

1 день, Понедельник
Меню-раскладка Дети от 1 до 3 лет



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	40,88889	0,00044	0,00009	0,00898	0,1	7.031/1
Итого:	40,88889	0,00044	0,00009	0,00898	0,1	
Завтрак						
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	137,81000	0,00396	0,00492	0,01646	0,15	7.н119с
Кофейный напиток с молоком*1	101,54444	0,00274	0,00282	0,01383	0,15	7.13/10/5
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	12,23444	0,00020	0,00059	0,00127	0,045	7.429
Итого:	251,58889	0,00690	0,00833	0,03156	0,345	
Обед						
Салат из отварной свеклы с чесноком 30г	38,13444	0,00073	0,00170	0,00539	0,05	7.143/3
Суп-пюре из разных овощей на мясном бульоне.	60,29111	0,00167	0,00219	0,00803	0,15	7.252 (7.043с-1)
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	88,65667	0,00865	0,00754	0,00355	0,06	7.256
Греча с овощами.	174,26222	0,00435	0,00566	0,02724	0,15	7.368-2
Компот	83,98222	0,00033	0,00000	0,02245	0,2	4.5/10
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	7.003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003	7.044
Итого:	563,92667	0,01989	0,01774	0,09340	0,673	
Полдник						
Кефир 150 г	118,81111	0,00699	0,00447	0,01188	0,14	7.023-2
Запеканка из творога с яблоками 100	283,48333	0,01127	0,01981	0,01541	0,1	7.16/5
Сгущенное молоко 20 гр	65,42222	0,00147	0,00174	0,01147	0,02	7.351
Печенье 15 гр	68,70000	0,00156	0,00078	0,01152	0,015	7.308/6
Хлеб пшеничный 20г	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	2021/103
Итого:	582,61667	0,02282	0,02698	0,06030	0,295	
Всего:	1480,22178	50,04333	53,14000	194,23444	1,413	



О.А. Неворова

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	№ технологической карты
Второй завтрак						
Яблоко 100гр	33,00000	0,00029	0,00029	0,00865		7,344
Итого:	33,00000	0,00029	0,00029	0,00865		
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	157,79333	0,00439	0,00589	0,02146		7,8/4
Сыр 7 гр	36,96000	0,00275	0,00284	0,00000		0,15
Кофейный напиток с молоком*1	105,12333	0,00274	0,00282	0,01474		0,007
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	18,35167	0,00030	0,00088	0,00191		0,15
Итого:	318,22833	0,01018	0,01242	0,03811		0,045
Обед						
Салат из моркови с растительным маслом	21,71667	0,00039	0,00103	0,00339		0,352
Расольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	87,57667	0,00283	0,00310	0,01063		0,03
Тефтели из говядины с рисом ("Ежики")	118,08667	0,00729	0,00692	0,00414		0,15
Капуста тушеная 120 гр.	94,30167	0,00353	0,00376	0,01319		0,06
Компот	76,73333	0,00018	0,00000	0,02053		0,11
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672		0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01092		0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000		0,02
Итого:	517,01500	0,01838	0,01546	0,07862		0,003
Полдник						
Картофель отварной 100 гр	99,36667	0,00191	0,00217	0,01663		0,613
Чай с лимоном.	39,22000	0,00003	0,00000	0,00926		0,1
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536		0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501		0,02
Итого:	253,28667	0,00478	0,00330	0,04626		0,01
Всего:	1120,79617	33,63167	31,47667	171,63167		1,345

Меню-раскладка

День. Среда. ДОУ 396, Ясли, 5 Д 10.5 ч

Утверждаю

О.А. Неверова



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда, г	№ Технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 90 гр	41,40000	0,00045	0,00009	0,00909	0,09	7.031/1
Итого:	41,40000	0,00045	0,00009	0,00909	0,09	
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15	7.н043
Какао с молоком..	94,14000	0,00279	0,00272	0,01342	0,15	7.285/3
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	27,52750	0,00046	0,00132	0,00286	0,045	7.429
Итого:	248,91750	0,00677	0,00864	0,03224	0,345	
Обед						
Огурец консервированный.	3,25000	0,00019	0,00002	0,00057	0,03	7.367
Суп овощной с мясом со сметаной	73,79750	0,00346	0,00407	0,00475	0,15	7.043с-1
Котлета мясная 70 гр	118,84000	0,01101	0,00617	0,00245	0,07	7.н163/8
Пюре из гороха со сливочным маслом.	149,12000	0,00773	0,00361	0,01943	0,12	7.362-1
Компот	69,73750	0,00023	0,00000	0,01856	0,2	4.5/10
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02	7.003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003	7.044
Чеснок 3 гр	1,15000	0,00017	0,00000	0,00015	0,003	7.371-1
Итого:	498,29500	0,02561	0,01429	0,06429	0,611	
Полдник						
Яблоко 90 гр	36,66250	0,00032	0,00032	0,00935	0,09	7.131-4
Сметанатворный 80 гр.	119,34000	0,00585	0,00839	0,00200	0,08	7.038/1
Чай с лимоном.	39,22000	0,00004	0,00000	0,00926	0,15	7.087
Хлеб пшеничный 15 гр.	34,65000	0,00114	0,00014	0,00752	0,015	7.050
Итого:	228,87250	0,00735	0,00884	0,02812	0,335	
Всего:	1021,13600	40,17750	31,85500	133,73000	1,381	

