

Меню-раскладка (1 Неделя Понедельник)
Ясли (до 3-х лет)

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав				
				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
Завтрак								
Без диет								
Я/77 Суп молочный с макаронными изделиями			150	3,3	3,1	11,9	89	0,39
Молоко	75,0	75,0		19,6	22,4	32,9		9,1
Макаронные изделия	12,0	12,0		10,36	3,14	48,78		
Сахар	1,2	1,2				7,98		
Масло сливочное	1,2	1,2		0,07	7,8	0,1		
<i>Вода питьевая</i>		63,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
Н/289 Какао с молоком			150	2,63	2,55	14,7	90	0,11
Какао-порошок	3,0	3,0		0,36	0,26	0,57		
<i>Вода питьевая</i>		131,6						
Молоко сгущенное	28,5	28,5		1,54	1,82	11,97		0,21
Ф00013 Масло (порциями)			7	0,06	5,08	0,09	46	0
Масло сливочное	7,0	7,0		0,05	5,46	0,07		
всего в Завтрак			337	7,79	11,03	41,69	294,9	0,5
Второй завтрак								
Без диет								
Я/ТТК57 Сок фруктовый			200	0,74	0	20,56	86	1,6
сок	200,0	200,0		0,8		22,6		4,0
всего в Второй завтрак			200	0,74	0	20,56	86	1,6
Обед								
Без диет								
Я/5 Салат из белокочанной капусты			40	0,9	1,8	4,1	36	8,66
Капуста белокочанная свежая	56,0	45,0		14,2	0,79	37,08		355,05
<i>Масса стертой капусты</i>		28,3						
Морковь	5,0	4,0		1,3		3,5		30,0
Сахар	2,0	2,0				49,9		
Масло растительное	2,0	2,0			49,95			
Лук репчатый	5,0	4,0		0,06		0,36		0,4
Я/300 Напиток из плодов шиповника			150	0,48	2,84	6,36	53	66
Плоды шиповника сушеные	15,0	15,0		0,51	3,23			165,0
Сахар	10,0	10,0				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		150,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0		0,19	0,04	0,81		
Н/48,08 Плов из отварной говядины			30/150	13	16	39	350	1,35
Говядина	48,6	48,6		14,75	12,69			
Крупа рисовая	51,0	51,0		3,15	0,45	32,13		
Морковь	15,0	12,0		0,23	0,02	1,3		0,9
Лук репчатый	8,9	7,5		0,1		0,66		0,72
Масло растительное	7,5	7,5			7,19			
<i>Вода питьевая</i>		120,0						
Н152 Рассольник домашний на мясном бульоне			200/5	1,66	4,1	10,72	88	8,28
Капуста белокочанная свежая	20,0	16,0		1,89	0,11	4,94		47,31

Картофель	79,0	60,0		7,88	1,58	64,26		78,85
Морковь	10,0	8,0		0,68	0,05	3,78		2,63
Лук репчатый	10,0	8,0		0,74		4,78		5,25
Огурцы соленые	13,0	12,0		0,63	0,08	1,26		3,94
Масло растительное	4,0	4,0			26,26			
<i>Бульон мясной</i>		140,0		0,5	0,1	0,36		
Сметана	5,0	5,0		0,14	0,99	0,16		0,02
всего в Обед			600	17,54	24,99	72,68	585,25	84,29
Полдник								
Без диет								
Я/141 Картофельное пюре			120	2,4	3,7	16,1	109	8,34
Картофель	158,0	103,0		1,46	0,29	11,9		14,6
Молоко	18,0	18,0		0,81	0,93	1,36		0,38
Масло сливочное	4,2	4,2		0,04	3,9	0,05		
Н/386 Рыба, тушенная с овощами			60	5,74	2,89	1,54	55	1,25
Филе минтая	48,3	37,0		5,92	0,22			0,37
<i>Вода питьевая</i>		13,0						
Морковь	21,0	17,0		0,22	0,02	1,22		0,85
Лук репчатый	8,0	7,0		0,1		0,64		0,7
Масло растительное	3,0	3,0			3,0			
<i>Масса тушеной рыбы</i>		30,0						
<i>Масса тушеной рыбы с овощами</i>		60,0						
Я/288 Чай с лимоном и сахаром			150	0,1	0,03	6,5	27	0,8
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Лимон свежий	6,0	5,0		0,03		0,11		1,33
<i>Вода питьевая</i>		138,0						
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,1	0,02	0,02		0,05
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0		0,19	0,04	0,81		
У/ТТК23 Печенье			20	1,5	2,36	4,72	45,6	0
Печенье сахарное	20,0	20,0		1,2	1,89	3,78		
всего в Полдник			375	11,24	9,23	41,36	294,85	10,39
всего в день			1512	37,3	45,25	176,29	1261	96,78

