

Зима Первый день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная гречневая	8:10-8:30	Крупа гречневая-15, сахар-2, масло сливочное-2, молоко концентрированное-28	2-3М	150	4,84	7,67	26,17	194,72
Чай		Чай-0,8, сахар-5	7-Н	150	0,29	-	17,57	116,56
Бутерброд с маслом, сыром		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4, сыр-7		41	1,75	7,19	14,54	74,04
2 Завтрак								
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-12	11-В	12	3,29	1,2	9,14	48,72
Обед								
Салат из капусты	11:20-12:20	Капуста белокочанная-80, морковь-9, растительное масло-3, сахар-2	3-СА	65	1,13	2,24	4,42	53,44
Суп картофельный с рыбными консервами		Консервы рыбные-25, картофель-130, лук-8, морковь-9, масло растительное-3, пшено-4	6-С	150	3,95	3,79	15,41	123
Котлета мясная		Мясо свинина-62, яйцо-1/8, хлеб пшеничный-5, масло растительное-3, мука-5, лук-8	11-М	65	14,05	15,59	9,1	222,88
Макароны отварные		Макароны-30, масло сливочное-4	3-3	90	6,08	8,17	25,43	204,71
Компот из свежих фруктов		Свежие фрукты-15, сахар-5	9-Н	150	0,29	-	17,57	116,56
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	2,35	0,35	24,9	107
Уплотнённый полдник								
Салат морковный с сахаром	16:00-16:30	Морковь-90 (20% при холодной обработке), сахар-2, растительное масло-3	4-СА	50	0,86	2,56	9,13	60,41
Омлет		Яйцо-120, масло сливочное-4, молоко 3,2%-100	2-Я	180	11,57	10,01	5,02	223,56
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-25	11-В	25	2,07	0,32	15,15	56,75
Кефир		Кефир 3,2%-150, сахар-3	24-Н	150	4,2	4,8	6,15	84
Итого					46,69	51,62	206,87	1511,87

Зима Второй день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная рисовая	8:10-8:30	Молоко 3,2%-120, крупа рисовая-15, масло сливочное-2, сахар-2	5-3М	150	4,07	5,33	16,57	146,33
Какао с молоком		Молоко 3,2%-100, сахар-5, какао-порошок-1,3	19-Н	150	4,57	4,27	18,71	134,53
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-30, масло сливочное-4		34	1,46	5,68	14,54	74
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Яблоко-95 (12% холодная обработка)	2-СА	78,85	1,42	0,09	8,74	84,55
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Обед								
Солёный огурец	11:20-12:20	Солёный огурец-40 (7% холодная обработка)	11-СА	40	0,24	-	0,44	2,8
Суп овощной с куриным мясом		Куры-30 (25% холодная обработка), лук-8, морковь-9, картофель-130, растительное масло-3, капуста белокачанная-60, консервированный зел. горошек-40	15-С	150	2,63	4,46	12,8	108,38
Гуляш с мясом и соусом		Мясо свинина-62, масло сливочное-4, мука пшеничная-8, лук-8, морковь-18	15-М	80	2,49	11,4	11,84	124,58
Картофельное пюре		Картофель-200, масло сливочное-4, молоко-20	2-Г	160	3,88	4,88	33,13	213,41
Компот из сухофруктов		Сухофрукты-15, сахар-5	21-Н	150	0,07	0,01	10,31	40,32
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	1,88	0,28	19,92	85,6
Уплотнённый полдник								
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) -90, сливочное масло-4, сахар-4, манка-10, яйцо - ¼, повидло-8, печенье-8	1-Т	110	5,13	10,14	21,83	138,83
Кефир		Кефир 3,2% -150, сахар-3	24-Н	150	3,45	3,3	4,61	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Итого					47,56	50,07	204,21	1489,01

