

Зима Первый день (Сад)								
Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная гречневая	8:10-8:30	Крупа гречневая-20, сахар-3, масло сливочное-3, молоко концентрированное-30	2-ЗМ	200	5,38	8,52	29,08	216,36
Чай		Чай-1, сахар-7	7-Н	180	0,29	-	17,57	116,56
Бутерброд с маслом, сыром		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5, сыр-10		55	3,73	7,88	14,56	139
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Банан ½ (30% при холодной обработке)	2-СА	70	1,5	0,1	9,2	89
Фруктовый сок		Фруктовый сок	6-Н	200	-	-	15,6	76
Кондитерские изделия		Печенье-20	11-В	20	4,48	2	15,24	81,2
<b>Обед</b>								
Салат капустный	11:20-12:20	Капуста белокачанная-100, морковь-11, сахар-3, масло растительное-3, лимонная кислота-0,2	3-СА	85	1,5	2,97	9,85	70,71
Суп картофельный с рыбными консервами		Консервы рыбные-30, картофель-160, лук-10, морковь-11, масло растительное -3, пшено-5, томат-паста-5	6-С	200	4,39	4,21	17,12	164
Котлета мясная		Мясо свинина-69, яйцо-1/8, хлеб пшеничный -10, масло растительное-3, мука-5, лук-10	11-М	80	16,06	17,82	11,2	274,32
Макароны отварные		Макароны- 45, масло сливочное-5	3-З	110	8,11	10,9	33,91	272,94
Соус красный основной		Мука пшеничная-5, сливочное масло-3, лук-10, морковь-11, томат-паста-5	1-СО	20	0,96	2,54	5,49	48,8
Компот из свежих фруктов		Свежие фрукты-20, сахар-7	9-Н	180	0,29	-	17,57	116,56
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Салат морковный с сахаром	16:00-16:30	Морковь-110 (20% при холодной обработке), сахар-3, растительное масло-3	4-СА	58	1	2,97	10,59	70,07
Омлет		Яйцо-120, масло сливочное-5, молоко 3,2%-100	2-Я	200	12,86	11,12	5,58	248,4
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар- 7	24-Н	200	5,6	6,4	8,2	112
<b>Итого</b>					<b>57,88</b>	<b>63,37</b>	<b>249,37</b>	<b>1844,95</b>

### Зима Второй день (Сад)

Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная рисовая	8:10-8:30	Молоко 3,2%-120, крупа рисовая-20, масло сливочное-3, сахар-3	5-ЗМ	200	5,43	7,11	22,1	195,1
Какао с молоком		Молоко 3,2%-100, сахар-7, какао-порошок-1,6	19-Н	200	6,1	5,7	24,95	179,38
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-40, масло сливочное-5		45	2,32	7,52	19,24	98
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Яблоко-100 (12% холодная обработка)	2-СА	88	1,5	0,1	9,2	89
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
<b>Обед</b>								
Солёный огурец	11:20-12:20	Солёный огурец-65 (7% холодная обработка)	11-СА	60	0,36	-	0,66	4,2
Суп овощной с куриным мясом		Куры-35 (25% холодная обработка), лук-10, морковь-11, картофель-150, растительное масло-3, капуста белокачанная-80, консервированный зел. горошек-46	15-С	200	3,51	5,95	17,07	144,5
Гуляш с мясом и соусом		Мясо свинина-69, масло сливочное-5, мука пшеничная-10, лук-10, морковь-22, томат-паста-5	15-М	90	2,8	12,82	13,32	140,15
Картофельное пюре		Картофель-250, масло сливочное-5, молоко-30	2-Г	210	5,09	6,41	43,49	280,1
Компот из сухофруктов		Сухофрукты-18, сахар-7	21-Н	180	0,1	0,01	13,74	53,76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Яйцо отварное	16:00-16:30	Яйцо(13% при тепловой обработке) -60	1-Я	48	7,52	6,9	0,42	76,5
Творожный торт		Творог 9% ( 10% при запекании) -120, сливочное масло-5, сахар-7, манка-15, яйцо - ¼, повидло-10, печенье-10	1-Т	145	6,77	13,37	28,78	183
Кефир		Кефир 3,2% -200, сахар-7	24-Н	200	4,6	4,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-40	11-В	40	3,32	0,52	24,24	90,8
<b>Итого</b>					<b>57,48</b>	<b>63,8</b>	<b>263,1</b>	<b>1888,42</b>