**Меню-раскладка (1 Неделя Вторник)
Ясли (до 3-х лет)**

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав				
				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
Завтрак								
Без диет								
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		<i>145,0</i>						
Я/194 Каша манная молочная жидкая			150/4	3,8	5,9	17,6	138	0,41
Крупа манная	23,1	23,1		4,57	0,44	30,01		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Сахар	3,8	3,8				4,99		
Молоко	79,2	79,2		1,79	2,05	3,01		0,83
<i>Вода питьевая</i>		<i>52,8</i>						
Я/4 Бутерброды с повидлом			30/10/5	0,96	3,06	13,56	85	0,03
Масло сливочное	5,0	5,0		0,02	2,34	0,03		
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		1,53	0,29	6,66		
Повидло	10,0	10,0		0,04		6,53		0,05
всего в Завтрак			349	4,86	8,98	35,76	241	0,45
Второй завтрак								
Без диет								
Н/111 Яблоки			100	0,4	0,4	9,8	44	10
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		165,0
всего в Второй завтрак			100	0,4	0,4	9,8	44	10
Обед								
Без диет								
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
Я/216 Макароны изделия отварные			120/4	4,3	3,4	26,7	157	0
Макаронные изделия	42,0	42,0		5,46	0,58	36,59		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Я/19 салат из моркови			40	0,4	1,8	5,8	40	0,69
Морковь	45,8	34,4		0,5	0,04	2,76		1,92
Сахар	2,0	2,0				2,0		
Масло растительное	4,0	4,0			4,0			
РБ/С019 Куриное филе, тушенное с овощами			70	15,89	20,48	2,62	259	0,53
Филе птицы (полуфабрикат)	85,4	72,5						
Лук репчатый	13,3	11,2		0,15		1,02		1,12
Морковь	26,3	21,0		0,28	0,03	1,51		1,05
Масло растительное	4,2	4,2			4,2			
Масло сливочное	2,8	2,8		0,01	2,18	0,03		
Х/288 хлеб ржаной			20	1,32	0,24	6,82	34,8	0
Хлеб ржаной	20,0	20,0		0,26	0,05	1,36		
Н/16133 Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной			150	9,51	6,59	6,59	125	12,78
Картофель	41,7	29,3		8,44	1,69	68,76		84,37
Морковь	7,3	5,9		0,49	0,04	2,7		1,87
Лук репчатый	7,3	5,9		0,53		3,41		3,75

Составил:

Стр: 3

Масло растительное	2,9	2,9			9,36			
<i>Бульон мясной</i>		<i>109,8</i>		<i>0,5</i>	<i>0,1</i>	<i>0,36</i>		
Капуста белокочанная свежая	14,6	11,7		0,21	0,01	0,53		5,06

Горошек зеленый консервированный	4,4	4,4		0,14	0,01	0,29		0,45
Сметана	3,7	3,7		0,1	0,73	0,12		0,01
Н/38 Компот из рябины черноплодной и яблок.			150	0	0	12	52	3,75
Яблоки	19,5	17,3		0,07	0,07	1,69		28,46
Сахар	9,0	9,0				8,99		
<i>Вода питьевая</i>		<i>135,0</i>						
черноплодная рябина	13,5	13,5						
всего в Обед			574	32,62	32,71	70,53	714,4	17,75
Полдник								
Без диет								
Я/288 Чай с лимоном и сахаром			150	0,1	0,03	6,5	27	0,8
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Лимон свежий	6,0	5,0		0,03		0,11		1,33
<i>Вода питьевая</i>		<i>138,0</i>						
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,1	0,02	0,02		0,05
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
Я/1871 Каша "Артек" вязкая на молоке			130	5,15	4,81	47,19	250	0,32
Крупа пшеничная	26,0	26,0		4,85	0,55	26,51		
Масло сливочное	3,4	3,4		0,03	3,29	0,04		
Сахар	3,4	3,4				4,21		
Молоко	76,5	76,5		3,78	4,32	6,35		1,76
<i>Вода питьевая</i>		<i>40,5</i>						
С/0131 Усбосмак(треугольник)			100	10	9,71	24,14	226	1,06
Мука пшеничная	31,1	31,1		3,21	0,34	21,46		
Яйцо	5,9	5,9		0,76	0,7	0,04		
Сахар	1,1	1,1				1,2		
Соль йодированная	0,6	0,6						
Соль йодированная	0,6	0,6						
Дрожжи	0,1	0,1		0,01				
<i>Вода питьевая</i>		<i>9,4</i>						
Масло сливочное	5,9	5,9		0,04	4,69	0,06		
<i>тесто</i>		<i>53,0</i>						
Картофель	37,1	23,6		0,49	0,1	3,84		4,71
Лук репчатый	14,7	12,4		0,19		1,11		1,24
<i>фарш</i>		<i>58,9</i>						
<i>масса п/ф</i>		<i>111,9</i>						
<i>Вода питьевая</i>		<i>11,9</i>						
Масло растительное	0,3	0,3			0,4			
Говядина	23,6	23,6		4,2	2,36			
всего в Полдник			400	16,45	14,75	87,83	549,6	2,18
всего в день			1423	54,33	56,84	203,92	1549	30,38

Составил:

Стр: 4

Ясли (до 3-х лет)

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав				
				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
Завтрак								
Без диет								
Н1 Сыр (порциями)			10	2,32	2,95	0	36	0,07
Сыр	10,1	10,0		2,49	3,18			0,15
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
Я/183 Каша рисовая молочная вязкая			150/4	4,3	5,8	29,8	190	0,38
Крупа рисовая	33,3	33,3		4,57	0,44	30,01		
<i>Вода питьевая</i>		49,2						
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Сахар	4,0	4,0				4,99		
Молоко	74,2	74,2		1,79	2,05	3,01		0,83
РБ/0267 Чай с молоком и сахаром			150	1,1	1,1	6,2	38	0,19
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,08	0,02	0,02		0,05
<i>Вода питьевая</i>		105,0						
Сахар	7,5	7,5				7,49		
Молоко	37,5	37,5		1,05	1,2	1,76		0,49
всего в Завтрак			344	9,52	10,15	51	333,9	0,64
Второй завтрак								
Без диет								
Н155,02 Йогурт детский питьевой 100гр			100	3,2	3,2	9,2	80	0
Йогурт	100,0	100,0		5,0	1,5	8,5		0,6
всего в Второй завтрак			100	3,2	3,2	9,2	80	0
Обед								
Без диет								
П-рN°41 Винегрет овощной			40	0,5	0,9	2,9	22	2,07
Картофель	12,9	8,4		5,0	1,0	40,75		50,0
Свекла	8,0	6,0		3,0	0,2	18,2		20,0
Морковь	5,4	4,0		1,95	0,15	10,8		7,5
Огурцы соленые	14,0	12,0		1,6	0,2	3,2		10,0
Лук репчатый	7,2	6,0		1,95		5,25		45,0
Масло растительное	1,0	1,0			59,94			
Кислота лимонная	0,1	0,1						
<i>Вода питьевая</i>		3,0						
Сахар	0,2	0,2				0,2		
Соль йодированная	0,1	0,1						
Я/296 Компот из яблок			150	0,1	0,1	12,9	52	1,2
Яблоки	16,5	14,6		0,8	0,8	19,6		330,0
<i>Вода питьевая</i>		129,0						
Сахар	7,5	7,5				99,8		
Кислота лимонная	0,2	0,2						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
Я/175 Каша гречневая рассыпчатая			120/4	5,4	3,1	34,6	152	0
Крупа гречневая	57,1	57,1		8,82	2,31	43,47		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		

