# Меню приготавливаемых блюд

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 1 **День:** понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 130 | 4,67 | 4 | 23,26 | 157,7 | 883 | 6,66 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25 | 1,32 | 7 | 8,67 | 98,7 | 808 | 4,33 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 | 483 | 2,4 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 6,08 | 11 | 52,19 | 336,2 | | 13,39 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Напиток Ягодка | 100 | 0,06 | | 7,42 | 30,6 | 930 | 0,49 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,06 | | 7,42 | 30,6 | | 0,49 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Икра кабачковая пром.производства | 30 | 0,36 | 4 | 2,22 | 29,1 | 813 | 3,72 |
| | Суп-пюре из гороха | 150 | 4,63 | 1 | 13,58 | 81,2 | 1 049 | 2,4 |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 | 943 | 0,93 |
| | Плов со свининой | 160 | 9,98 | 19 | 37,74 | 360,7 | 444,01 | 20,55 |
| | Компот из изюма | 150 | 0,35 | | 21,1 | 87 | 932,01 | 4,39 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 520 | 18,32 | 25 | 90,95 | 649,8 | | 33,15 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Пряник (порц.) | 50 | 3,15 | 1 | 37,8 | 167,9 | 1 192 | 6,1 |
| | Кисломолочный напиток | 150 | 4,35 | 4 | 6 | 75,8 | 1 604 | 13,42 |
| **Итого за Полдник** | | 200 | 7,5 | 5 | 43,8 | 243,7 | | 19,52 |
| **Итого за день** | | 1 175 | 31,96 | 41 | 194,36 | 1260,3 | | 66,55 |

**(лист 2)**

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 1 **День:** вторник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 130 | 2,73 | 5 | 17,03 | 156 | 1 111 | 6,49 |
| | Бутерброд с сыром | 25 | 3,49 | 3 | 8,57 | 73,9 | 810 | 4,49 |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,05 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 6,22 | 8 | 40,57 | 289,8 | | 12,03 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | 976,03 | 9,5 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | | 9,5 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным (ноябрь-декабрь) | 30 | 0,53 | 2 | 2,97 | 28,3 | 818 | 1,42 |
| | *Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур | 150 | 1,59 | 4 | 11,26 | 89,2 | 1 030,06 | 8,84 |
| | Печень по-строгановски | 60 | 8,06 | 6 | 3,13 | 99,6 | 1 076 | 24,85 |
| | Пюре картофельное | 110 | 2,43 | 8 | 27,26 | 168,7 | 995 | 8,63 |
| | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | | 17,91 | 74,3 | 912 | 2,83 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 540 | 16,05 | 21 | 80,79 | 560,3 | | 48,89 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Запеканка (сырники) из творога с морковью | 60 | 7,29 | 5 | 7,55 | 133,8 | 769 | 16,06 |
| | Соус молочный (сладкий) | 10 | 0,2 | 1 | 1,34 | 10,9 | 904 | 0,66 |
| | Чай ягодный | 150 | 0,08 | | 12 | 44,9 | 971 | 1,05 |
| **Итого за Полдник** | | 220 | 7,57 | 6 | 20,89 | 189,6 | | 17,77 |
| **Итого за день** | | 1 215 | 30,24 | 35 | 152,05 | 1086,7 | | 88,19 |

(лист 3)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 1 **День:** среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 130 | 2,38 | 3 | 14,45 | 92,3 | 1 153 | 6,06 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25 | 1,32 | 7 | 8,67 | 98,7 | 808 | 4,33 |
| | Чай с шиповником | 200 | | | 11,18 | 44,7 | 854,01 | 8,04 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 3,7 | 10 | 34,3 | 235,7 | | 18,43 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 | 707 | 8 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | | | 11,2 | 47,5 | | 8 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Кукуруза консервированная | 30 | 0,62 | 2 | 3,72 | 34,8 | 812 | 8,22 |
| | *Суп картофельный с крупой с мясом кур | 150 | 1,1 | 1 | 8,94 | 52,9 | 1 665 | 7,18 |
| | Котлета Домашняя* | 50 | 7,09 | 10 | 6,45 | 142,3 | 661,04 | 1,15 |
| | Соус молочный (для подачи к блюду) | 20 | 0,42 | 1 | 1,43 | 18,2 | 905 | 1,5 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,75 | 3 | 30,04 | 156 | 516 | 5,33 |
| | Напиток Ягодка | 150 | 0,09 | | 11,14 | 45,9 | 930 | 0,49 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 550 | 17,39 | 18 | 79,98 | 550,3 | | 26,19 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 26,17 | 203,5 | 1 141 | 5,29 |
| | Кисель из ягод | 150 | 0,17 | | 21,67 | 88,5 | 916 | 1,63 |
| **Итого за Полдник** | | 200 | 3,92 | 5 | 47,84 | 292 | | 6,92 |
| **Итого за день** | | 1 205 | 25,01 | 33 | 173,32 | 1125,5 | | 59,54 |