### Зима Третий день (Сад)

Наименование блюда	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная манная	8:10-8:30	Молоко 3,2%-150, крупа манная-20, сливочное масло-3, сахар-3	6-ЗМ	200	6,49	8,01	26,74	199,3
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100, сахар-7, кофейный порошок-2	16-М	200	0,26	0,06	11,26	60,1
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-40, масло сливочное-5, сыр-10		55	3,73	7,88	14,56	139
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша (12% холодная обработка) -100	2-СА	88	1,5	0,1	9,2	89
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар-7	24-Н	200	4,6	6,4	8,2	112
<b>Обед</b>								
Суп полевой на курином бульоне	11:20-12:20	Куры-35, лук-10, морковь-11, картофель-150, растительное масло-3, пшено-5	9-С	200	4,41	8,12	28,64	175,28
Капуста тушёная с мясом		Свинина-69, капуста белокачанная-220 (20% при холодной и 8% при тепловой обработке), лук-10, морковь-40, масло сливочное-7, томат-паста-5	5-М	230	3,58	10,64	20,37	231,17
Чай		Чай-1, сахар-7	20-Н	200	-	-	14,97	56,1
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Салат свекольный		Свекла-110 (25% при холодной и 27% при тепловой обработке), сахар-3, масло растительное-3, солёный огурец-10	5-СА	60	1,46	2,97	6,79	84,77
Суфле рыбное	16:00-16:30	Рыба (филе)-130, яйцо ¼, масло сливочное-5, крупа рисовая-25, лук-10	1-Р	145	19,78	12,42	22,71	321,19
Кисель из свежих фруктов		Свежие фрукты-20, сахар-7, крахмал-7	3-Н	200	0,07	-	28,52	11,62
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-40	11-В	40	3,32	0,52	24,24	90,8
Кондитерские изделия		Печенье-20	11-В	20	4,48	2	15,24	81,2
<b>Итого</b>					<b>56,03</b>	<b>59,47</b>	<b>256,34</b>	<b>1758,53</b>

Зима Четвёртый день (Сад)								
Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная пшённая	8:10-8:30	Молоко 3,2% -120, крупа пшённая-20,сливочное масло-3, сахар-3	4-3М	200	3,23	3,59	17,9	117,6
Какао с молоком		Молоко 3,2% -100, сахар-7, какао-порошок-1,6	19-Н	200	3,1	4,7	24,95	159,38
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-40, масло сливочное-5, сыр-10		55	3,73	3,88	14,56	139
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша-100 (12% при холодной обработке)	2-СА	88	0,4	0,3	7,45	42
Отвар шиповника		Плоды шиповника сушёные-18, сахар-7	2-Н	200	0,51	-	18,19	62,6
<b>Обед</b>								
Консервированный зелёный горошек	11:20-12:20	35% тепловой и 15% при холодной обработке- 80	1-СА	40	1,2	-	2,76	15,96
Щи с куриным мясом		Куры-35, капуста белокачанная-100, лук-10, морковь-11, масло растительное-3,картофель-110, томат-паста-5, сметана 15%-10	4-С	200	4,71	2,46	16,87	145,52
Бефстроганов из печени с соусом		Печень говяжья- 125 (7% холодная обработка, 28% при тепловой), масло сливочное-5, мука пшеничная-10, лук-10, морковь-22, сметана 15%-20	18-М	120	10,51	5,46	10,51	194,58
Гречка рассыпчатая		Крупа гречневая ядрица-40, масло сливочное-5	1-Г	100	4,49	5,37	26,49	166,34
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	87,7
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Яйцо отварное	16:00-16:30	Яйцо-60 (13% при холодной обработке)	1-Я	48	3,52	5,9	0,42	74,5
Салат морковный с сахаром		Морковь-110 (20% при холодной обработке), сахар-3, растительное масло-3	4-СА	58	1	2,97	10,59	70,07
Ватрушка с творогом		Мука пшеничная-50, сахар-7, молоко3,2%-30, масло сливочное-5, яйцо-1/8, творог-40, масло растительное-5, дрожжи сухие	7-В	90	13,48	10,63	52,21	298,2
Кефир		Кефир 3,2% -200, сахар-7	24-Н	200	4,6	6,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный -30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
<b>Итого</b>						<b>59,59</b>	<b>63,77</b>	<b>273,6</b>