Составил:

Стр: 5

Соль йодированная	0,4	0,4						
<i>Вода питьевая</i>		106,5						
Х/288 хлеб ржаной			20	1,32	0,24	6,82	34,8	0
Хлеб ржаной	20,0	20,0		0,26	0,05	1,36		

Н/95 Гуляш из отварного мяса			30/30	8,73	10,07	1,73	133	0,55	
Говядина	47,4	47,4		8,44	4,74				
<i>Масса отварного мяса</i>		<i>30,0</i>							
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08		0,55		0,6	
Томат-паста	4,8	4,8		0,23		0,91		2,16	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0				
Мука пшеничная	1,2	1,2		0,12	0,01	0,83			
<i>масса соуса</i>		<i>30,0</i>							
<i>Вода питьевая</i>		<i>15,0</i>							
Н/072 суп куллума по-деревенски			150	1,68	1,62	10,74	65	3,96	
Картофель	69,2	45,0		0,9	0,18	7,34		9,0	
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,44		0,3	
Лук репчатый	7,1	6,0		0,08		0,55		0,6	
Масло сливочное	1,4	1,4		0,02	1,13	0,02			
<i>Вода питьевая</i>		<i>114,0</i>							
<i>лапша домашняя</i>		<i>6,0</i>							
Мука пшеничная	5,2	5,2		0,54	0,06	3,59			
Мука пшеничная	0,4	0,4		0,04	0,01	0,25			
Яйцо	1,5	1,5		0,2	0,17	0,02			
<i>Вода питьевая</i>		<i>1,0</i>							
Соль йодированная	0,2	0,2							
всего в Обед			564	18,93	16,23	79,69	505,4	7,78	
Полдник									
			Без диет						
Я/222 Омлет натуральный			60/3	5,8	9,5	1,1	113	0,09	
Яйцо	46,0	46,0		5,84	5,29	0,32			
Молоко	16,0	16,0		0,45	0,51	0,75		0,21	
<i>Масса омлетной смеси</i>		<i>62,0</i>							
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05			
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03			
<i>Масса готового омлета</i>		<i>60,0</i>							
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01	
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02	
Сахар	7,5	7,5				6,99			
<i>Вода питьевая</i>		<i>145,0</i>							
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0	
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17			
У/ТТК22 Вафли			30	2,37	4,23	9,87	40	0,4	
Вафли	30,0	30,0							
всего в Полдник			273	10,07	14,05	30,57	240,9	0,5	
всего в день			1281	41,72	43,63	170,46	1160,2	8,92	

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав				
				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
Завтрак								
Без диет								
Я/17 Кофейный напиток с молоком			150	2,34	2	10,63	70	0,98
Кофейный напиток	2,0	2,0						
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Молоко	42,0	42,0		2,1	2,4	3,53		0,98
<i>Вода питьевая</i>		<i>90,0</i>						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
РБ/183 Каша геркулесовая молочная с яблоком			150	2,3	5	5,97	70	0,37
Крупа "Геркулес"	16,0	16,0		1,76	0,99	8,05		
<i>Вода питьевая</i>		<i>83,0</i>						
Молоко	65,0	65,0		1,82	2,08	3,06		0,85
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		
Сахар	4,0	4,0				3,99		
Ф00013 Масло (порциями)			7	0,06	5,08	0,09	46	0
Масло сливочное	7,0	7,0		0,05	5,46	0,07		
всего в Завтрак			337	6,5	12,38	31,69	255,9	1,35
Второй завтрак								
Без диет								
Я/303+ Кисель из концентрата			150	0	0	15	57	0
Концентрат киселя	18,0	18,0						
<i>Вода питьевая</i>		<i>142,5</i>						
всего в Второй завтрак			150	0	0	15	57	0
Обед								
Без диет								
Я/295 Компот из смеси сухофруктов			150	0,7	0,03	15,4	67	0,1
сухофрукты	15,0	15,0						
<i>Масса вареных сухофруктов</i>		<i>37,5</i>						
Сахар	15,0	15,0				14,37		
Кислота лимонная	0,2	0,2						
<i>Вода питьевая</i>		<i>150,0</i>						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			20	1,32	0,24	6,82	34,8	0
Хлеб ржаной	20,0	20,0		0,13	0,02	0,68		
Я/40 салат картофельный с солеными огурцами			40	0,9	3,1	6	56	3,85
Картофель	33,1	24,8						
<i>Масса отварного картофеля</i>		<i>24,0</i>						
Лук репчатый	5,3	4,4		0,06		0,4		0,44
Лук репчатый	5,3	4,4		0,06		0,4		0,44
Огурцы маринованные	6,5	5,2						
Морковь	6,0	4,5		0,06		0,32		0,23
<i>масса отварной моркови</i>		<i>4,4</i>						
Масло растительное	2,0	2,0			2,0			

Н/12,16 Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне			155	10,59	6,8	10,59	148,2	18,84
Свекла	30,2	24,2		1,88	0,13	11,38		12,5
Капуста белокочанная свежая	22,7	18,1		1,13	0,06	2,94		28,13
Картофель	23,4	18,1		1,25	0,25	10,19		12,5
Морковь	9,5	7,6		0,51	0,04	2,81		1,96

