

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДС №29

*Ильинова* П.Н.Ильинова

«*01*» *мая* 2020г.



Примерное десятидневное  
весенне-летнее перспективное меню

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детского сада №29 муниципального образования  
Темрюкский район

День: понедельник Неделя: первая

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Макаронны с сыром</b>					120	160
	Макаронные изделия	43	43	47	47		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
	Сыр	10,75	10	16	15		
	<b>Чай</b>					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
	<b>Бутерброд с маслом</b>					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>10-00</b>						
	<b>соки овощные, фруктовые</b>	150	150	150	150	150	150
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Салат из свеклы</b>					45	60
	Свекла	54	43	72	57		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Суп с рыбными фрикадельками</b>					200	250
	треска	31	28	40,5	37,5		
	Картофель 25/30/35/40%	103/111/119/128	77	113/121/131/142	85		
	Морковь	10	8	13	10		
	Лук репчатый	15	12	19	15		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	яйцо	0,03	1,2	0,04	1,6		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Голубцы ленивые</b>					170	200
	Капуста свежая белокочанная	130	104	152	122		
	Говядина	89	81	97	88		
	Крупа рисовая	7	7	8	8		
	Лук репчатый	18	14	23	18		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Яйца	0,06	2,4	0,07	2,8		
	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					20	40
	Сметана	5,5	5,5	9,5	9,5		
	Мука пшеничная	1,5	1,5	2	2		
	Томатное пюре	-	-	4	4		
	<b>Компот из сухофруктов</b>					150	180
	сухофрукты	16,872	42,18	20,625	51,56		
	Сахар	11	11	13	13		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5		
	<b>полдник</b>						
	<b>Пирожок печеный с яблоками</b>					40	40
	Мука пшеничная	22	22	22	22		
	Сахар	6	6	6	6		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
	Яйцо	0,1	4	0,1	4		
	Дрожжи	0,6	0,6	0,6	0,6		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	Яблоки свежие	40	37	40	37		
	<b>Молоко кипяченое</b>					150	160
	молоко	158	150	168	160		

День: вторник Неделя: первая

№ репс	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Каша рисовая молочная</b>					130	200
	Крупа рисовая	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>					150	180
	Кофейный напиток	2,5	2,5	3	3		
	Сахар	7	7	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	<b>вафли</b>	-	-	20	20	-	20
	<b>Бутерброд с маслом</b>					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>10-00</b>						
	<b>Свежие фрукты</b>	102	90	102	90	90	90
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Нарезка из св. помидоров</b>					45	60
	помидоры	54	47	72	63		
	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>					200	250
	Картофель 25/30/35/40%	60/64/71/75	45	67/71/77/78	50		
	Фасоль, или горох лущеный	16	16	18	18		
	Морковь	13	10	16	13		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Запеканка картофельная с мясом</b>					120	190
	Говядина	49	45	63	57		
	Масло сливочное	2	2	4	4		
	Картофель 25/30/35/40%	153/165/177/192	115	241 /258/278/302	181		
	лук	10	8	16	13		
	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	<b>Кисель из сока</b>					150	180
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
	Хлеб пшеничный	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Ватрушка с творогом</b>					40	40
	Мука пшеничная	22	22	22	22		
	Сахар	4	4	4	4		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,1 шт.	4		
	Дрожжи	0,6	0,6	0,6	0,6		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	Творог	20	20	20	20		
	<b>Чай с сахаром</b>					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5		
	сахар	7	7	10	10		