### Зима Пятый день (Сад)

Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная геркулесовая	8:10-8:30	Геркулес-20,масло сливочное -3, сахар-3, молоко 3,2%-150	7-3М	200	6,43	9,11	22,1	2055,1
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100,сахар-5,кофейный порошок-2	16-М	200	0,26	0,06	11,26	60,1
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5		45	3,32	9,52	19,24	98
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Яблоко-100 (12% при холодной обработке)	2-СА	88	1,5	0,1	9,2	89
Кефир		Кефир 3,2% -200, сахар-7	24-Н	200	4,6	6,4	8,2	112
<b>Обед</b>								
Салат из капусты	11:20-12:20	Капуста белокочанная-100, морковь-11,растительное масло-3, сахар-3	3-СА	86	1,5	2,97	5,85	70,71
Суп вермишелевый с куриным мясом		Куры-35, вермишель-15, картофель-150, лук-10, морковь-11, растительное масло-3	8-С	200	7,19	10,01	17,01	174,95
Ёжик		Свинина-69, крупа рисовая-30, яйцо-1/4,лук-10, масло растительное-3	13-М	130	7,68	10,9	27,87	224,24
Соус сметанный		Мука-5, сливочное масло-3, сметана 15%-20	3-СО	30	0,96	2,54	5,49	96
Кисель из свежих ягод		Свежие ягоды-15, сахар-7, крахмал-7	11-Н	200	0,07	-	23,74	92,92
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Винегрет	16:00-16:30	Картофель-110,свёкла-80, морковь-85,лук-10, зелёный горошек-45, солёный огурец-40,растительное масло-6	12-СА	200	4,25	7,89	23,28	117,24
Чай		Чай-1, сахар-7	20-Н	200	-	-	14,97	56,1
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-40	11-В	40	3,32	0,52	24,24	90,8
Кондитерские изделия		Печенье-20	11-В	20	9,48	2	15,24	81,2
<b>Итого</b>					<b>57,81</b>	<b>60,7</b>	<b>250,55</b>	<b>1721,12</b>

Зима Шестой день (Сад)								
Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная гречневая	8:10-8:30	Молоко3,2%-100, крупа гречневая ядрица-20, сливочное масло-3, сахар-3	2-3М	200	5,38	8,52	29,08	196,36
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-90, сахар-7, кофейный порошок-2	16-М	200	0,26	0,06	11,26	60,1
Бутерброд с маслом, сыром		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5, сыр-10		55	2,32	8,52	19,24	98
<b>2 Завтрак</b>								
Фрукты свежие	9:30-10:10	Банан ½ (30% при холодной обработке)-100	2-СА	70	1,5	0,1	9,2	89
Кисель из сухофруктов		Сухофрукты -18, сахар-7, крахмал-7	4-Н	200	0,03	-	28,16	104,3
<b>Обед</b>								
Консервированные овощи (кукуруза)	11:20-12:20	Кукуруза консервированная-80 (35% при тепловой и 15% при холодной обработке)	1-СА	40	0,8	2,4	0,4	23,6
Суп рассольник с куриным мясом		Куры-35, масло растительное-3, крупа перловая-5, лук-10, морковь-11, картофель-150, солёные огурцы-40, томат-паста-5	2-С	200	3,04	5,61	15,11	159,04
Плов с мясом		Свинина-69, крупа рисовая-40, масло сливочное- 7, лук-10, морковь-40, томат-паста-5	2-М	180	15,01	12,88	33,69	286,07
Чай		Чай-1, сахар-7	20-Н	200	-	-	14,97	56,1
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Сырники	16:00-16:30	Творог 9%-120 (10% при запекании), сахар-4, мука пшеничная-20, яйцо-1/4, масло растительное-10, ванилин-0,01	5-Т	140	8,33	8,36	17,15	180,8
Соус сметанный сладкий		Мука пшеничная-5, масло сливочное-5, сметана 15%-20, сахар-3	3-СО	30	0,78	4,13	13,87	89,2
Кефир		Кефир 3,2% -200, сахар-7	24-Н	200	4,6	6,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-40	11-В	40	3,32	0,52	24,24	90,8
<b>Итого</b>					<b>57,01</b>	<b>63,26</b>	<b>270,19</b>	<b>1841,27</b>