Лук репчатый	7,6	6,0		0,44		2,84		3,13
Томат-паста	7,3	7,3		0,85		2,77		6,09
Масло растительное	3,0	3,0			15,61			
Сахар	1,5	1,5				7,8		
<i>Бульон мясной</i>		121,0		0,38	0,08	0,27		
Сметана	3,8	3,8		0,11	0,78	0,13		0,02
Н/49,04 Жаркое по-домашнему			30/120	11	14	17	236	21,2
Картофель	126,0	96,0		1,74	0,34	14,18		17,4
Лук репчатый	11,4	9,6		0,11		0,68		0,75
Масло растительное	5,8	5,8		0,03	2,34	0,03		
Томат-паста	2,3	2,3		0,1		0,4		0,94
Говядина	47,4	47,4		12,65	7,11			
всего в Обед			535	25,71	24,37	65,81	588,6	43,99
Полдник								
Без диет								
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		145,0						
Я/277 Булочка "молочная"			50	4,7	1,1	26	135	0,15
Мука пшеничная	38,5	38,5		3,97	0,42	26,49		
Мука пшеничная	1,5	1,5		0,15	0,02	1,03		
Дрожжи	0,1	0,1		0,06	0,01			
Молоко	20,0	20,0		0,56	0,64	0,94		0,26
Соль йодированная	0,5	0,5						
<i>Итого сырья</i>		61,0						
<i>Масса полуфабриката</i>		58,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
РБ/189 Каша "Дружба"			150	4,7	6,1	25,1	174	0,4
Крупа рисовая	12,0	12,0		0,84	0,12	8,57		
Крупа пшенная	10,0	10,0		1,15	0,33	6,65		
Молоко	60,0	60,0		1,68	1,92	2,82		0,78
<i>Вода питьевая</i>		52,0						
Сахар	4,0	4,0				3,99		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		
всего в Полдник			380	11,3	7,52	70,7	396,9	0,56
всего в день			1402	43,51	44,27	183,2	1298,4	45,9

Составил:

Стр: 8

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

Меню-раскладка (1 Неделя Пятница)
Ясли (до 3-х лет)

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

			белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг	
Завтрак								
			Без диет					
Н1 Сыр (порциями)			10	2,32	2,95	0	36	0,07
Сыр	10,1	10,0		2,49	3,18			0,15
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		<i>145,0</i>						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
У/15 Каша ячневая молочная вязкая			130	2,75	3,3	29,26	158	0
Крупа ячневая	28,8	28,8		2,89	0,37	19,14		
Соль йодированная	2,6	2,6						
Масло сливочное	2,6	2,6		0,03	3,38	0,04		
Сахар	2,6	2,6				12,97		
Молоко	66,2	66,2		2,43	2,77	4,07		1,13
всего в Завтрак			320	6,97	6,57	48,86	281,9	0,08
Второй завтрак								
			Без диет					
Н/111 Яблоки			100	0,4	0,4	9,8	44	10
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		165,0
всего в Второй завтрак			100	0,4	0,4	9,8	44	10
Обед								
			Без диет					
Я/65 Суп-лапша домашняя			150	1,7	2,6	7,9	62	0,36
Мука пшеничная	11,2	11,2		1,08	0,12	7,22		
Яйцо	3,0	3,0		0,38	0,35	0,02		
<i>Вода питьевая</i>		<i>2,1</i>						
Соль йодированная	0,3	0,3						
<i>Лапша домашняя пф (№549, сб. шк. 2004)</i>		<i>4,8</i>						
<i>Лапша вареная</i>		<i>12,0</i>						
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43		0,3
Лук репчатый	7,1	6,0		0,08		0,55		0,6
Масло растительное	3,0	3,0			3,0			
<i>Вода питьевая</i>		<i>144,0</i>						
Я/141 Картофельное пюре			120	2,4	3,7	16,1	109	8,34
Картофель	158,0	103,0		1,46	0,29	11,9		14,6
Молоко	18,0	18,0		0,81	0,93	1,36		0,38
Масло сливочное	4,2	4,2		0,04	3,9	0,05		
Я/127 Куры отварные			50	12,5	10,5	0,2	145	0,48
Курица	70,0	68,0		28,57	28,89	1,1		
Лук репчатый	2,7	2,2		0,02		0,15		0,17
Я/296 Компот из яблок			150	0,1	0,1	12,9	52	1,2
Яблоки	16,5	14,6		0,8	0,8	19,6		330,0
<i>Вода питьевая</i>		<i>129,0</i>						

Составил:

Стр: 9

Сахар	7,5	7,5				99,8		
Кислота лимонная	0,2	0,2						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			20	1,32	0,24	6,82	34,8	0
Хлеб ржаной	20,0	20,0		0,13	0,02	0,68		
Я/24 Салат из свеклы			30	0,38	2,18	2,4	32	0,56
Свекла	36,8	36,8		10,69	0,71	64,84		71,25

Масло растительное	1,8	1,8			44,96			
Соль йодированная	0,3	0,3						
всего в Обед			540	19,6	19,52	56,32	481,4	10,94
Полдник								
Без диет								
Н/284 Чай с молоком и сахаром			150/50	1,4	1,4	11,2	61	0,26
Сахар	3,0	3,0				6,99		
Молоко сгущенное	19,0	19,0		2,52	2,88	4,23		1,17
<i>Вода питьевая</i>		<i>178,0</i>						
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,1	0,02	0,02		0,05
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0		0,19	0,04	0,81		
Я/198 Каша пшённая жидкая на молоке			150/4	5,6	6,6	26,4	187	0,4
Крупа пшеничная	30,0	30,0		4,83	1,39	27,93		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Сахар	3,8	3,8				4,99		
Молоко	126,0	126,0		4,93	5,63	8,27		2,29
У/ТТК23 Печенье			20	1,5	2,36	4,72	45,6	0
Печенье сахарное	20,0	20,0		1,2	1,89	3,78		
всего в Полдник			399	10	10,61	54,82	351,85	0,66
всего в день			1359	36,97	37,1	169,8	1159,15	21,68

Составил:

Стр: 10

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

Меню-раскладка (2 Неделя Понедельник)
Ясли (до 3-х лет)