(лист 4)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 1 **День:** четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Омлет натуральный НУ | 120 | 12,07 | 15 | 2,22 | 192,2 | 972,06 | 16,32 |
| | Бутерброд с маслом и повидлом | 30 | 1,32 | 3 | 15,89 | 87,9 | 815 | 4,73 |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,05 |
| **Итого за Завтрак** | | 350 | 13,39 | 18 | 33,08 | 340 | | 22,1 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Напиток яблочный* | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | 701,01 | 2,19 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | | 2,19 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Салат из свеклы отварной (ноябрь-декабрь) | 30 | 0,41 | 2 | 3,89 | 31,4 | 5,01 | 2,39 |
| | *Суп с вермишелью и мясом кур | 150 | 1,45 | 1 | 10,46 | 60,5 | 1 039,02 | 7,13 |
| | Пудинг рыбный (паровой) с маслом | 50 | 6,5 | 5 | 2,88 | 84,4 | 401 | 2,5 |
| | Пюре картофельное | 110 | 2,43 | 8 | 27,26 | 168,7 | 995 | 8,63 |
| | Компот из яблок и ягод | 150 | 0,23 | | 23,1 | 96,3 | 633,02 | 1,98 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 530 | 14,34 | 17 | 85,85 | 541,5 | | 24,95 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Бигус с мясным фаршем | 60 | 5,48 | 5 | 3,08 | 82,3 | 1 739 | 2,34 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,07 | | 15,2 | 59,9 | 483 | 2,4 |
| **Итого за Полдник** | | 230 | 7,25 | 6 | 26,78 | 194 | | 5,9 |
| **Итого за день** | | 1 210 | 35,03 | 41 | 158,91 | 1129,3 | | 55,14 |

(лист 5)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 1 **День:** пятница

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 130 | 3,29 | 5 | 12,27 | 156 | 823 | 6,02 |
| | Бутерброд с сыром | 25 | 3,49 | 3 | 8,57 | 73,9 | 810 | 4,49 |
| | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 | 971 | 1,05 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 6,88 | 8 | 36,84 | 289,8 | | 11,56 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | 976,03 | 9,5 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | | 9,5 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Маринад овощной | 30 | 0,29 | 3 | 2,48 | 38,4 | 817 | 2,53 |
| | *Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур | 150 | 2,27 | 4 | 10,41 | 88,5 | 1 021,05 | 8,29 |
| | Запеканка картофельная с мясом. | 140 | 11,12 | 16 | 20,38 | 282,2 | 1 100 | 24,32 |
| | Соус сметанный | 20 | 0,34 | 2 | 1,35 | 20,6 | 600 | 0,49 |
| | Напиток из плодов шиповника | 150 | 0,51 | | 19,22 | 90,5 | 705 | 4,05 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 530 | 17,85 | 26 | 72,1 | 620,4 | | 42 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Слойка промышленного производства в ассортименте | 60 | 4,11 | 12 | 25,69 | 221,4 | 1 059 | |
| | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 | 828 | 1,05 |
| **Итого за Полдник** | | 210 | 4,11 | 12 | 36,92 | 266,3 | | 1,05 |
| **Итого за день** | | 1 195 | 29,24 | 46 | 155,66 | 1223,5 | | 64,11 |