### Зима Седьмой день (Сад)

Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная геркулесовая	8:10-8:30	Молоко 3,2%-150, крупа геркулесовая-20, масло сливочное-3, сахар-3	7-3М	200	4,43	5,11	22,1	175,1
Какао с молоком		Молоко 3,2%-100, сахар-7 какао-порошок-1,6	19-Н	200	6,1	4,7	24,95	140,38
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5		45	2,32	9,52	19,24	98
<b>2 Завтрак</b>								
Фрукты свежие	9:30-10:10	Груша -100 (12% при холодной обработке)	2-СА	88	1,5	0,1	9,2	89
Отвар шиповника		Плоды шиповника сушёные-18, сахар-7	2-Н	200	0,51	-	18,19	72,6
Кондитерские изделия		Печенье-20		20	0,1	-	26,28	89
<b>Обед</b>								
Солёный огурец	11:20-12:20	Солёный огурец - 65	11-СА	60	0,36	-	0,66	4,2
Суп картофельный с куриным мясом и яйцом		Куры-35, картофель-160, яйцо-1/3, лук-10, морковь-11, масло растительное-3	12-С	200	6,17	8,06	17,94	120,85
Бефстроганов с мясом		Свинина-69, лук-10, морковь-22, масло сливочное-5, мука-10, сметана 15%-20	14-М	110	2,8	10,82	9,32	140,15
Макароны отварные		Макароны-45, сливочное масло-5	4-Г	110	1,53	4,27	22,45	214,52
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Яйцо отварное	16:00-16:30	Яйцо-60 (13% при холодной обработке)	1-Я	48	3,52	5,9	0,42	74,5
Консервированный зелёный горошек		35% тепловой и 15% при холодной обработке- 80	1-СА	40	1,2	-	2,76	15,96
Плюшка		Мука пшеничная-50, молоко3,2%-30, сливочное масло-5, сахар-10, яйцо-1/8, растительное масло-5, дрожжи	5-В	80	5,54	6,78	46,16	210,5
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар-7	24-Н	200	5,6	6,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный -30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
<b>Итого</b>					<b>57,05</b>	<b>63,13</b>	<b>272,05</b>	<b>1888,17</b>

### Зима Восьмой день (Сад)

Наименование блюда	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная пшённая	8:10-8:30	Молоко 3,2%-150, крупа пшённая-20, сливочное масло-3, сахар-3	5-3М	200	3,86	8,36	19,44	116,25
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100, сахар-7, кофейный порошок-2	16-М	200	0,26	0,06	11,26	60,1
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5, сыр-10		55	4,73	6,88	14,56	139
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша-100( 12% при холодной обработке)	2-СА	88	1,7	0,1	9,2	89
Чай		Чай-1, сахаро-7	20-Н	200	-	-	14,97	56,1
<b>Обед</b>								
Консервированные овощи (кукуруза)	11:20-12:20	Кукуруза консервированная-80 (35% при тепловой и 15% при холодной обработке)	1-СА	40	0,8	2,4	0,4	23,6
Борщ с куриным мясом		Курица-35, картофель-110, лук-10, морковь-11,свёкла-50, капуста белокочанная-70, масло растительное-3, томат-паста-5	3-С	200	3,79	6,2	14,89	180,3
Суфле из печени		Печень говяжья-125, яйцо-1/6, лук-10, масло растительное-10, хлеб пшеничный-10, манка-10	17-М	120	11,52	9,68	7,65	185,42
Рис отварной		Рисовая крупа-40, сливочное масло-5	3-Г	130	3,96	10,51	33,33	205,03
Соус красный основной		Мука пшеничная-5, сливочное масло-3, морковь-11, лук-10, томат-паста-5	1-СО	20	0,96	2,54	5,49	48,8
Компот из сухофруктов		Сухофрукты-18, сахар-7	7-Н	180	0,29	-	17,57	116,56
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной -50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Салат морковный с сахаром	16:00-16:30	Морковь-110, сахар-3, масло растительное-3	4-СА	58	1,0	2,97	10,59	72,07
Тефтели рыбные		Рыба(филе)- 125, хлеб пшеничный -10, лук-10,масло растительное-3, яйцо-1/8, мука-5	4-Р	140	23,57	5,34	11,16	261,03
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар-7	24-Н	200	5,6	6,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Печенье		Печенье-20	11-В	20	9,48	2	14,24	81,2
<b>Итого</b>					<b>57,6</b>	<b>58,38</b>	<b>269,69</b>	<b>1738,65</b>

