

УТВ. РЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДС №29

Ильинова П.Н. П.Н.Ильинова

МБДОУ «*А*» *осеннее* 2020г.
ДС № 29



Примерное десятидневное
осенние-зимнее перспективное меню

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

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
41	Каша пшеничная с фруктами					130	180
	Пшено	36	36	49	49		
	Масло сливочное	2	2	3	3		
	Яблоко	40	38	59	53		
	Сахар	3	3	3,5	3,5		
5/4	Чай с молоком/ с сахаром					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
	Молоко	124		-	-		
1/2	Бутерброд с маслом/ с сыром					30	40/15
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Сыр	-	-	16	15		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	Свежие фрукты	85	75	66	60	75	60
	ОБЕД						
16	Салат из зелёного горошка	54	43	71	57	45	60
	Масло растительное	2	2	3	3		
23	Щи из свежей капусты					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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Томатное пюре	2	2	3	3		
	Масло растительное	3	3	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
54	Бефстроганов					50	60
	говядина	56	51	64	56		
67/68	Соус сметанный / с томатом					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
61	Картофель отварной					100	130
	Картофель 25/30/35/40 %	155/165/179/193	116	168/180/193/210	126		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
12	Кисель из сока					150	180
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
79	Ватрушка с творогом					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		
8	Молоко кипяченое					150	160
	молоко	158	150	168	160		

День: вторник Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
40	Каша гречневая молочная					130	200
	Крупа гречневая	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
6	Кофейный напиток с молоком					150	180
	Кофейный напиток	2,5	2,5	3	3		
	Сахар	7	7	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	пряник	-	-	30	30		
1	Бутерброд с маслом					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
73	Свежие фрукты	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
19	Салат из свеклы					45	60
	Свекла	54	43	72	57		
	Масло растительное	3	3	4	4		
24	Рассольник ленинградский					200	250
	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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Сметана	6	6	7	7		
56	Тефтели рыбные					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		
67/69	Соус сметанный / томатный					15	20
	Сметана	5	5	-	-		
	Мука пш.	1	1	2	2		
	Масло сливочное	-	-	1	1		
	Морковь	-	-	3	2		
	Лук	-	-	2	1		
	томат	-	-	2	2		
64	Морковь с зелёным горошком					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		
11	Компот из сухофруктов	16,875	42,18	20,625	51,56	150	180
	Сахар	11	11	13	13		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
71	Булочка школьная					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	0,45	0,45	0,67	0,67		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
4	Чай с сахаром					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: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
45	Омлет с овощами						
	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		
7	Какао с молоком	1,875	1,875	2,25	2,25	150	180
	Сахар	8	8	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
1	Бутерброд с маслом					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
73	Свежие фрукты	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
20	Квашеная капуста					45	60
	Квашеная капуста	56	45	75	60		
22	Борщ с фасолью и картофелем					200	250
	Свекла	40	32	46	35		
	Картофель 25/30/35/40 %	27/31/32/35	21	33/37/40/43	26		
	Фасоль консервированная	10	8	15	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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Сахар	1	1	1	1		
74	Куры отварные					50	60
	Куры	120,5	104	141,5	125		
	Лук репчатый	3	2	4	3		
43	Макароны отварные с маслом					80	130
	Макароны	28	28	47	47		
	Масло сливочное	3	3	3	3		
12	Кисель из сока					150	180
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
72	Булочка российская					35	40
	Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	20	20	23	23		
	Сахар	6	6	7	7		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
	Дрожжи	0,4	0,4	0,6	0,6		
	молоко	4	4	5	5		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
9	Кефир					150	180
	Кефир	155	150	185	180		

День: четверг Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
38	Каша из смеси круп					160	200
	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		
6	Кофейный напиток с молоком	2,5	2,5	3	3	150	180
	Сахар	7	7	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	печенье	-	-	30	30	-	30
1	Бутерброд с маслом					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
75	соки овощные, фруктовые	150	150	150	150	150	150
18	Салат из капусты					45	60
	Капуста белокочанная	49	39	65	52		
	Лук зелёный	7	5	8	6		
	Морковь	7	5	8	6		
	Сахар	1	1	1	1		
	Масло растительное	3	3	4	4		
27	Суп с мясными фрикадельками					200	250
	Говядина	27,5	24	33	30,5		
	Лук репчатый	9	7	15	12		
	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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	2	2	2,5	2,5		
57	Рыба отварная					70	75
	Рыба	95	91	100	95		
	Лук	5	6	6	5		
	Морковь	3	4	4	3		
67/68	Соус сметанный / с томатом					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
60	Пюре картофельное					120	140
	Картофель 25/30/35/40 %	139/149/160/173	104	164/174/187/203	122		
	Молоко	20	20	24	24		
	Масло сливочное	3	3	5	5		
10	Компот из яблок	32	26,5	47	39	150	180
	Сахар	11	11	12	12		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
46	Запеканка из творога					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		
65	Соус молочный (сладкий)					10	20
	Молоко	5	5	10	10		
	Масло сливочное	1	1	1,5	1,5		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Сахар	1	1	2	2		
4	Чай с сахаром	0,416	0,416	0,5	0,5	150	180
	сахар	7	7	10	10		