Зима Третий день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная манная	8:10-8:30	Молоко 3,2%-140, крупа манная-15, сливочное масло-2, сахар-2	6-3М	150	4,86	6,01	20,06	149,47
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,25- 100, сахар-5, кофейный порошок-1,6	16-М	150	0,19	0,05	8,44	45,07
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-30, масло сливочное-4, сыр-7		41	2,78	5,87	10,85	103,62
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша (12% холодная обработка) -95	2-СА	83	1,41	0,09	8,68	84
Кефир		Кефир 3,2% -150, сахар-3	24-Н	150	3,45	4,8	6,15	84
Обед								
Суп полевой на курином бульоне	11:20-12:20	Куры-30, лук-8, морковь-9, картофель-120, растительное масло-3, пшено-3	9-С	150	3,31	6,09	21,48	131,46
Капуста тушёная с мясом		Свинина-62, капуста белокачанная-180 (20% при холодной и 8% при тепловой обработке), лук-8, морковь-30, масло сливочное-5	5-М	180	2,8	8,33	15,94	180,91
Чай		Чай-0,8, сахар-5	20-Н	150	-	-	11,23	42,07
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	2,35	0,35	24,9	107
Уплотнённый полдник								
Салат свекольный	16:00-16:30	Свекла-90 (25% при холодной и 27% при тепловой обработке), сахар-2, масло растительное-3, солёный огурец-8	5-СА	50	1,21	2,47	5,66	70,64
Суфле рыбное		Рыба (филе)-110, яйцо ¼, масло сливочное-4, крупа рисовая-15, лук-8	1-Р	110	15,01	9,42	17,23	243,66
Кисель из свежих фруктов		Свежие фрукты-15, сахар-5, крахмал-5	3-Н	150	0,05	-	21,39	8,71
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Кондитерские изделия		Печенье-12	11-В	12	4,48	2	15,24	81,2
Итого					44,39	45,87	205,43	1399,82

Зима Четвёртый день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная пшённая	8:10-8:30	Молоко 3,2% -120, крупа пшённая-15,сливочное масло-2, сахар-2	4-3М	150	2,42	2,69	13,43	88,2
Какао с молоком		Молоко 3,2% -100, сахар-5, какао-порошок-1,3	19-Н	150	2,32	3,53	18,71	119,54
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-30, масло сливочное-4, сыр-7		41	2,78	2,91	10,92	103,62
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша-95 (12% при холодной обработке)	2-СА	83	0,38	0,28	7,19	39,61
Отвар шиповника		Плоды шиповника сушёные-15, сахар-5	2-Н	150	0,38	-	13,64	46,95
Обед								
Консервированный зелёный горошек	11:20-12:20	35% тепловой и 15% при холодной обработке- 60	1-СА	30	0,9	-	2,07	11,97
Щи с куриным мясом		Куры-30, капуста белокачанная-80, лук-8, морковь-9, масло растительное-3,картофель-100, сметана 15%-7	4-С	150	3,53	1,84	12,65	109,14
Бефстроганов из печени с соусом		Печень говяжья- 100 (7% холодная обработка, 28% при тепловой), масло сливочное-4, мука пшеничная-8, лук-8, морковь-18, сметана 15%-16	18-М	100	8,75	4,34	8,41	155,66
Гречка рассыпчатая		Крупа гречневая ядрица-30, масло сливочное-4	1-Г	75	2,81	3,36	16,56	103,96
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	2,35	0,35	24,9	87,7
Уплотнённый полдник								
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-90 (20% при холодной обработке), сахар-2, растительное масло-3	4-СА	50	0,86	2,56	9,13	60,41
Ватрушка с творогом		Мука пшеничная-40, сахар-5, молоко3,2%-20, масло сливочное-4, яйцо-1/8+1/8, творог-30, масло растительное-5, дрожжи сухие	7-В	70	11,8	9,31	45,68	260,93
Кефир		Кефир 3,2% -150, сахар-3	24-Н	150	3,45	4,8	6,15	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный -30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Итого					45,12	47,88	202,56	1403,17

Зима Пятый день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная геркулесовая	8:10-8:30	Геркулес-15,масло сливочное -2, сахар-2, молоко 3,2%-140	7-3М	150	4,82	6,83	16,58	153,82
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100,сахар-5,кофейный порошок-1,6	16-М	150	0,2	0,05	8,44	45,07
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4		34	2,51	7,2	14,54	74,04
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Яблоко-95 (12% при холодной обработке)	2-СА	83	1,41	0,09	8,68	83,9
Кефир		Кефир 3,2% -150, сахар-3	24-Н	150	3,45	4,8	6,15	84
Обед								
Салат из капусты	11:20-12:20	Капуста белокочанная-80, морковь-9,растительное масло-3, сахар-2	3-СА	65	1,13	2,24	4,42	53,44
Суп вермишелевый с куриным мясом		Куры-30, вермишель-10, картофель-120, лук-8, морковь-9, растительное масло-2	8-С	150	5,39	7,51	12,76	131,21
Ёжик		Свинина-62, крупа рисовая-20, яйцо-1/4,лук-8, масло растительное-2	13-М	110	6,5	9,22	23,58	189,74
Соус сметанный		Мука-5, сливочное масло-2, сметана 15%-16	3-СО	25	0,8	2,12	4,56	80
Кисель из свежих ягод		Свежие ягоды-10, сахар-5, крахмал-5	11-Н	150	0,05	-	17,81	69,69
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	1,88	0,28	19,92	85,6
Уплотнённый полдник								
Винегрет	16:00-16:30	Картофель-90,свёкла-70, морковь-65,лук-8, зелёный горошек-35, солёный огурец-30,растительное масло-5	12-СА	160	3,4	6,31	18,62	93,79
Чай		Чай-0,8, сахар-5	20-Н	150	-	-	11,23	42,08
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Кондитерские изделия		Печенье-12	11-В	12	5,69	1,2	9,14	48,72
Итого					45,15	51,78	194,61	1425,21