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
Завтрак								
			Без диет					
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		145,0						
Я/194 Каша манная молочная жидкая			150/4	3,8	5,9	17,6	138	0,41
Крупа манная	23,1	23,1		4,57	0,44	30,01		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Сахар	3,8	3,8				4,99		
Молоко	79,2	79,2		1,79	2,05	3,01		0,83
<i>Вода питьевая</i>		52,8						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
Ф00013 Масло (порциями)			7	0,06	5,08	0,09	46	0
Масло сливочное	7,0	7,0		0,05	5,46	0,07		
всего в Завтрак			341	5,76	11,3	37,29	271,9	0,42
Второй завтрак								
			Без диет					
Я/ТТК57 Сок фруктовый			200	0,74	0	20,56	86	1,6
сок	200,0	200,0		0,8		22,6		4,0
всего в Второй завтрак			200	0,74	0	20,56	86	1,6
Обед								
			Без диет					
Я/295 Компот из смеси сухофруктов			150	0,7	0,03	15,4	67	0,1
сухофрукты	15,0	15,0						
<i>Масса вареных сухофруктов</i>		37,5						
Сахар	15,0	15,0				14,37		
Кислота лимонная	0,2	0,2						
<i>Вода питьевая</i>		150,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			20	1,32	0,24	6,82	34,8	0
Хлеб ржаной	20,0	20,0		0,13	0,02	0,68		
Я/175 Каша гречневая рассыпчатая			120/4	5,4	3,1	34,6	152	0
Крупа гречневая	57,1	57,1		8,82	2,31	43,47		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Соль йодированная	0,4	0,4						
<i>Вода питьевая</i>		106,5						
Н/13 Суп картофельный с бобовыми			150	3	3,6	12	91,2	6,99
Картофель	40,8	30,0		0,39	0,08	3,13		3,84
Горох	12,0	12,0		1,61	0,15	3,58		
Лук репчатый	7,2	6,0		0,05		0,35		0,39
Морковь	9,6	7,8		0,06		0,35		0,24
Масло растительное	3,0	3,0			1,92			
<i>Бульон мясной</i>		105,0		0,3	0,06	0,22		

Составил:

Стр: 11

Н/53,15 Бефстроганов из отварной говядины			30/30	10	9	2	132	0,5
Говядина	48,6	48,6		12,63	10,86			
Морковь	8,0	6,0		0,06	0,01	0,36		0,25
Морковь	1,5	1,2		0,02		0,13		0,09
Лук репчатый	1,4	1,2		0,03		0,16		0,18
<i>соус сметанный</i>		30,0						
Сметана	7,5	7,5		0,21	1,5	0,24		0,02
Мука пшеничная	2,3	2,3		0,23	0,02	1,55		

Вода питьевая		22,5						
Соль йодированная	0,2	0,2						
Н/6 Салат витаминный			40	0,4	4	4,4	56	8,52
Капуста белокочанная свежая	20,0	16,0		0,3	0,02	0,76		7,29
Морковь	13,2	10,4		0,08	0,01	0,43		0,3
Яблоки	9,2	8,0		0,02	0,02	0,59		9,9
Сахар	2,0	2,0				1,2		
Масло растительное	2,0	2,0			1,2			
Кислота лимонная								
Вода питьевая		2,0						
всего в Обед			564	22,02	20,17	85,22	579,6	16,11
Полдник								
			Без диет					
Я/222 Омлет натуральный			60/3	5,8	9,5	1,1	113	0,09
Яйцо	46,0	46,0		5,84	5,29	0,32		
Молоко	16,0	16,0		0,45	0,51	0,75		0,21
Масса омлетной смеси		62,0						
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		
Масса готового омлета		60,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
У/ТТК22 Вафли			30	2,37	4,23	9,87	40	0,4
Вафли	30,0	30,0						
Я/303+ Кисель из концентрата			150	0	0	15	57	0
Концентрат киселя	18,0	18,0						
Вода питьевая		142,5						
всего в Полдник			273	9,97	14,03	40,97	279,9	0,49
всего в день			1378	38,49	45,5	184,04	1217,4	18,62

Составил:

Стр: 12

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

**Меню-раскладка (2 Неделя Вторник)
Ясли (до 3-х лет)**

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

			белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг	
Завтрак								
			Без диет					
Н1 Сыр (порциями)			10	2,32	2,95	0	36	0,07
Сыр	10,1	10,0		2,49	3,18			0,15
Я/288 Чай с лимоном и сахаром			150	0,1	0,03	6,5	27	0,8
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Лимон свежий	6,0	5,0		0,03		0,11		1,33
<i>Вода питьевая</i>		<i>138,0</i>						
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,1	0,02	0,02		0,05
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
Я/187 Каша "Артек" вязкая на молоке			150	9,65	8,51	40	275	0,83
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Сахар	4,0	4,0				4,99		
Молоко	76,0	76,0		4,48	5,12	7,52		2,08
<i>Вода питьевая</i>		<i>48,0</i>						
крупa артек	30,0	30,0						
всего в Завтрак			340	13,87	11,79	61,5	407,9	1,7
Второй завтрак								
			Без диет					
Н/111 Яблоки			100	0,4	0,4	9,8	44	10
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		165,0
всего в Второй завтрак			100	0,4	0,4	9,8	44	10
Обед								
			Без диет					
Я/296 Компот из яблок			150	0,1	0,1	12,9	52	1,2
Яблоки	16,5	14,6		0,8	0,8	19,6		330,0
<i>Вода питьевая</i>		<i>129,0</i>						
Сахар	7,5	7,5				99,8		
Кислота лимонная	0,2	0,2						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			20	1,32	0,24	6,82	34,8	0
Хлеб ржаной	20,0	20,0		0,13	0,02	0,68		
Я/19 салат из моркови			40	0,4	1,8	5,8	40	0,69
Морковь	45,8	34,4		0,5	0,04	2,76		1,92
Сахар	2,0	2,0				2,0		
Масло растительное	4,0	4,0			4,0			
Н/12,18 Свекольник на курином бульоне со сметаной			155	2,27	3,78	11,34	91,49	11,5
Свекла	48,4	38,7		0,45	0,03	2,72		2,98
<i>Бульон куриный</i>		<i>121,0</i>		<i>0,36</i>		<i>0,41</i>		
Масло растительное	3,0	3,0			1,72			
Морковь	7,6	6,0		0,05	0,01	0,25		0,17
Лук репчатый	8,1	6,8		0,05		0,35		0,38
Картофель	33,3	26,0		0,3	0,06	2,41		2,96