(лист 6)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 2 **День:** понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 130 | 3,32 | 4 | 20,59 | 133,7 | 235,05 | 7,88 |
| | Бутерброд с сыром | 25 | 3,49 | 3 | 8,57 | 73,9 | 810 | 4,49 |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,05 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 6,81 | 7 | 44,13 | 267,5 | | 13,42 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | 976,03 | 9,5 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | | 9,5 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 | 814 | 3,02 |
| | Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур | 150 | 3,33 | 3 | 9,45 | 94,8 | 1 015,04 | 5,01 |
| | Тефтели мясные с луком | 50 | 7,01 | 7 | 6,92 | 119,6 | 907 | 12,28 |
| | Каша гречневая вязкая. | 110 | 2,96 | 3 | 18,7 | 125,4 | 1 032 | 2,38 |
| | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | | 17,91 | 74,3 | 912 | 2,83 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 530 | 17,02 | 16 | 73,07 | 538,2 | | 27,84 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Лапшевник с творогом | 60 | 5,55 | 5 | 11,52 | 113,5 | 226 | 10,34 |
| | Чай ягодный | 150 | 0,08 | | 12 | 44,9 | 971 | 1,05 |
| **Итого за Полдник** | | 210 | 5,63 | 5 | 23,52 | 158,4 | | 11,39 |
| **Итого за день** | | 1 195 | 29,86 | 28 | 150,52 | 1011,1 | | 62,15 |

(лист 7)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 2 **День:** вторник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 130 | 4,88 | 5 | 26,72 | 171,1 | 853 | 7,86 |
| | Бутерброд с маслом и повидлом | 30 | 1,32 | 3 | 15,89 | 87,9 | 815 | 4,73 |
| | Чай с шиповником | 200 | | | 11,18 | 44,7 | 854,01 | 8,04 |
| **Итого за Завтрак** | | 360 | 6,2 | 8 | 53,79 | 303,7 | | 20,63 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 | 707 | 8 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | | | 11,2 | 47,5 | | 8 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты с кукурузой | 30 | 0,76 | 2 | 2,99 | 32 | 14 519 | 1,82 |
| | *Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур | 150 | 1,24 | 4 | 6,06 | 63,2 | 124,06 | 6,56 |
| | Жаркое по-домашнему | 160 | 10,58 | 19 | 18,2 | 290,3 | 893,01 | 25,23 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,35 | | 20,62 | 86,7 | 928 | 3,72 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 530 | 16,25 | 26 | 66,13 | 572,4 | | 39,65 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 26,17 | 203,5 | 1 141 | 5,29 |
| | Кисломолочный напиток | 150 | 4,35 | 4 | 6 | 75,8 | 1 604 | 13,42 |
| **Итого за Полдник** | | 200 | 8,1 | 9 | 32,17 | 279,3 | | 18,71 |
| **Итого за день** | | 1 190 | 30,55 | 43 | 163,29 | 1202,9 | | 86,99 |

(лист 8)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 2 **День:** среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 130 | 5,97 | 7 | 27,9 | 176,1 | 848 | 8,35 |
| | Бутерброд с сыром | 25 | 3,49 | 3 | 8,57 | 73,9 | 810 | 4,49 |
| | Чай с лимоном* | 200 | 0,06 | | 15,16 | 59,9 | 686 | 2,54 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 9,52 | 10 | 51,63 | 309,9 | | 15,38 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 | | 12,81 | 60,3 | 705 | 4,05 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,34 | | 12,81 | 60,3 | | 4,05 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Горошек зеленый консервированный (ноябрь-декабрь) | 30 | 0,93 | | 1,95 | 12 | 811 | 5,4 |
| | Уха с крупой (перловой, пшенной) | 150 | 7,51 | 4 | 11,11 | 115,3 | 181 | 7,31 |
| | Запеканка картофельная с печенью* | 160 | 13,06 | 8 | 28,25 | 258 | 910 | 38,04 |
| | Соус сметанный | 10 | 0,17 | 1 | 0,68 | 10,3 | 600 | 0,49 |
| | Компот из яблок и ягод | 150 | 0,23 | | 23,1 | 96,3 | 633,02 | 1,98 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 540 | 25,22 | 14 | 83,35 | 592,1 | | 55,54 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Слойка промышленного производства в ассортименте | 60 | 4,11 | 12 | 25,69 | 221,4 | 1 059 | |
| | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 | 828 | 1,05 |
| **Итого за Полдник** | | 210 | 4,11 | 12 | 36,92 | 266,3 | | 1,05 |
| **Итого за день** | | 1 205 | 39,19 | 36 | 184,71 | 1228,6 | | 76,02 |