Зима Шестой день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная гречневая	8:10-8:30	Молоко3,2%-100, крупа гречневая ядрица-15, сливочное масло-2, сахар-2	2-3М	150	4,04	6,39	21,81	147,27
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-90, сахар-5, кофейный порошок-1,6	16-М	150	0,2	0,05	8,45	45,08
Бутерброд с маслом, сыром		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4, сыр-7		41	1,75	6,44	14,54	74,04
2 Завтрак								
Фрукты свежие	9:30-10:10	Банан ½ (30% при холодной обработке)-95	2-СА	67	1,43	0,1	8,8	85,18
Кисель из сухофруктов		Сухофрукты -15, сахар-5, крахмал-5	4-Н	150	0,02	-	21,12	78,22
Обед								
Консервированные овощи (кукуруза)	11:20-12:20	Кукуруза консервированная-60 (35% при тепловой и 15% при холодной обработке)	1-СА	30	0,6	1,8	0,3	17,7
Суп рассольник с куриным мясом		Куры-30, масло растительное-3, крупа перловая-3, лук-8, морковь-9, картофель-120, солёные огурцы-30	2-С	150	2,28	4,21	11,33	119,28
Плов с мясом		Свинина-62, крупа рисовая-30, масло сливочное- 5, лук-8, морковь-30	2-М	150	12,51	10,73	28,07	238,39
Чай		Чай-0,8, сахар-5	20-Н	150	-	-	11,22	42,07
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	1,88	0,28	19,92	85,6
Уплотнённый полдник								
Сырники	16:00-16:30	Творог 9%-90 (10% при запекании), сахар-4, мука пшеничная-10, яйцо-1/4, масло растительное-8, ванилин-0,01	5-Т	110	6,55	6,57	13,48	142,05
Соус сметанный сладкий		Мука пшеничная-4, масло сливочное-2, сметана 15%-16, сахар-2	3-СО	25	0,65	3,44	11,56	74,33
Кефир		Кефир 3,2% -150, сахар-3	24-Н	150	3,45	4,8	6,15	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Итого					46,38	50,29	209,53	1466,37

Зима Седьмой день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная геркулесовая	8:10-8:30	Молоко 3,2%-140, крупа геркулесовая-15, масло сливочное-2, сахар-2	7-3М	150	3,32	3,83	16,56	131,33
Какао с молоком		Молоко 3,2%-100, сахар-5, какао-порошок-1,3	19-Н	150	4,58	3,53	18,71	105,21
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4		34	1,75	7,19	14,54	74,04
2 Завтрак								
Фрукты свежие	9:30-10:10	Груша -95 (12% при холодной обработке)	2-СА	83	1,41	0,09	8,68	83,94
Отвар шиповника		Плоды шиповника сушёные-15, сахар-5	2-Н	150	0,38	-	13,64	54,45
Пастила		Пастила-12		20	0,1	-	26,28	89
Обед								
Солёный огурец	11:20-12:20	Солёный огурец - 40	11-СА	40	0,24	-	0,44	2,8
Суп картофельный с куриным мясом и яйцом		Куры-30, картофель-120, яйцо-1/3, лук-8, морковь-9, масло растительное-3	12-С	150	4,63	6,05	13,46	90,64
Бефстроганов с мясом		Свинина-62, лук-8, морковь-18, масло сливочное-4, мука-5, сметана 15%-16	14-М	80	2,04	7,87	6,78	101,93
Макаронные отварные		Макаронные-30, сливочное масло-4	4-Г	90	1,25	3,49	18,37	175,52
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	1,88	0,28	19,92	85,6
Уплотнённый полдник								
Яйцо отварное	16:00-16:30	Яйцо-60	1-Я	48	4,52	6,9	0,42	66,5
Консервированный зелёный горошек		35% тепловой и 15% при холодной обработке- 60	1-СА	30	0,9	-	2,07	11,97
Плюшка		Мука пшеничная-40, молоко3,2%-20, сливочное масло-4, сахар-8, яйцо-1/8, растительное масло-4, дрожжи	5-В	60	4,16	5,09	34,62	157,88
Кефир		Кефир 3,2%-150, сахар-3	24-Н	150	4,2	4,8	6,15	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный -25	11-В	25	2,07	0,33	15,15	56,75
Итого						41,65	46,86	208,28