Составил:

Стр: 13

Томат-паста	3,2	3,2		0,02		0,05		0,12
Сахар	1,5	1,5				0,57		
Н/12,08 Плов из птицы			40/140	14	18	39	371	4,26
Масло растительное	8,4	8,4			3,6			
Лук репчатый	11,7	9,8		0,13		0,88		0,96
Крупа рисовая	49,0	49,0		2,94	0,42	29,99		
Томат-паста	2,8	2,8		0,12		0,46		1,08
Морковь	23,4	18,7		0,24	0,02	1,35		0,94

ГРУДКА ЦБ ЗАМ.	67,3	58,0						
всего в Обед			575	19,89	24,22	90,86	659,19	17,65
Полдник								
Без диет								
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		<i>145,0</i>						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			20	1,2	0,2	10	46,6	0
Хлеб пшеничный	20,0	20,0		0,12	0,02	0,52		
Я/184 Каша молочная жидкая "Геркулес"			150/4	8,22	10,38	27,15	235	0,96
Крупа "Геркулес"	33,3	33,3		3,52	1,98	16,1		
Молоко	123,4	123,4		5,18	5,92	8,7		2,41
Соль йодированная	0,2	0,2						
Сахар	4,0	4,0				4,99		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Ш/0270 плюшка новомосковская			50	3,9	5,21	28,64	177	0,04
Мука пшеничная	35,0	35,0		3,61	0,39	24,08		
Соль йодированная	1,0	1,0						
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Дрожжи	0,4	0,4		0,05	0,01			
Масло сливочное	6,5	6,5		0,05	5,07	0,07		
Яйцо	2,0	2,0		0,26	0,23	0,02		
Молоко	7,0	7,0		0,2	0,23	0,33		0,09
<i>Вода питьевая</i>		<i>28,0</i>						
всего в Полдник			374	13,42	15,81	70,39	476,6	1,01
всего в день			1389	47,58	52,22	232,55	1587,69	30,36

Составил:

Стр: 14

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

Меню-раскладка (2 Неделя Среда)
Ясли (до 3-х лет)

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
--	--	--	--	---------	--------	------------	-------------------------	------

Завтрак

			Без диет					
Я/17 Кофейный напиток с молоком			150	2,34	2	10,63	70	0,98
Кофейный напиток	2,0	2,0						
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Молоко	42,0	42,0		2,1	2,4	3,53		0,98
<i>Вода питьевая</i>		<i>90,0</i>						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0		0,19	0,04	0,81		
Ш/0193 Каша рисовая молочная жидкая			180/5	3,16	5,06	19,39	136	0,34
Крупа рисовая	19,5	19,5		3,86	0,37	25,33		
<i>Вода питьевая</i>		<i>44,6</i>						
Масло сливочное	3,5	3,5		0,04	3,3	0,04		
Сахар	3,5	3,5				4,21		
Молоко	76,5	76,5		1,51	1,73	2,54		0,7
Ф00013 Масло (порциями)			7	0,06	5,08	0,09	46	0
Масло сливочное	7,0	7,0		0,05	5,46	0,07		
всего в Завтрак			312	7,06	12,39	42,61	310,25	1,32

Второй завтрак

			Без диет					
Н155,02 Йогурт детский питьевой 100гр			100	3,2	3,2	9,2	80	0
Йогурт	100,0	100,0		5,0	1,5	8,5		0,6
всего в Второй завтрак			100	3,2	3,2	9,2	80	0

Обед

			Без диет					
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0		0,19	0,04	0,81		
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			25	1,65	0,3	8,53	43,5	0
Хлеб ржаной	25,0	25,0		0,21	0,04	1,07		
Н/38 Компот из рябины черноплодной и яблок.			150	0	0	12	51,75	3,75
Яблоки	19,5	17,3		0,05	0,05	1,27		21,35
Сахар	9,0	9,0				6,74		
<i>Вода питьевая</i>		<i>135,0</i>						
черноплодная рябина	13,5	13,5						
Н/19,4 Суп лапша домашняя на мясном бульоне			150	12,6	7,2	9	150	1,33
Лук репчатый	7,8	6,0		0,06		0,41		0,45
Морковь	7,8	6,0		0,06	0,01	0,33		0,23
Масло растительное	3,0	3,0			2,25			
<i>Бульон мясной</i>		<i>142,5</i>		<i>0,38</i>	<i>0,08</i>	<i>0,27</i>		
<i>лапша домашняя</i>		<i>12,0</i>						
Мука пшеничная	11,3	11,3		0,87	0,1	5,81		
Яйцо	3,0	3,0		0,29	0,26	0,02		
<i>Вода питьевая</i>		<i>2,1</i>						
Соль йодированная	0,3	0,3						
Н/9806 Рагу из овощей в томатном соусе			25/150	10,59	14	16	232	31,11
Говядина	40,5	40,5		7,21	4,05			

Составил:

Стр: 15

Картофель	66,0	54,0		1,08	0,22	8,8		10,8
Морковь	38,0	30,0		0,39	0,03	2,16		1,5
Лук репчатый	21,0	18,0		0,25		1,64		1,8
Капуста белокочанная свежая	45,0	36,0		0,65	0,04	1,69		16,2
Масло растительное	6,0	6,0			5,99			
<i>соус томатный</i>		<i>30,0</i>						
Н/7,01 Салат из свеклы с яблоками			40	0,32	2,04	2,96	31	1,58
Свекла	25,6	25,6		8,55	0,57	51,87		57,0