День: пятница Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
37	Каша рисовая молочная					130	200
	Крупа рисовая	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
4	Чай					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5		
	Сахар	7	7	10	10		
2	Бутерброд с сыром					30/10	40/15
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	Свежие фрукты	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
81	Солёный огурец	56	45	75	60	45	60
25	Суп картофельный с крупой					200	250
	Картофель 25/30/35/40 %	86/94/100/108	65	97/104/112/122	73		
	Крупа пшеничная (манная)	8	8	10	10		
	Морковь	10	8	14	11		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
55	Котлеты рубленые					70	80
	Говядина	61	56	69	63		
	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		
67/68	Соус сметанный / с томатом					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
63	Капуста тушеная					150	180
	Капуста белокочанная свежая	215	172	248	198		
	Масло растительное	5	5	6	6		
	Морковь	11	3	13	10		
	Лук репчатый	14	5	17	13		
	Томатное пюре	5	5	9	6		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
11	Компот из сухофруктов					150	180
	сухофрукты	16,875	42,18	20,625	51,56		
	Сахар	11	11	13	13		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
82	Пирожок с повидлом					40	40
	Мука пшеничная	22	22	22	22		
	Сахар	2	2	2	2		
	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		
	повидло	15	15	15	15		
9	Кефир					150	160
	Кефир	155	150	185	180		

День: понедельник Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
42/43	Макароны отварные с сыром /с сосиской					120	120/ 51,75
	Макаронные изделия	32	32	43	43		
	Масло сливочное	3	3	3	3		
	Сыр	10,75	10	-	-		
51	Сосиски	-	-	52,5	51,75		
4	Чай						
	Чай высшего или 1-го сорта	0,416	0,416	0,5	0,5	150	180
	Сахар	7	7	10	10		
1	Бутерброд с маслом					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
75	соки овощные, фруктовые	150	150	150	150	150	150
	ОБЕД						
19	Салат из свеклы						
	Свекла	54	43	72	57	45	60
	Масло растительное	3	3	4	4		
26	Суп картофельный с бобовыми					200	250
	Картофель 25/30/35/40 %	60/64/71/75	45	67/71/77/83	50		
	Фасоль, или горох лущеный	16	16	18	18		
	Морковь	13	10	16	13		
	Лук репчатый	10	8	13	10		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
58	Голубцы ленивые					170	200
	Капуста свежая белокочанная	130	104	152	122		
	Говядина (котлетная масса)	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		
67/68	Соус сметанный / с томатом					20	40
	Сметана	5,5	5,5	9,5	9,5		
	Мука пшеничная	1,5	1,5	2	2		
	Томатное пюре	-	-	4	4		
10	Компот из свежих фруктов					150	180
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
72	Булочка российская					35	40
	Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	20	20	23	23		
	Сахар	6	6	7	7		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Яйцо	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
	Дрожжи	0,4	0,4	0,6	0,6		
	молоко	4	4	5	5		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
8	Молоко кипяченое					150	160
	молоко	158	150	168	160		

День: вторник Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
36	Каша пшеничная молочная					130	200
	Крупа пшеничная	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
6	Кофейный напиток с молоком					150	180
	Кофейный напиток	2,5	2,5	3	3		
	Сахар	7	7	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
78	Бутерброд с повидлом					30/15	40/15
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Повидло	15	15	15	15		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
73	Свежие фрукты	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
14	Салат из солёных огурцов					45	60
	Огурцы солёные	50	40	68	53		
	Лук	9	7	13	10		
	Масло растительное	2	2	3	3		
29	Суп с рыбными фрикадельками					200	250
	Минтай	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	18	14	19	15		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	яйцо	0,03	1,2	0,04	1,6		
	Масло растительное	3	3	4	4		
52	Жаркое по-домашнему					150	200
	Говядина	70	64	76	71		
	Картофель 25/30/35/40 %	154/164/177/191	115	175/187/201/218	131		
	Лук	12	10	14	11		
	Масло сливочное	4	4	6	6		
	Томат	-	-	8	8		
12	Кисель из сока					150	180
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	10	10	12	12		
	Крахмал картофельный	4,6	4,6	7	7		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
47	Запеканка из творога с морковью					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		
65	Соус молочный (сладкий)					10	20
	Молоко	5	5	10	10		
	Масло сливочное	1	1	1,5	1,5		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Сахар	1	1	2	2		
4	Чай с сахаром	0,416	0,416	0,5	0,5	150	180
	сахар	7	7	10	10		