Зима Восьмой день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная пшённая	8:10-8:30	Молоко 3,2%-140, крупа пшённая-15, сливочное масло-2, сахар-2	5-3М	150	2,89	6,27	14,58	87,19
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100, сахар-5, кофейный порошок-1,6	16-М	150	0,19	0,05	8,45	45,07
Бутерброд с маслом и сыром		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4, сыр-7		41	3,53	5,13	20,85	103,62
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша-95 (12% при холодной обработке)	2-СА	83	1,6	0,09	8,68	83,94
Чай		Чай-0,8, сахар-5	20-Н	150	-	-	11,23	42,07
Обед								
Консервированные овощи (кукуруза)	11:20-12:20	Кукуруза консервированная-60 (35% при тепловой и 15% при холодной обработке)	1-СА	30	0,6	1,8	0,3	17,7
Борщ с куриным мясом		Курица-30, картофель-90, лук-8, морковь-9, свёкла-40, капуста белокочанная-80, масло растительное-2	3-С	150	2,84	4,65	11,17	135,22
Суфле из печени		Печень говяжья-100, яйцо -1/6, лук-8, масло растительное-6, хлеб пшеничный-5, манка-5	17-М	90	8,64	7,26	5,74	139,06
Рис отварной		Рисовая крупа-30, сливочное масло-4	3-Г	110	3,35	8,89	28,2	173,49
Компот из сухофруктов		Сухофрукты-15, сахар-5	7-Н	150	0,24	-	14,64	97,13
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной -40	11-В	40	1,88	0,28	19,92	85,6
Уплотнённый полдник								
Салат морковный с сахаром	16:00-16:30	Морковь-90, сахар-2, масло растительное-2	4-СА	45	0,78	2,3	8,22	55,92
Тефтели рыбные		Рыба(филе)- 110, хлеб пшеничный -5, лук-8, масло растительное-3, яйцо-1/8, мука-5	4-Р	120	10,2	4,58	8,77	205,09
Кефир		Кефир 3,2%-150, сахар-3	24-Н	150	4,2	4,8	6,15	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-25	11-В	25	2,07	0,32	15,15	56,75
Печенье		Печенье-12	11-В	12	5,69	1,2	8,54	48,72
Итого					42,4	46,43	193,4	1417,71

Зима Девятый день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Молочная рисовая каша	8:10-8:30	Молоко 3,2%-120,рис - 15,масло сливочное-2,сахар-2	3-3М	150	2,98	3,51	19,8	123,64
Какао с молоком		Молоко 3,2%-100, сахар-5, какао-порошок-1,3	19-Н	150	4,57	3,52	14,96	119,53
Бутерброд с маслом сыром		Хлеб пшеничный-30, масло сливочное-4, сыр-7		41	1,75	3,93	13,02	58,93
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Банан ½(30% при холодной обработке-95	2-СА	67	1,43	0,1	16,46	75,61
Кисель из сухофруктов		Сухофрукты-15, сахар-5, крахмал-5	4-Н	150	0,02	-	15,87	93,23
Печенье		Печенье-12	11-В	12	5,69	1,2	8,54	48,72
Обед								
Солёный огурец	11:20-12:20	Солёный огурец-40 (7% холодная обработка)	11-СА	40	0,24	-	0,44	2,8
Суп гороховый с куриным мясом		Куры-30 (25% холодная обработка), лук-8, морковь-9, картофель-120, масло растительное -3, горох-15	26-С	150	5,17	3,26	10,99	111,3
Котлета мясная		Свинина-62, яйцо-1/8, лук-8,масло растительное-3, мука пшеничная-5, хлеб пшеничный-5	11-М	60	11,47	9,92	8,4	134,14
Гречка рассыпчатая		Крупа гречневая ядрица-30, масло сливочное -4	1-Г	80	3,59	4,09	17,19	141,07
Фруктовый сок		Фруктовый сок-200	6-Н	200	-	-	15,6	76
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	1,88	0,28	17,52	85,6
Уплотнённый полдник								
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%-90, сахар-5, масло сливочное-4, яйцо-1/4, вермишель--10	7-Т	110	6,13	7,4	16,81	181,73
Кефир		Кефир 3,2%-150, сахар-3	24-Н	150	4,2	4,8	6,15	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-25	11-В	25	2,07	0,33	15,15	56,75
Итого					40,78	44,12	204,36	1415,14