4 день. Четверг ДОУ 396, Ясли, 5 Д. 10.5 ч

Меню-раскладка

Утверждаю

О.А.Неверова



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	№	№
					технологической карты	
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1	7,031/1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1	
Завтрак						
Суфле творожное 140 гр. молоко сгущенное 20	260,03500	0,01215	0,01606	0,00989	0,14	7н.039
Какао с молоком.	89,07333	0,00248	0,00251	0,01301	0,15	7,285/1
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	16,42667	0,00024	0,00087	0,00153	0,045	7,429
Итого:	365,53500	0,01488	0,01944	0,02443	0,335	
Обед						
Кухарюза консервированная 20/30 гр. Суп овощной на курином бульоне со сметаной	29,40000	0,00071	0,00013	0,00560	0,03	4,1/1
Биточки из курь.	45,80000	0,00094	0,00228	0,00494	0,15	7,044с-1
Рис припущенный с овощами 120 гр	128,76667	0,00796	0,00870	0,00147	0,06	7,н019
Компот	175,63500	0,00327	0,00576	0,02596	0,12	7,179
Хлеб ржаной 30 гр.	77,58333	0,00023	0,00000	0,02064	0,2	4,5/10
Хлеб пшеничный 20 гр	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03	7,003
Соль	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,02	7,050
Итого:	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003	7,044
Итого:	534,58500	0,01584	0,01732	0,07616	0,613	
Полдник						
Рагу овощное	53,63833	0,00155	0,00067	0,01108	0,06	7,083
Чай с молоком.	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15	7,079
Варфли 22 гр	75,83333	0,00069	0,00061	0,01753	0,022	7,015/2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01	7,050
Итого:	227,73167	0,00511	0,00362	0,04431	0,242	
Всего:	1177,48150	36,32167	40,48167	154,99333	1,29	

5 день. Пятница ДОУ 396, Ясли, 5 д 10.5 ч

Меню-раскладка

Утверждаю

О.А.Неверова



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	№ технологической карты
Второй завтрак						
Яблоко 90 гр	35,62500	0,00032	0,00032	0,00935	0,09	7.346
Итого:	35,62500	0,00032	0,00032	0,00935	0,09	
Завтрак						
Каша Манная молочная со сливочным маслом.	141,91167	0,00423	0,00527	0,01724	0,15	
Сыр 8 гр	25,81333	0,00191	0,00197	0,00000	0,008	7.НО66-1
Какао с молоком.	89,07333	0,00248	0,00251	0,01301	0,15	7.435/2
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	18,35167	0,00030	0,00088	0,00191	0,045	7.285/2
Итого:	275,15000	0,00893	0,01063	0,03216	0,353	7.429
Обед						
Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом 30 гр.	32,31000	0,00029	0,00204	0,00373	0,03	
Борщ с мясом со сметаной.	94,63333	0,00418	0,00508	0,00663	0,15	7.9/1/1
Суфле рыбное.	92,70833	0,00991	0,00223	0,00196	0,06	7.Н39с
Картофельное пюре.	113,48000	0,00238	0,00301	0,01754	0,12	7.61р/1
Компот	76,73333	0,00018	0,00000	0,02053	0,2	7.64с
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03	4.5/10
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.003
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003	7.050
Итого:	510,36500	0,02044	0,01290	0,07294	0,613	7.044
Полдник						
Снежок 150 г.	107,62333	0,00337	0,00415	0,01413	0,135	
Морковь тушеная 100г	93,55000	0,00165	0,00405	0,01277	0,1	7.082-2
Печенье овсяное	229,00000	0,00520	0,00260	0,03840	0,04	4.9/13
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01	2021/16/5
Итого:	453,27333	0,01098	0,01088	0,07031	0,285	4.23/12/3
Всего:	1279,06833	40,66833	34,72833	184,75500	1,341	

