</b>						
7.367-3	Огурец консервированный 30 гр	3.51	0.226	0.026	0.682	3	30
7.264	Суп крестьянский со сметаной.	87.84	1.81	4.49	11.52	6.41	150
7.8/9.	Суфле из мяса кур паровое 80 гр	278.721	16.904	21.722	3.614	0.36	80
7.180-3	Рагу из овощей	66.4164	2.158	2.159	10.883	8.48	120
7.110	Компот из кураги	56.475	0.44	0	15.387	37.56	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>556.7274</b>	<b>23.998</b>	<b>28.772</b>	<b>57.961</b>	<b>55.81</b>	<b>568</b>
	<b>Полдник</b>						
7.082	Снежок 150 г	152.55	4.5	4.5	28.5	0.9	150
7.н162-4	Каша рисовая молочная со сливочным маслом .	84.3786	2.65	3.682	11.331	0.26	100
7.015	Вафли 20 гр	63	0.64	0.56	16.18	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого :</b>	<b>331.1136</b>	<b>8.93</b>	<b>8.877</b>	<b>63.526</b>	<b>1.16</b>	<b>285</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,554.32</b>	<b>57.2264</b>	<b>74.3384</b>	<b>189.36976</b>	<b>64.7</b>	<b>1,278.00</b>

**Меню день 9 ясли (лето)**

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г
	<b>Завтрак</b>		
7.19/5/1	Суфле творожное 150 гр	407.3085	18.123
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	44.352	1.106
7.035/9	Батон с маслом слив	107.685	2.72
7.067	Кофейный напиток с молоком	79.065	2.103
	<b>Итого:</b>	<b>638.4105</b>	<b>24.052</b>
	<b>Второй завтрак</b>		
7.131-3	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>
	<b>Обед</b>		
7.288	Салат из помидоров 60 гр.	37.8324	0.748
7.264	Суп крестьянский со сметаной.	87.84	1.81
7.8/9.	Суфле из мяса кур паровое 80 гр	278.721	16.904
7.180-3	Рагу из овощей	66.4164	2.158
7.110	Компот из кураги	56.475	0.44
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14
7.044	Соль	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>591.0498</b>	<b>24.52</b>
	<b>Полдник</b>		
7.082	Снежок 150 г	152.55	4.5
7.н162-4	Каша рисовая молочная со	84.3786	2.65
7.015	Вафли 20 гр	63	0.64
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14
	<b>Итого :</b>	<b>331.1136</b>	<b>8.93</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,588.65</b>	<b>57.7484</b>

Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блода, г
27.85	20.44	0.34	150
1.306	8.602	0	15
5.175	18.695	0	40
2.112	12.877	0.39	150
<b>36.443</b>	<b>60.614</b>	<b>0.73</b>	<b>355</b>
0.25	7.27	7.00	70.00
<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
3.128	3.277	13.48	60
4.49	11.52	6.41	150
21.722	3.614	0.36	80
2.159	10.883	8.48	120
0	15.387	37.56	150
0.24	8.36	0	20
0.135	7.515	0	15
0	0	0	3
<b>31.874</b>	<b>60.556</b>	<b>66.29</b>	<b>598</b>
4.5	28.5	0.9	150
3.682	11.331	0.26	100
0.56	16.18	0	20
0.135	7.515	0	15
<b>8.877</b>	<b>63.526</b>	<b>1.16</b>	<b>285</b>
<b>77.4404</b>	<b>191.96476</b>	<b>75.18</b>	<b>1,308.00</b>