(лист 9)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 2 **День:** четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 130 | 6,26 | 5 | 20,82 | 154,7 | 851 | 5,79 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25 | 1,32 | 7 | 8,67 | 98,7 | 808 | 4,33 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 20 | 88,1 | 854 | 3,51 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 8,94 | 14 | 49,49 | 341,5 | | 13,63 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Напиток яблочный* | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | 701,01 | 2,19 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | | 2,19 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка (ноябрь-декабрь) | 30 | 0,55 | 3 | 8,93 | 62,4 | 1 154,01 | 3,13 |
| | *Свекольник со сметаной и мясом кур | 150 | 1,73 | 2 | 14,19 | 82 | 1 033,01 | 10,67 |
| | Суфле Рыбка (минтай) | 50 | 5,91 | 6 | 5,12 | 99,4 | 1 197 | 4,22 |
| | Пюре картофельное | 110 | 2,43 | 8 | 27,26 | 168,7 | 995 | 8,63 |
| | Напиток Ягодка | 150 | 0,09 | | 11,14 | 45,9 | 930 | 0,49 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 530 | 14,03 | 20 | 84,9 | 558,6 | | 29,46 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | **Сырники | 70 | 5,83 | 7 | 11,61 | 158,2 | 1 066,01 | 13,46 |
| | Соус ягодный | 20 | 0,01 | | 2,54 | 10,4 | 984 | 0,21 |
| | Кисель из ягод | 150 | 0,17 | | 21,67 | 88,5 | 916 | 1,63 |
| **Итого за Полдник** | | 240 | 6,01 | 7 | 35,82 | 257,1 | | 15,3 |
| **Итого за день** | | 1 225 | 29,03 | 41 | 183,41 | 1211 | | 60,58 |

(лист 10)

**Рацион: Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб** **Неделя:** 2 **День:** пятница

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерге-тическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 130 | 4,37 | 6 | 18,71 | 143,9 | 850 | 8,9 |
| | Бутерброд с сыром | 25 | 3,49 | 3 | 8,57 | 73,9 | 810 | 4,49 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 | 1 110 | 5,26 |
| **Итого за Завтрак** | | 355 | 11,7 | 13 | 41,66 | 369,8 | | 18,65 |
| **Завтрак 2** | | | | | | | | |
| | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 | 707 | 8 |
| **Итого за Завтрак 2** | | 100 | | | 11,2 | 47,5 | | 8 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | Салат Бурячок (ноябрь-декабрь) | 30 | 0,33 | 5 | 1,66 | 48,8 | 999 | 2,93 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками* | 150 | 1,29 | 2 | 9,87 | 59,3 | 89 | 6,79 |
| | Суфле из птицы | 50 | 7,94 | 3 | 6,47 | 86,9 | 1 067 | 13,49 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,75 | 3 | 30,04 | 156 | 516 | 5,33 |
| | Соус молочный (для подачи к блюду) | 20 | 0,42 | 1 | 1,43 | 18,2 | 905 | 1,5 |
| | Компот из ягод | 150 | 0,11 | | 14,3 | 58,8 | 917,02 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| **Итого за Обед** | | 550 | 18,16 | 15 | 82,03 | 528,2 | | 33,31 |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| | Ватрушка с повидлом | 50 | 3,15 | 3 | 33,3 | 173,5 | 938 | 4,63 |
| | Чай с молоком | 150 | 1,02 | 1 | 15 | 66 | 854 | 3,51 |
| **Итого за Полдник** | | 200 | 4,17 | 4 | 48,3 | 239,5 | | 8,14 |
| **Итого за день** | | 1 205 | 34,03 | 32 | 183,19 | 1185 | | 68,1 |
| **Итого за период** | | 12 020 | 314,14 | 376 | 1699,42 | 11663,9 | | |
| **Среднее значение за период** | | 1 202 | 31,4 | 37,6 | 169,9 | 1166,4 | | |

Составил _____Субботина Утвердил _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447210

Владелец Ганзер Оксана Владимировна

Действителен С 26.11.2024 по 26.11.2025