### Зима Девятый день (Сад)

Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Молочная рисовая каша	8:10-8:30	Молоко 3,2%-120,рис -20,масло сливочное-3,сахар-3	3-3М	200	3,98	6,02	26,4	164,85
Какао с молоком		Молоко 3,2%-100, сахар-7 какао-порошок-1,6	19-Н	200	6,1	4,7	24,95	140,38
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-40, масло сливочное-5, сыр-10		55	2,32	6,52	17,24	78
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Банан ½( 30% при холодной обработке-100	2-СА	70	1,5	0,1	17,2	79
Кисель из сухофруктов		Сухофрукты-18, сахар-7, крахмал-7	4-Н	200	0,03	-	21,16	124,3
Печенье		Печенье-20	11-В	20	9,48	2	14,24	81,2
<b>Обед</b>								
Солёный огурец	11:20-12:20	Солёный огурец-65 (7% холодная обработка)	11-СА	60	0,36	-	0,66	4,2
Суп гороховый с куриным мясом		Куры-35 (25% холодная обработка), лук-10, морковь-11, картофель-150, растительное масло-3, горох-20	26-С	200	6,9	4,34	14,66	148,4
Котлета мясная		Свинина-69, яйцо-1/8, лук-10,масло растительное-3, мука пшеничная-5, хлеб пшеничный-10	11-М	80	15,3	19,89	11,2	178,85
Гречка рассыпчатая		Крупа гречневая ядрица-40, сливочное масло-5	1-Г	100	4,49	6,37	21,49	176,34
Соус красный основной		Мука пшеничная-5, сливочное масло-3, лук-10, морковь-11, томат-паста-5	1-СО	20	0,96	2,54	5,49	48,8
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	21,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Яйцо отварное	16:00-16:30	Яйцо-60	1-Я	48	4,52	6,9	0,42	66,5
Запеканка творожная с вермишелью		Творог 9%-120, сахар-7, масло сливочное-5, яйцо-1/4, вермишель--15	7-Т	140	7,8	9,42	21,39	231,3
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар-7	24-Н	200	5,6	6,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-40	11-В	40	3,32	0,52	24,24	90,8
<b>Итого</b>					<b>56,98</b>	<b>61,36</b>	<b>274,76</b>	<b>1880,72</b>