День: среда Неделя: первая

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Омлет с зелёным горошком</b>					<b>80</b>	<b>100</b>
	Яйца	1	40	1,25	50		
	Молоко	35	35	38	38		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Горошек зелёный	13	10	21	17		
	<b>Чай с молоком</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5		
	сахар	7	7	10	10		
	молоко	124	124	149	149		
	<b>Бутерброд с маслом</b>					<b>30</b>	<b>40</b>
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>10-00</b>						
	<b>соки овощные, фруктовые</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Салат из капусты</b>					<b>45</b>	<b>60</b>
	Капуста белокочанная	49	39	65	52		
	Лук зелёный	7	5	8	6		
	или морковь	7	5	8	6		
	Сахар	1	1	2	2		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Суп картофельный с клецками</b>					<b>200</b>	<b>250</b>
	Мука пшеничная	7	7	8	8		
	Яйца	0,05 шт.	2	0,06 шт.	2,4		
	Вода или молоко	10	10	12	12		
	Картофель 25/30/35/40%	60/64/69/75	45	66/73/77/83	50		
	Морковь	10	8	13	10		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Масло сливочное	1	1	1	1		
	Масло растительное	2	2	3	3		
	<b>Куры отварные</b>					<b>50</b>	<b>60</b>
	Куры	120,5	104	141,5	125		
	Лук репчатый	3	2	4	3		
	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>					<b>80</b>	<b>130</b>
	Крупа гречневая	28	28	49	49		
	Масло сливочное	3	3	5	5		
	<b>Компот из свежих фруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>22,3</b>	<b>22,3</b>	<b>49</b>	<b>59,8</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Яблоки, запечённые с творогом</b>					<b>80</b>	<b>80</b>
	Яблоки свежие	62	56	62	56		
	Творог	21	21	21	21		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,1 шт.	4		
	сахар	6	6	6	6		
	<b>Соус молочный (сладкий)</b>					<b>10</b>	<b>20</b>
	Молоко	5	5	10	10		
	Масло сливочное	1	1	1,5	1,5		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Сахар	1	1	2	2		
	вафли	15	15	20	20		
	<b>Кефир</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Кефир	155	150	185	180	<b>150</b>	<b>180</b>

День: четверг Неделя: первая

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Каша молочная овсяная</b>					130	200
	Крупа овсяная	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
	<b>Какао с молоком</b>					150	180
	Какао - порошок	1,875	1,875	2,25	2,25		
	Сахар	8	8	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	<b>печенье</b>	-	-	30	30	-	30
	<b>Бутерброд с маслом</b>					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	<b>Свежие фрукты</b>	102	90	102	90	90	90
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Нарезка из св. помидоров и огурцов</b>					45	60
	Помидоры свежие	31	26	40	34		
	Огурцы свежие	26	22	32	27		
	<b>Борщ с мясом</b>					200	250
	Говядина	22	20	27,75	25		
	Свекла	40	32	50	40		
	Капуста свежая	28	22	31	25		
	Лук репчатый	7	5	10	8		
	Морковь	15	12	20	16		
	Картофель 25/30/35/40%	53/58/62/67	40	60/64/69/75	45		
	Томатное пюре	3	3	4	4		
	Масло растительное	3,5	3,5	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
	<b>Тефтели рыбные</b>					70	80
	Треска	78	74	90	86		
	Хлеб пш.	12	12	13	13		
	Мука пш.	3	3	4	4		
	Масло растительное	3	3	3	3		
	<b>Соус сметанный / томатный</b>					15	20
	Сметана	5	5	-	-		
	Мука пш.	1	1	1	1		
	Масло сливочное	-	-	1	1		
	Морковь	-	-	3	2		
	Лук	-	-	2	1		
	томат	-	-	2	2		
	<b>Пюре картофельное</b>					120	130
	Картофель 25/30/35/40%	139/149/160/173	104	151/162/174/188	113		
	Молоко	20	20	22	22		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	<b>Компот из сухофруктов</b>					150	180
	Сухофрукты	16,872	42,18*	20,625	51,56*		
	Сахар	11	11	13	13		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Запеканка из творога с морковью</b>					100	120
	Творог	60	60	73	73		
	Крупа манная	5	5	6	6		
	Сахар	5	5	6	6		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,11 шт.	4,4		
	Сметана	4	4	5	5		

Масло сливочное	2	2	3	3		
Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
Молоко	18	18	20	20		
Морковь	23	18	30	24		
<b>Кисель молочный</b>						
Молоко	14	14	18	18	20	25
крахмал	1,2	1,2	1,5	1,5		
Сахар	1	1	2	2		
<b>Чай с сахаром</b>						
Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5	150	180
сахар	7	7	10	10		