Зима Десятый день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша молочная манная	8:10-8:30	Молоко 3,2%-140, крупа манная-15, сливочное масло-2, сахар-2	6-3М	150	3,37	4,51	16,31	81,97
Повидло		Повидло-12	11-В	10	0,04	-	6,87	26
Кофейный напиток на молоке		Молоко 3,2%-100, сахар-5, кофейный порошок-1,6	16-М	150	0,19	0,05	8,45	45,07
Бутерброд с маслом		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4		34	1,75	7,19	14,54	74,04
2 Завтрак								
Свежие фрукты	9:30-10:10	Груша-95 (12% при холодной обработке)	2-СА	85	0,38	0,3	9,17	40,57
Чай		Чай-0,8, сахар-5	20-Н	150	-	-	11,23	42,07
Обед								
Кабачковая икра	11:20-12:20	Кабачковая икра промышленная для детского питания-45		40	0,8	-	1,83	10,64
Суп картофельный с мучными клёцками и куриным мясом		Куры-30, картофель-120, лук-8, морковь-9, масло растительное-3, мука пшеничная-10, яйцо-1/4	5-С	150	4,27	2,32	22,62	99,99
Голубцы ленивые с мясом		Свинина-62, яйцо-1/4, лук-16, крупа рисовая-20, масло растительное-2, капуста белокочанная-100	4-Г	175	4,67	6,23	23,55	206,96
Соус сметанный		Мука пшеничная-5, масло сливочное-3, сметана 15%-16	2-СО	20	0,52	3,45	2,59	55,67
Кисель из свежих фруктов		Свежие фрукты-10, сахар-5, крахмал-5	3-Н	150	0,05	-	17,64	83,71
Хлеб ржаной		Хлеб ржано- 40	11-В	40	1,88	0,28	17,52	85,6
Уплотнённый полдник								
Солёный огурец	16:00-16:30	Солёный огурец-40 (7% холодная обработка)	11-СА	40	0,24	-	0,44	2,8
Картофельное пюре		Картофель-200, масло сливочное-4, молоко-20	2-Г	160	3,27	5,13	28,39	224,08
Кефир		Кефир 3,2%-150, сахар-3	24-Н	150	4,2	4,8	6,15	84
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-30	11-В	30	2,49	0,39	18,18	68,1
Печенье		Печенье-12	11-В	12	3,29	1,2	7,34	48,72
Итого					41,43	48,49	213,1	1409,73

Зима Первый день (Ясли)								
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
1 Завтрак								
Каша гречневая с сахаром	8:10-8:30	Крупа гречневая-15, сахар-4, масло сливочное-4	2-3М	120	4,84	7,67	26,17	194,72
Чай		Чай-0,8, сахар-5	7-Н	150	0,29	-	17,57	116,56
Бутерброд с маслом, сыром		Хлеб пшеничный-30, сливочное масло-4, сыр-7		41	1,75	7,19	14,54	74,04
2 Завтрак								
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-12	11-В	12	3,29	1,2	9,14	48,72
Обед								
Консервированный зелёный горошек	11:20-12:20	35% тепловой и 15% при холодной обработке- 60	1-СА	30	0,9	-	2,07	11,97
Суп картофельный с рыбными консервами		Консервы рыбные-25, картофель- 130,лук-8, морковь-9, масло растительное -3, пшено-4	6-С	150	3,95	3,79	15,41	123
Омлет		Яйцо-120, масло сливочное-4, молоко 3,2%-100	2-Я	180	11,57	10,01	5,02	223,56
Компот из сухофруктов		Сухофрукты-15 сахар-5	9-Н	150	0,29	-	17,57	116,56
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной-40	11-В	40	2,35	0,35	24,9	107
Уплотнённый полдник								
Солёный огурец	16:00-16:30	Солёный огурец-40 (7% холодная обработка)	11-СА	40	0,24	-	0,44	2,8
Котлета мясная		Мясо свинина-62, яйцо-1/8, хлеб пшеничный -5, масло растительное-3, мука-5, лук-8	11-М	65	14,05	15,59	9,1	222,88
Макароны отварные		Макароны- 30, масло сливочное- 4	3-3	90	6,08	8,17	25,43	204,71
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный-25	11-В	25	2,07	0,32	15,15	56,75
Кефир		Кефир 3,2%-150, сахар-3	24-Н	150	4,2	4,8	6,15	84
Итого					46,69	51,62	206,87	1511,87