Масло растительное	2,0	2,0			35,96			
Соль йодированная	0,2	0,2						
Яблоки	17,2	12,0		0,05	0,05	1,18		19,8
Кислота лимонная	0,2	0,2						
Сахар	0,4	0,4				0,4		
<i>Вода питьевая</i>		<i>6,0</i>						
всего в Обед			565	26,66	23,79	60,99	566,5	37,77
Полдник								
Без диет								
Я/129 Фрикадельки из птицы			50/4	7,3	9	4,3	127	0,79
ГРУДКА ЦБ ЗАМ.	42,9	37,0		8,23	7,08	0,22		
Хлеб пшеничный	8,0	8,0		0,94	0,18	4,07		
<i>Вода питьевая</i>		<i>10,7</i>						
Яйцо	4,0	4,0		0,51	0,46	0,03		
<i>масса п/ф</i>		<i>57,0</i>						
<i>масса готовых фрикаделек</i>		<i>50,0</i>						
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		<i>145,0</i>						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
Ш/0176 каша пшеничная рассыпчатая			130	5,48	4,43	30,64	187,2	0
Крупа пшеничная	50,6	50,6		5,04	1,45	29,16		
<i>Вода питьевая</i>		<i>91,1</i>						
Масло сливочное	3,5	3,5		0,02	2,37	0,03		
всего в Полдник			364	14,68	13,75	54,54	402,1	0,8
всего в день			1341	51,6	53,13	167,33	1358,85	39,89

Составил:

Стр: 16

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

Меню-раскладка (2 Неделя Четверг)
Ясли (до 3-х лет)

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

				белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг
Завтрак								
			Без диет					
Я/286 Чай с сахаром			150	0,1	0,02	4,6	18	0,01
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,04	0,01	0,01		0,02
Сахар	7,5	7,5				6,99		
<i>Вода питьевая</i>		145,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
У/15 Каша ячневая молочная вязкая			130	2,75	3,3	29,26	158	0
Крупа ячневая	28,8	28,8		2,89	0,37	19,14		
Соль йодированная	2,6	2,6						
Масло сливочное	2,6	2,6		0,03	3,38	0,04		
Сахар	2,6	2,6				12,97		
Молоко	66,2	66,2		2,43	2,77	4,07		1,13
Ф00014 Сыр (порциями)			7	1,72	2,21	0	27	0,04
Сыр	7,6	7,0		1,74	2,23			0,11
всего в Завтрак			317	6,37	5,83	48,86	272,9	0,05
Второй завтрак								
			Без диет					
Я/303+ Кисель из концентрата			150	0	0	15	57	0
Концентрат киселя	18,0	18,0						
<i>Вода питьевая</i>		142,5						
всего в Второй завтрак			150	0	0	15	57	0
Обед								
			Без диет					
Я/5 Салат из белокочанной капусты			40	0,9	1,8	4,1	36	8,66
Капуста белокочанная свежая	56,0	45,0		14,2	0,79	37,08		355,05
<i>Масса стертой капусты</i>		28,3						
Морковь	5,0	4,0		1,3		3,5		30,0
Сахар	2,0	2,0				49,9		
Масло растительное	2,0	2,0			49,95			
Лук репчатый	5,0	4,0		0,06		0,36		0,4
Я/295 Компот из смеси сухофруктов			150	0,7	0,03	15,4	67	0,1
сухофрукты	15,0	15,0						
<i>Масса вареных сухофруктов</i>		37,5						
Сахар	15,0	15,0				14,37		
Кислота лимонная	0,2	0,2						
<i>Вода питьевая</i>		150,0						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			25	1,65	0,3	8,53	43,5	0
Хлеб ржаной	25,0	25,0		0,21	0,04	1,07		
Я/216 Макароны изделия отварные			120/4	4,3	3,4	26,7	157	0
Макаронные изделия	42,0	42,0		5,46	0,58	36,59		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05		
Н/95 Гуляш из отварного мяса			30/30	8,73	10,07	1,73	133	0,55

Составил:

Стр: 17

Говядина	47,4	47,4		8,44	4,74			
<i>Масса отварного мяса</i>		30,0						
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08		0,55		0,6
Томат-паста	4,8	4,8		0,23		0,91		2,16
Масло растительное	3,0	3,0			3,0			
Мука пшеничная	1,2	1,2		0,12	0,01	0,83		
<i>масса соуса</i>		30,0						
<i>Вода питьевая</i>		15,0						

Н1523 Рассольник ленинградский на мясном бульоне			155	9,83	6,8	10,59	145,17	10,49
Картофель	57,5	45,4		3,52	0,7	28,65		35,16
Крупа перловая	3,0	3,0		1,09	0,13	7,79		
Морковь	7,6	6,0		0,3	0,02	1,69		1,17
Лук репчатый	3,8	3,0		0,17		1,07		1,17
Огурцы соленые	9,8	9,1		0,28	0,03	0,56		1,76
Масло растительное	3,0	3,0			11,71			
Бульон мясной		113,4		0,38	0,08	0,27		
Сметана	3,8	3,8		0,13	0,94	0,15		0,01
всего в Обед			584	27,91	22,7	82,04	651,57	19,8
Полдник								
			Без диет					
Н/284 Чай с молоком и сахаром			150/50	1,4	1,4	11,2	61	0,26
Сахар	3,0	3,0				6,99		
Молоко сгущенное	19,0	19,0		2,52	2,88	4,23		1,17
Вода питьевая		178,0						
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,1	0,02	0,02		0,05
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			30	1,8	0,3	15	69,9	0
Хлеб пшеничный	30,0	30,0		0,27	0,05	1,17		
Я/ТТК52 ватрушка французская			60	5,76	7,88	27,7	205	0,04
Мука пшеничная	21,8	21,8		2,24	0,24	14,96		
Соль йодированная	0,8	0,8						
Сахар	7,5	7,5				7,49		
Сахар	7,5	7,5				7,49		
Масло сливочное	8,3	8,3		0,06	6,44	0,08		
Творог	19,5	19,5		3,26	1,76	0,39		0,1
Яйцо	4,5	4,5		0,57	0,52	0,03		
РБ/189 Каша "Дружба"			150	4,7	6,1	25,1	174	0,4
Крупа рисовая	12,0	12,0		0,84	0,12	8,57		
Крупа пшенная	10,0	10,0		1,15	0,33	6,65		
Молоко	60,0	60,0		1,68	1,92	2,82		0,78
Вода питьевая		52,0						
Сахар	4,0	4,0				3,99		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		
всего в Полдник			440	13,66	15,68	79	509,9	0,7
всего в день			1491	47,94	44,21	224,9	1491,37	20,55