День: пятница Неделя: первая

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Каша манная молочная</b>					130	200
	Крупа манная	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
	<b>Чай с молоком</b>					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5		
	сахар	7	7	10	10		
	молоко	124	124	149	149		
	<b>Бутерброд с сыром</b>					30/10	40/15
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>10-00</b>						
	<b>соки овощные, фруктовые</b>	150	150	150	150	150	150
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Салат из свежих огурцов</b>					45	60
	Огурцы свежие	50	40	68	53		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Щи из свежей капусты</b>					200	250
	Капуста белокочанная	48	38	64	51		
	Картофель 25/30/35/40%	40/43/46/50	30	49/53/57/62	37		
	Морковь	13	10	15	12		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Томатное пюре	2	2	3	3		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
	<b>Суфле из отварного мяса с рисом</b>					70	70
	Говядина	87	79	87	79		
	Яйца	0,21 шт.	8,4	0,21 шт.	8,4		
	Крупа рисовая	6	6	6	6		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
	<b>Морковь с зелёным горошком в молочном соусе</b>					150	180
	Морковь	90	72	109	87		
	Масло сл.	3	3	4	4		
	Горошек зелёный	44	35	53	42		
	молоко	25	25	30	30		
	сахар	1	1	1	1		
	<b>Компот из свежих фруктов</b>					150	180
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
	Хлеб пшеничный	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Булочка школьная</b>					35	40
	Мука пшеничная 1-го сорта	27	27	30	30		
	Сахар	2	2	3	3		
	Масло сливочное	1	1	1	1		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	Дрожжи	0,4	0,4	0,67	0,67		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
	<b>Кефир</b>					150	180
	Кефир	155	150	185	180		

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Макаронны отварные с маслом</b>						120
	Макаронные изделия	-	-	43	43		
	Масло сливочное	-	-	3	3		
	<b>Сосиски или сардельки - САД</b>	-	-	52,5	51,75	-	51,75
	<b>Суп молочный с макаронными изделиями - ЯСЛИ</b>					160	-
	Молоко	116	116	-	-		
	Масло сливочное	2	2	-	-		
	Макаронные изделия	17	17	-	-		
	Сахар	2	2	-	-		
	<b>вафли</b>	15	15	-	-	15	-
	<b>Чай</b>					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,42	0,42	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
	<b>Бутерброд с маслом</b>					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>10-00</b>						
	<b>Свежие фрукты</b>	102	90	102	90	90	90
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Салат из моркови</b>					45	60
	морковь	55	44	73	58		
	сахар	1,5	1,5	2	2		
	<b>Суп-лапша домашняя</b>					200	250
	Мука пшеничная	15	15	18	18		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,11 шт.	4,4		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Картофель 25/30/35/40%	26/29/31/33	20	33/35/38/42	25		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Мясной сырок в белом соусе</b>					70	70
	Говядина	77	70	77	70		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Мука пшеничная	3	3	3	3		
	<b>Пюре из свеклы</b>					150	180
	свекла	204	163	245	195		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
	сахар	1	1	1	1		
	<b>Кисель из сока</b>					150	180
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Запеканка из творога</b>					80	120
	Творог	72	72	114	114		
	Крупа манная	4	4	6	6		
	Сахар	5	5	6	6		
	Яйца	0,09 шт.	3,6	0,12 шт.	4,8		
	Сметана	4	4	5	5		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
	<b>Соус молочный (сладкий)</b>					10	20
	Молоко	5	5	10	10		
	Масло сливочное	1	1	1,5	1,5		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Сахар	1	1	2	2		
	<b>Молоко кипяченое</b>					150	160
	молоко	158	150	168	160		