День: среда Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
44	Омлет с зелёным горошком					80	100
	Яйца	1	40	1,25	50		
	Молоко	35	35	38	38		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Горошек зелёный	13	10	21	17		
5	Чай с молоком					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		
1	Бутерброд с маслом					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
75	соки овощные, фруктовые	150	150	150	150	150	150
	ОБЕД						
18	Салат из капусты					45	60
	Капуста белокочанная	49	39	65	52		
	Лук зелёный	7	5	8	6		
	Морковь	7	5	8	6		
	Сахар	1	1	2	2		
	Масло растительное	3	3	4	4		
31	Суп картофельный с клецками					200	250
	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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло сливочное	1	1	2	2		
	Масло растительное	1	1	1	1		
59	Плов из птицы					120	180
	птица	52	46	61	55		
	Масло сливочное	4	4	5,5	5,5		
	рис	31	31	52	52		
	Лук	10	8	13	10		
	морковь	19	15	23	18		
11	Компот из сухофруктов					150	180
	сухофрукты	16,875	42,18	20,625	51,56		
	Сахар	11	11	13	13		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
49	Яблоки, фаршированные с морковью					70	70
	Яблоки	79	70	79	70		
	Морковь	9	7	9	7		
	Сахар	3	3	3	3		
	Сметана	5	5	5	5		
	пряник	22,5	22,5	30	30		
9	Кефир					22,5	30
	Кефир	155	150	185	180	150	180

День: четверг Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
35	Каша молочная овсяная	18	18	25	25	130	200
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
7	Какао с молоком	1,875	1,875	2,25	2,25	150	180
	Сахар	8	8	10	10		
	молоко	130	130	155	155		
	печенье	-	-	30	30	-	30
1	Бутерброд с маслом					30	40
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
73	Свежие фрукты	102	90	102	90	90	90
	ОБЕД						
17	Салат из кукурузы					45	60
	Кукуруза консервированная	54	43	74	57		
	Масло растительное	2	2	3	3		
21	Борщ с мясом					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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Сметана	6	6	7	7		
50	Биточки рыбные с овощами					70	80
	минтай	51	47	62	59		
	Морковь	7	5	9	7		
	яйцо	0,05	2	0,06	2,4		
	Масло растительное	2	2	3	3		
	капуста	7	5	9	7		
67/68	Соус сметанный / с томатом					15	20
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
60	Пюре картофельное					120	140
	Картофель 25/30/35/40 %	139/149/160/173	104	164/174/187/203	122		
	Молоко	20	20	24	24		
	Масло сливочное	3	3	5	5		
11	Компот из сухофруктов					150	180
	сухофрукты	16,875	42,18	20,625	51,56		
	Сахар	11	11	13	13		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
48	Сырники из творога					70	90
	Творог	70	70	90	90		
	Мука	10	10	15	15		
	Сахар	3	3	3	3		
	Яйца	0,15	6	0,2	8		
	Масло растительное	2	2	3	3		
66	Кисель молочный					20	25
	Молоко	14	14	18	18		
	крахмал	1,2	1,2	1,5	1,5		
	Сахар	1	1	2	2		
4	Чай с сахаром	0,416	0,416	0,5	0,5	150	180
	сахар	7	7	10	10		

День: пятница Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда, прием пищи	ясли		сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	ЗАВТРАК						
39	Каша манная молочная					130	200
	Крупа манная	18	18	25	25		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	4	4	4	4		
	Сахар	3	3	5	5		
4	Чай с молоком					150	180
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,416	0,416	0,5	0,5		
	сахар	7	7	10	10		
2	Бутерброд с сыром					30/10	40/15
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
75	соки овощные, фруктовые	150	150	150	150	150	150
	ОБЕД						
13	Салат из лука					45	60
	Лук	54	43	71	57		
	Масло растительное	2	2	3	3		
33	Суп-лапша домашняя					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		
	Зелень	1	0,75	2	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
53	Суфле из отварного мяса с рисом					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		
62	Пюре из свеклы					150	180
	свекла	204	163	245	195		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
	сахар	1	1	1	1		
10	Компот из свежих фруктов					150	180
	Яблоки	32	26,5	47	39		
	Сахар	11	11	12	12		
76	Хлеб пшеничный	17,8	19	22,3	22,3	47,8	59,8
77	Хлеб ржаной	30	30	37,5	37,5		
	ПОЛДНИК						
71	Булочка школьная					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	0,45	0,45	0,67	0,67		
	Яйца	0,1 шт.	4	0,12 шт.	4,8		
9	Кефир					150	180
	Кефир	155	150	185	180		