6 День. Понедельник ДОУ 396, Ясли, 5 Д 10, 5 ч

Меню-раскладка

Утверждаю

О.А.Неверова



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Технологической карты
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	160,49143	0,00511	0,00578	0,02166	0,15
Какао с молоком.	110,58857	0,00348	0,00360	0,01465	0,15
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	15,73000	0,00026	0,00075	0,00164	0,045
Итого:	286,81000	0,00886	0,01014	0,03794	0,345
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	21,35571	0,00039	0,00103	0,00339	0,03
Суп рыбный с крупой.	103,61571	0,00630	0,00234	0,01298	0,15
Бигус с мясом.	216,52571	0,01271	0,01125	0,01454	0,18
Компот	78,35000	0,00052	0,00003	0,01977	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	538,44714	0,02408	0,01531	0,07743	0,623
Полдник					
Кефир 150 г	76,80000	0,00384	0,00439	0,00562	0,15
Молоко стуженое 15 гр	46,17143	0,00104	0,00122	0,00806	0,015
Запеканка творожная 100 гр	236,47571	0,01103	0,01460	0,00898	0,1
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	474,14714	0,01875	0,02134	0,04304	0,295
Всего:	1352,07100	52,17857	46,89286	168,50857	1,363

Блюдо

7 День. Вторник ДОУ 396, Ягли, 5 д 10.5 ч

Утверждаю О.А.Неверова

	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Среднее содержание витаминов и минеральных веществ	№	Технологической карты
Второй завтрак							
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038			
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1		7,346
Завтрак							
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом							
Сыр 8 гр	144,18000	0,00415	0,00495	0,01811			
Какао с молоком.	25,81333	0,00191	0,00197	0,00000			
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	82,76222	0,00261	0,00260	0,01116			
Итого:	10,95111	0,00016	0,00058	0,00102	0,045		7,285/2
Обед	263,70667	0,00883	0,01010	0,03028	0,353		7,429
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом							
Расольник домашний на мясном бульоне со сметаной.	19,48556	0,00051	0,00103	0,00275	0,03		7,055
Котлета мясная 60 гр	87,69222	0,00152	0,00400	0,01009	0,15		7,246/1
Макаронные изделия отварные 110г.	121,97222	0,00866	0,00747	0,00210	0,06		7,1163/8
Компот	144,08889	0,00345	0,00284	0,02393	0,11		2021/46/4
Хлеб ржаной 30 гр.	68,31111	0,00018	0,00000	0,01831	0,2		4,5/10
Хлеб пшеничный 20 гр	40,22222	0,00147	0,00027	0,00929	0,03		7,003
Соль	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,02		7,050
Чеснок 1 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003		7,044
Итого:	0,40889	0,00005	0,00000	0,00005	0,001		7,371-2
Полдник	505,28111	0,01659	0,01569	0,07153	0,604		
Свекла тушеная в молочном соусе 100г							
Чай с лимоном.	76,31333	0,00197	0,00243	0,01246	0,1		7,15/3/3
Пряники	30,79778	0,00003	0,00000	0,00724	0,15		7,087
Хлеб пшеничный 10 гр	87,50000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025		4,23/12-1
Итого:	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01		7,050
Всего:	217,71111	0,00396	0,00323	0,04414	0,285		
	1030,78711	29,74333	29,37444	156,33444	1,342		



8 день. Среда ДОУ 396, Ясли, 5 Д. 10.5 ч

Меню-раскладка

Утверждаю

И.А. Неверова



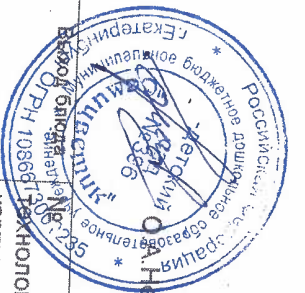
Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	№	Технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1	7.031/1
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1	
Завтрак						
Каша рисовая молочная со слив. маслом	104,07778	0,00220	0,00362	0,01411	0,15	7.н162-3
Кофейный напиток на молоке - ясли (молоко 105 гр)	100,56889	0,00285	0,00296	0,01396	0,15	7.084-2
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	12,23444	0,00020	0,00059	0,00127	0,045	7.429
Итого:	216,88111	0,00525	0,00717	0,02935	0,345	
Обед						
Огулец консервированный.	3,25000	0,00019	0,00002	0,00057	0,03	7.367
Свекольник с мясом со сметаной.	86,23444	0,00333	0,00330	0,01023	0,15	7.н102
Запеканка картофельная; фаршированная отварным мясом говядины 180 гр	259,43444	0,01222	0,00905	0,02820	0,18	7.36/8/4
Компот	79,25556	0,00029	0,00000	0,02116	0,2	4.5/10
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02	7.003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003	7.044
Итого:	510,57444	0,01887	0,01279	0,07854	0,598	
Полдник						
Пудинг манный с яблоками 120 гр	236,52556	0,00554	0,00475	0,03958	0,12	
Чай с лимоном.	39,22000	0,00003	0,00000	0,00926	0,15	7.4/5/2
Пряники	87,50000	0,00120	0,00070	0,01943	0,025	7.087
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01	4.23/12-1
Итого:	386,34556	0,00754	0,00555	0,07328	0,305	2021/103
Всего:	1162,76867	32,16333	25,59889	191,26556	1,348	