День: вторник Неделя: вторая

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Каша из смеси круп</b>					<b>160</b>	<b>200</b>
	Крупа рисовая	11	11	15	15		
	Крупа пшеничная	7	7	10	10		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Кофейный напиток	2,5	2,5	3	3		
	Сахар	7	7	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	<b>печенье</b>	-	-	<b>30</b>	30	-	<b>30</b>
	<b>Бутерброд с маслом</b>					<b>30</b>	<b>40</b>
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>10-00</b>						
	<b>Свежие фрукты</b>	<b>102</b>	90	<b>102</b>	90	90	90
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Салат из капусты</b>					<b>45</b>	<b>60</b>
	Капуста белокочанная	49	39	65	52		
	Лук зелёный	7	5	8	6		
	или морковь	7	5	8	6		
	Сахар	1	1	2	2		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Рассольник ленинградский</b>					<b>200</b>	<b>250</b>
	Картофель 25/30/35/40%	51/54/59/63	38	55/58/63/68	41		
	Крупа перловая	4	4	5,5	5,5		
	Морковь	10	8	13	10		
	Лук репчатый	5	4	6	5		
	Огурцы солёные	24	12	30	15		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
	<b>Биточки рыбные с овощами</b>					<b>70</b>	<b>80</b>
	минтай	51	47	62	59		
	Морковь	7	5	9	7		
	яйцо	0,05 шт.	2	0,06 шт.	2,4		
	Масло растительное	2	2	3	3		
	капуста	7	5	9	7		
	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					<b>15</b>	<b>30</b>
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	<b>Пюре картофельное</b>					<b>120</b>	<b>130</b>
	Картофель 25/30/35/40%	114/149/160/173	104	151/162/174/188	113		
	Молоко	18	17	28	27		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	<b>Компот из сухофруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	сухофрукты	16,872	42,18*	20,625	51,56*		
	Сахар	11	11	13	13		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>19</b>	19	<b>22,3</b>	<b>22,3</b>	<b>49</b>	<b>59,8</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	30	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Булочка российская</b>					<b>35</b>	<b>40</b>
	Мука пшеничная высшего или 1 сорта	20	20	23	23		
	Сахар	7	7	8	8		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
	Дрожжи	0,4	0,4	0,68	0,68		

молоко	4	4	5	5		
Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
<b>Чай с сахаром</b>						
Чай высшего или 1-го сорта	<b>0,416</b>	0,416	<b>0,5</b>	0,5	<b>150</b>	<b>180</b>
сахар	7	7	<b>10</b>	10		



День: среда Неделя: вторая

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Омлет с овощами</b>						
	Яйца	1	40	1,25	50	80	100
	Молоко	25	25	31	31		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Лук	6	5	8	7		
	Капуста	14	11	15	12		
	морковь	16	13	19	15		
	<b>Какао с молоком</b>						
	Какао порошок	1,875	1,875	2,25	2,25	150	180
	Сахар	8	8	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	<b>Бутерброд с маслом</b>						
	Масло сливочное	5	5	5	5	30	40
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
	<b>Свежие фрукты</b>	102	90	102	90	90	90
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Нарезка из свежих огурцов</b>						
	Огурцы свежие	58	48	77	63	45	60
	<b>Борщ с фасолью и картофелем</b>						
	Свекла	40	32	46	35	200	250
	Картофель 25/30/35/40%	27/31/32/35	21	33/37/40/43	26		
	Фасоль	8	8	12	12		
	Морковь	13	10	15	12		
	Лук репчатый	10	8	11	9		
	Томатное пюре	6	6	7	7		
	Масло растительное	4	4	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
	Сахар	1	1	1	1		
	<b>Плов из птицы</b>						
	птица	52	46	61	55	120	180
	Масло сливочное	3	3	4,5	4,5		
	рис	31	31	52	52		
	Лук	10	8	13	10		
	морковь	19	15	23	18		
	<b>Кисель из сока</b>						
	Сок натуральный	50	50	50	50	150	180
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
	Хлеб пшеничный	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Пирожок печеный с капустой</b>						
	Мука пшеничная высшего или 1 сорта	22	22	22	22	40	40
	Сахар	2	2	2	2		
	Масло сливочное	3	3	3	3		
	Яйцо	0,15 шт.	6	0,15 шт.	6		
	Дрожжи	0,6	0,6	0,6	0,6		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
	Капуста свежая	32	25	32	25		
	<b>Кефир</b>						
	Кефир	155	150	185	180	150	180