Составил:

Стр: 18

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

**Меню-раскладка (2 Неделя Пятница)
Ясли (до 3-х лет)**

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

			белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность	С мг	
Завтрак								
Без диет								
Я/77 Суп молочный с макаронными изделиями			150	3,3	3,1	11,9	89	0,39
Молоко	75,0	75,0	19,6	22,4	32,9		9,1	
Макаронные изделия	12,0	12,0	10,36	3,14	48,78			
Сахар	1,2	1,2			7,98			
Масло сливочное	1,2	1,2	0,07	7,8	0,1			
Вода питьевая		63,0						
Я/4 Бутерброды с повидлом			30/10/5	0,96	3,06	13,56	85	0,03
Масло сливочное	5,0	5,0	0,02	2,34	0,03			
Хлеб пшеничный	30,0	30,0	1,53	0,29	6,66			
Повидло	10,0	10,0	0,04		6,53		0,05	
С/2871 Чай с молоком и сахаром			150	1,05	0,83	8,48	44	0,2
Сахар	7,5	7,5			5,24			
Молоко	37,5	37,5	1,89	2,16	3,17		0,88	
Вода питьевая		105,0						
Чай высшего или 1-го сорта	0,3	0,3	0,08	0,02	0,02		0,04	
всего в Завтрак			345	5,31	6,99	33,94	218	0,62
Второй завтрак								
Без диет								
Я/ТТК57 Сок фруктовый			200	0,74	0	20,56	86	1,6
сок	200,0	200,0	0,8		22,6		4,0	
всего в Второй завтрак			200	0,74	0	20,56	86	1,6
Обед								
Без диет								
Я/296 Компот из яблок			150	0,1	0,1	12,9	52	1,2
Яблоки	16,5	14,6	0,8	0,8	19,6		330,0	
Вода питьевая		129,0						
Сахар	7,5	7,5			99,8			
Кислота лимонная	0,2	0,2						
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0	0,19	0,04	0,81			
0001 Хлеб ржаной(пшеничный)			25	1,65	0,3	8,53	43,5	0
Хлеб ржаной	25,0	25,0	0,21	0,04	1,07			
Я/24 Салат из свеклы			30	0,38	2,18	2,4	32	0,56
Свекла	36,8	36,8	10,69	0,71	64,84		71,25	
Масло растительное	1,8	1,8		44,96				
Соль йодированная	0,3	0,3						
Н/12,08 Плов из птицы			40/140	14	18	39	371	4,26
Масло растительное	8,4	8,4		3,6				
Лук репчатый	11,7	9,8	0,13		0,88		0,96	
Крупа рисовая	49,0	49,0	2,94	0,42	29,99			
Томат-паста	2,8	2,8	0,12		0,46		1,08	
Морковь	23,4	18,7	0,24	0,02	1,35		0,94	
ГРУДКА ЦБ ЗАМ.	67,3	58,0						
Н/1614 Ци из свежей капусты с картофелем			155	10,59	6,8	6,05	130,8	19,69

Составил:

Стр: 19

Капуста белокочанная свежая	37,8	30,2	0,63	0,03	1,65		15,82
Картофель	26,5	18,1	0,42	0,07	3,44		4,22
Морковь	9,5	7,6	0,1	0,01	0,5		0,35
Лук репчатый	7,6	6,0	0,1		0,64		0,7
Масло растительное	3,0	3,0		3,52			
Бульон мясной		121,0	0,38	0,08	0,27		
Сметана	3,8	3,8	0,17	1,17	0,18		0,03
Томат-паста	2,4	2,4	0,09		0,35		0,82

всего в Обед			565	28,22	27,63	81,37	687,55	25,71
Полдник								
			Без диет					
Я/141 Картофельное пюре			120	2,4	3,7	16,1	109	8,34
Картофель	158,0	103,0		1,46	0,29	11,9		14,6
Молоко	18,0	18,0		0,81	0,93	1,36		0,38
Масло сливочное	4,2	4,2		0,04	3,9	0,05		
Н/386 Рыба, тушенная с овощами			60	5,74	2,89	1,54	55	1,25
Филе минтая	48,3	37,0		5,92	0,22			0,37
<i>Вода питьевая</i>		13,0						
Морковь	21,0	17,0		0,22	0,02	1,22		0,85
Лук репчатый	8,0	7,0		0,1		0,64		0,7
Масло растительное	3,0	3,0			3,0			
<i>Масса тушеной рыбы</i>		30,0						
<i>Масса тушеной рыбы с овощами</i>		60,0						
Я/288 Чай с лимоном и сахаром			150	0,1	0,03	6,5	27	0,8
Сахар	7,0	7,0				6,99		
Лимон свежий	6,0	5,0		0,03		0,11		1,33
<i>Вода питьевая</i>		138,0						
Чай высшего или 1-го сорта	0,4	0,4		0,1	0,02	0,02		0,05
0002 Хлеб пшеничный (для детского питания)			25	1,5	0,25	12,5	58,25	0
Хлеб пшеничный	25,0	25,0		0,19	0,04	0,81		
всего в Полдник			355	9,74	6,87	36,64	249,25	10,39
всего в день			1465	44,01	41,49	172,51	1240,8	38,32