Меню-раскладка

9 день, Четверг ДОУ 396, Ясли, 5 Д, 10, 5 ч

Утверждаю

О.А. Наворова



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Витамин А, мг	Витамин С, мг	Итого	карты
Второй завтрак								
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010			0,1	7,031
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010			0,1	
Завтрак								
Запеканка творожная с соусом сладким	172,73000	0,00830	0,01218	0,00297			0,130,02	7н,039
Каша с Молоком 180г	88,90000	0,00233	0,00241	0,01281			0,18	7,038
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	129,80000	0,00307	0,00449	0,02008			0,045	7,285/2
Итого:	391,43000	0,01370	0,01907	0,03585			0,355	7,429
Обед								
Салат из Белокочанной капусты с Морковью и растительным маслом 40 гр.	54,80900	0,00069	0,00404	0,00488			0,04	
Суп-лапша с мясом кури со сметаной.	86,11400	0,00275	0,00392	0,00835			0,15	7,001
Рагу из мяса кур 180 гр	470,02800	0,02264	0,01912	0,04354			0,18	7,47-с/4
Компот								
Хлеб ржаной 30 гр.	81,20000	0,00036	0,00002	0,02156			0,2	7,3/133
Хлеб пшеничный 10 гр	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254			0,03	4,5/10
Соль								
Итого:	769,55100	0,00000	0,00000	0,00000			0,003	7,050
		0,02918	0,02755	0,09589			0,613	7,044
Полдник								
Йогурт питьевой 150 г	127,41500	0,00749	0,00480	0,01274			0,15	
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038			0,1	7,023-2
Каша кукурузная молочная с маслом сливочными 150г	134,80500	0,00343	0,00474	0,01664			0,15	7,344
Итого:	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501			0,01	8,4/4
	324,92000	0,01204	0,00998	0,04477			0,41	7,050
Всего:	1531,83920	55,41200	56,69300	186,61500			1,478	

10 день. Пятница ДОУ 396. Ясли, 5 д 10.5 ч

Меню-раскладка

Утверждаю

О.А.Неверова



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Сложные углеводы	Технологической
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1	7,031
Итого:	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1	
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	127,25000	0,00353	0,00460	0,01596	0,15	7,4043
Сыр 8 гр	22,52800	0,00187	0,00173	0,00000	0,008	7,435/5
Кофейный напиток с молоком*1	153,49800	0,00506	0,00530	0,01760	0,15	7,13/10/5
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	11,01100	0,00018	0,00053	0,00115	0,045	7,429
Итого:	314,28700	0,01044	0,01216	0,03470	0,353	
Обед						
Икра кабачковая.	30,50000	0,00050	0,00225	0,00235	0,03	7,275/2
Борщ с мясом со сметаной.	92,05600	0,00459	0,00490	0,00620	0,15	7,439с
Рыба отварная под маринадом	184,42000	0,01047	0,01066	0,00862	0,08	7,2/7/2
Рис припущенный с овощами.	172,75900	0,00320	0,00576	0,02549	0,12	7,179/1
Кисель из сухофруктов 150г	91,08000	0,00059	0,00004	0,02050	0,15	202/120/11
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03	7,003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7,044
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003	
Итого:	671,31500	0,02285	0,02415	0,08571	0,578	
Полдник						
Омлет натуральный 120	106,48700	0,00356	0,00449	0,01132	0,12	4,9/13
Чай с сахаром.	37,90000	0,00000	0,00000	0,00903	0,15	7,4132/2
Пряники	70,00000	0,00096	0,00056	0,01554	0,025	7,354
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01	4,23/12-1
Итого:	237,48700	0,00528	0,00514	0,04095	0,335	
Всего:	1274,98130	39,06400	41,54400	171,46800	1,366	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201223266649143978862082267291933668049671996244

Владелец Богданова Мария Вячеславовна

Действителен с 04.09.2024 по 04.09.2025