День: четверг Неделя: вторая

№ рец	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Каша пшеничная молочная</b>					130	200
	Крупа пшеничная	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>					150	180
	Кофейный напиток	2,5	2,5	3	3		
	Сахар	7	7	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	<b>Вафли</b>	-	-	20	20	-	20
	<b>Бутерброд с маслом</b>					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
	<b>соки овощные, фруктовые</b>	150	150	150	150	150	150
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Нарезка из свежих помидоров</b>					45	60
	Помидоры свежие	54	47	72	63		
	<b>Суп с мясными фрикадельками</b>					200	250
	Говядина	27,5	24	33	30,5		
	Лук репчатый	9	7	13	10		
	Яйца	0,05 шт.	2	0,06 шт.	3		
	Картофель 25/30/35/40%	107/114/123/133	80	113/122/130/142	85		
	Морковь	6	5	8	6		
	Томатное пюре	-	-	2	2		
	Масло растительное	2	2	3	3		
	<b>Шницель рыбный натуральный</b>					70	80
	треска	95	91	100	95		
	Лук репчатый	19	15	22	17		
	Яйца	0,05 шт.	2	0,06 шт.	2,4		
	Масло растительное	3	3	3,5	3,5		
	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	<b>Картофель отварной</b>					100	130
	Картофель 25/30	155/165/179/193	116	168/180/193/210	126		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	<b>Компот из свежих фруктов</b>					150	180
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Оладьи из творога</b>					80	120
	Творог	52	52	72	72		
	Мука	16	16	31,5	31,5		
	Сахар	3	3	3,5	3,5		
	Яйца	0,12 шт.	4,8	0,2 шт.	8		
	Молоко	26	26	32	32		
	Масло растительное	3	3	3	3		
	повидло	10	10	15	15		
	<b>Чай с сахаром</b>					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5		
	сахар	7	7	10	10		



**День: пятница Неделя: вторая**

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
	<b>Каша рисовая молочная</b>						
	Крупа рисовая	18	18	25	25	130	200
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
	<b>Чай</b>						
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5	150	180
	Сахар	7	7	10	10		
	<b>Бутерброд с сыром</b>						
	Сыр	10,75	10	16	15	30/10	40/15
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	<b>Свежие фрукты</b>	102	90	102	90	90	90
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b>						
	Помидоры свежие	28	22	35	29	45	60
	Огурцы свежие	22	18	28	23		
	Лук	7	5	9	7		
	Масло растительное	2	2	3	3		
	<b>Суп картофельный с крупой</b>						
	Картофель 25/30/35/40%	86/94/100/108	65	97/104/112/122	73	200	250
	Крупа пшеничная	8	8	10	10		
	Морковь	10	8	14	11		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	<b>Котлеты из говядины</b>						
	Говядина	61	56	69	63	70	80
	Хлеб пшеничный	10	10	14	14		
	Молоко или вода	12	12	14	14		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,11 шт.	4,4		
	Масло сливочное	2	2	3	3		
	<b>Соус сметанный / с томатом</b>						
	Сметана	5	5	7	7	15	30
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	<b>Капуста тушеная</b>						
	Капуста белокочанная свежая	215	172	248	198	150	180
	Масло растительное	5	5	6	6		
	Морковь	4	3	13	10		
	Лук репчатый	6	5	17	13		
	Томатное пюре	5	5	6	6		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	<b>Компот из сухофруктов</b>						
	сухофрукты	16,872	42,18*	20,625	51,56*	150	180
	Сахар	11	11	13	13		
	Хлеб пшеничный	19	19	22,3	22,3	49	59,8
	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	<b>ПОЛДНИК</b>						
	<b>Пирожок с повидлом</b>						
	Мука пшеничная	20	20	22	22	35	40
	Сахар	1	1	2	2		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Яйцо	0,09 шт.	3,6	0,1 шт.	4		
	Дрожжи	0,4	0,4	0,6	0,6		
	Масло растительное	1	1	1	1		
	повидло	12,5	12,5	15	15		
	<b>Кефир</b>						
	Кефир	155	150	185	180	150	180