### Зима Десятый день (Сад)

Наименование блюд	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша молочная манная	8:10-8:30	Молоко 3,2%-150, крупа манная-20, сливочное масло-3, сахар-3	6-3М	200	4,49	6,01	21,74	109,3
Повидло		Повидло-20	11-В	20	0,08	-	13,74	52
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100, сахар-7, кофейный порошок-2	16-М	200	0,26	0,06	11,26	60,1
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5		45	4,73	4,88	14,56	139
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша-100 (12% при холодной обработке)	2-СА	88	0,4	0,3	9,5	42
Чай		Чай-1, сахаро-7	20-Н	200	-	-	14,97	56,1
<b>Обед</b>								
Кабачковая икра	11:20-12:20	Кабачковая икра промышленная для детского питания-65		60	1,2	-	2,75	15,96
Суп картофельный с мучными клёцками и куриным мясом		Куры-35, картофель-150, лук-10, морковь-11, масло растительное-3, мука пшеничная-20, яйцо-1/4	5-С	200	5,7	3,09	30,16	133,33
Голубцы ленивые с мясом		Свинина-69, яйцо-1/4, лук-20, крупа рисовая-25, масло растительное-3, капуста белокочанная-150	4-Г	215	5,74	7,65	28,93	254,27
Соус сметанный		Мука пшеничная-5, масло сливочное-5, сметана 15%-20	2-СО	30	0,78	5,17	3,89	83,5
Кисель из свежих фруктов		Свежие фрукты-15, сахар-7, крахмал-7	3-Н	200	0,07	-	23,52	111,62
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	11-В	50	2,35	0,35	21,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Солёный огурец	16:00-16:30	Солёный огурец-65 (7% холодная обработка)	11-СА	60	0,36	-	0,66	4,2
Картофельное пюре		Картофель-250, масло сливочное-5, молоко-30	2-Г	210	4,09	6,41	35,49	280,1
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар-7	24-Н	200	5,6	6,4	8,2	112
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Печенье		Печенье-20	11-В	20	5,48	2	12,24	81,2
<b>Итого</b>					<b>58,6</b>	<b>63,59</b>	<b>274,77</b>	<b>1889</b>

### Зима Первый день (Сад)

Наименование блюда	Время выдачи готовых блюд	Наименование продуктов, полуфабрикатов в граммах на 1 ребёнка (брутто)	Номер технологической карты	Выход блюда	Энергетическая ценность			
					белки	жиры	углеводы	калорийность
<b>1 Завтрак</b>								
Каша гречневая с сахаром	8:10-8:30	Крупа гречневая-20, сахар-5, масло сливочное-5	2-3М	200	5,38	8,52	29,08	216,36
Чай		Чай-1, сахар-7	7-Н	180	0,29	-	17,57	116,56
Бутерброд с маслом, сыром		Хлеб пшеничный-40, сливочное масло-5, сыр-10		55	3,73	7,88	14,56	139
<b>2 Завтрак</b>								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Банан ½ (30% при холодной обработке)	2-СА	70	1,5	0,1	9,2	89
Фруктовый сок		Фруктовый сок	6-Н	200	-	-	15,6	76
Кондитерские изделия		Печенье-20	11-В	20	4,48	2	15,24	81,2
<b>Обед</b>								
Консервированный зеленый горошек	11:20-12:20	35% тепловой и 15% при холодной обработке- 80	1-СА	40	1,2	-	2,76	15,96
Суп картофельный с рыбными консервами		Консервы рыбные-30, картофель-160, лук-10, морковь-11, масло растительное -3, пшено-5, томат-паста-5	6-С	200	4,39	4,21	17,12	164
Омлет		Яйцо-120, масло сливочное-5, молоко 3,2%-100	2-Я	200	12,86	11,12	5,58	248,4
Компот из сухофруктов		Сухофрукты-15, сахар-7	21-Н	180	0,29	-	17,57	116,56
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-50	11-В	50	2,35	0,35	24,9	107
<b>Уплотнённый полдник</b>								
Солёный огурец	16:00-16:30	Солёный огурец-65 (7% холодная обработка)	11-СА	60	0,36	-	0,66	4,2
Котлета мясная		Мясо свинина-69, яйцо-1/8, хлеб пшеничный -10, масло растительное-3, мука-5, лук-10	11-М	80	16,06	17,82	11,2	274,32
Макароны отварные		Макароны- 45, масло сливочное-5	3-3	110	8,11	10,9	33,91	272,94
Соус красный основной		Мука пшеничная-5, сливочное масло-3, лук-10, морковь-11, томат-паста-5	1-СО	20	0,96	2,54	5,49	48,8
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Кефир		Кефир 3,2%-200, сахар- 7	24-Н	200	5,6	6,4	8,2	112
<b>Итого</b>					<b>57,88</b>	<b>63,37</b>	<b>249,37</b>	<b>1844,95</b>