### Меню день 10 ясли (зима)

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>							
7.н080-1	Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	144.4878	5.113	5.783	21.659	0.31	150
7.435/4	Сыр 6 гр	17.424	1.435	1.479	0	0.04	6
7.035/9	Батон с маслом	79.803	1.945	4.05	13.357	0	29
7.285	Какао с молоком	77.886	2.333	2.407	12.808	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>319.6008</b>	<b>10.826</b>	<b>13.719</b>	<b>47.824</b>	<b>0.74</b>	<b>335</b>
<b>Второй завтрак</b>							
7.131-3	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25	0.25	7.27	7.00	70.00
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>	<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
<b>Обед</b>							
7.27/1/1	Салат из отвар. картофеля, кукурузы и реп. лука с раст. м. 30гр.	75.62043	1.1364	3.7145	9.5035	1.96	30
7.064	Биточки рыбные из горбуши.	84.6324	8.724	3.9	4.016	0.32	40
7.037с	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной.	94.41	4.478	4.692	9.424	4.02	150
7.н64-с-1	Картофельное пюре 120 гр.	102.9582	2.397	3.02	17.714	8.59	120
7.115/1	Компот из сухофруктов.	52.0335	0.367	0.02	13.266	37.62	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>473.41953</b>	<b>19.5624</b>	<b>15.7215</b>	<b>69.7985</b>	<b>52.51</b>	<b>528</b>
<b>Полдник</b>							
7.н132/4	Макаронные изделия в молоке с маслом.	63.549	2.369	2.989	7.545	0.21	100
7.022-3	Чай с лимоном.	42.12	0.034	0.004	11.076	0.6	150
7.9/12.	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью 60 гр	119.9304	3.565	2.559	21.785	0.3	60
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>256.7844</b>	<b>7.108</b>	<b>5.687</b>	<b>47.921</b>	<b>1.11</b>	<b>325</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,077.88</b>	<b>37.7428</b>	<b>35.3739</b>	<b>172.8123</b>	<b>61.36</b>	<b>1,258.00</b>



### Меню день 10 ясли (лето)

№ тех. карты	Блюдо	Энерг. цен. ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С,мг	Выход блода, г
<b>Завтрак</b>							
7.н080-1	Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	144.4878	5.113	5.783	21.659	0.31	150
7.435/4	Сыр 6 гр	17.424	1.435	1.479	0	0.04	6
7.035/9	Батон с маслом	79.803	1.945	4.05	13.357	0	29
7.285	Какао с молоком	77.886	2.333	2.407	12.808	0.39	150
	<b>Итого:</b>	<b>319.6008</b>	<b>10.826</b>	<b>13.719</b>	<b>47.824</b>	<b>0.74</b>	<b>335</b>
<b>Второй завтрак</b>							
7.131-3	Яблоко 70 гр.	28.07	0.25	0.25	7.27	7.00	70.00
	<b>Итого:</b>	<b>28.07191</b>	<b>0.2464</b>	<b>0.2464</b>	<b>7.26876</b>	<b>7</b>	<b>70</b>
<b>Обед</b>							
7.291	Салат из огурцов с растительным маслом.	22.2093	0.46	1.937	1.985	4.1	45
7.064	Биточки рыбные из горбуши.	84.6324	8.724	3.9	4.016	0.32	40
7.037с	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной.	94.986	4.522	4.698	9.541	4.02	150
7.н64-с-1	Картофельное пюре 120 гр.	102.9582	2.397	3.02	17.714	8.59	120
7.115/1	Компот из сухофруктов.	52.0335	0.367	0.02	13.266	37.62	150
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32.58	1.32	0.24	8.36	0	20
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
7.044	Соль	0	0	0	0	0	3
	<b>Итого:</b>	<b>420.5844</b>	<b>18.93</b>	<b>13.95</b>	<b>62.397</b>	<b>54.65</b>	<b>543</b>
<b>Полдник</b>							
7.н132/4	Макаронные изделия в молоке с маслом.	63.549	2.369	2.989	7.545	0.21	100
7.022-3	Чай с лимоном.	42.12	0.034	0.004	11.076	0.6	150
7.9/12.	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью 60 гр	119.9304	3.565	2.559	21.785	0.3	60
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31.185	1.14	0.135	7.515	0	15
	<b>Итого:</b>	<b>256.7844</b>	<b>7.108</b>	<b>5.687</b>	<b>47.921</b>	<b>1.11</b>	<b>325</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1,025.04</b>	<b>37.1104</b>	<b>33.6024</b>	<b>165.4108</b>	<b>63.5</b>	<b>1,273.00</b>





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813830

Владелец Страшкова Анна Сергеевна

Действителен с 05.04.2023 по 04.04.2024