



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

1 день

Ясли 2-3 года 12 часов

18.09.2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	2,2	3,3	12,4	104,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	150	3,0	2,5	12,6	84,9
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого	400	10,1	10	48,2	341,8
II Завтрак					
РЯЖЕНКА (ряженка)	150	2,1	4	10,2	70
Итого	150	2,1	4	10,2	70
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, картофель, чеснок, масло подсолнечное) 5*	30	0,5	1,4	13,2	27,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сливочное, вода, соль, батон) 1*	150/10	3,5	2,7	9,3	83,3
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе) индейки, батон, вода, соль, масло сливочное) 2*	65	4,1	7,7	14,5	182
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия в/с, масло сливочное) 1*	100	3,64	3,12	0,73	19,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
Итого	545	14,64	15,42	75,33	477,88
Полдник					
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА В ТОМАТНОМ СОУСЕ (говядина б/к, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука пшеничная, вода) 3*	40/40	10,5	12,5	25,2	269,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода, соль, масло сливочное)	100	2,39	3,05	25,03	136,78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С САХАРОМ (вода, чай черный байховый, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
Итого	350	14,19	15,75	65,33	473,88
ВСЕГО		41,03	45,17	199,06	1363,56

Зав. производством

Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушенное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

2 день

Если 2-3 года 12 часов

19.01.2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	7	10,5	7,6	105,2
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной) 5*	20/15	1,6	0,6	20,6	92,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, <i>лимон</i>) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
ФРУКТЫ (банан)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	452	10,2	11,6	62,5	347,9
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (свекла,масло подсолнечное,соль,сахар) 5*	30	0,42	0,12	3,42	42,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый,горошек зеленый, масло сливочное, сметана,вода, соль,петрушка св.) 1*	150/10/10	4, 0	6,2	5	104,3
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (С МОРКОВЬЮ) (<i>РЫБНОЕ ФИЛЕ</i> , морковь, батон нарезной, лук репчатый, <i>яйца куриные</i> , вода, масло сливочное,соль) 2*	80	7	4,2	20,7	123,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель,молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	1,8	3,3	14,2	95,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (груша, вода, сахар, <i>лимонная кислота</i>) 1*	150	0,1	0,1	20,5	83,3
Итого	550	14,62	14,12	72,32	490,5
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог,крупа манная,сахар,яйца куриные,изюм,масло сливочное,сухари панировочные,сметана,масло подсолнечное,молоко сгущенное) 2*	80/30	11,4	12,1	27,2	380
КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода, сахар, крахмал картофельный) 1*	150	0,07	0,07	18,6	76,94
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	1,2	20,6	104,8
Итого	300	14,47	13,37	66,4	561,74
ВСЕГО		41,49	41,49	211,22	1471,24

Зав. производством

Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

3 день

Если 2-3 года 12 часов

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	6,5	1,2	8,1	128,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 5*	30/10	2,4	9,2	15,5	153,4
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,3	0,2	7,2	32,9
Итого	390	9,2	10,6	37,4	341
II Завтрак					
КЕФИР (кефир 2,5% жирности))	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Итого	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	20	0,2	0	0,8	4,8
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, говядина Б/к, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, вода, сметана,петрушка св.) 1*	150/15/5	1,4	2,7	3,6	118
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) "ЕЖИКИ" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ (говядина, вода,крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная, сметана, соль) 2*	60/20	9,5	12,6	15,4	201,7
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, вода, соль, сахар) 3*	100	1,4	0,1	6,5	32,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок "Малышам")	150	0	0	18	72
Итого	540	13,8	15,6	52,8	470,1
Полдник					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные ,молоко,масло сливочное,соль) 2*	130	8,1	12,1	15,2	179,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	1,2	20,6	104,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С" (шиповник сухой, сахар, вода) 1*	150	0,52	0,22	18,23	76,94
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	20	1,68	2,32	14	80,64
Итого	340	13,3	15,84	68,03	441,58
ВСЕГО		38,2	44,14	168,53	1322,58

Зав. производством

Зав. ГБУОУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

4 день

Если 2-3 года 12 часов

" " 2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(крупа гречневая,вода,молоко,соль,сахар,масло сливочное) 1*	130	3,1	9,1	12,8	102,5
БУТЕРБРОД С КЛУБНИЧНЫМ ВАРЕНЬЕМ (варенье,батон нарезной) 5*	20/15	1,6	0,6	20,8	92,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода, сахар, молоко) 1*	150	2,8	0,2	6,7	9,93
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого	395	7,8	10,2	48,1	248,73
II Завтрак					
РЯЖЕНКА (ряженка)	150	2,1	4	10,2	70
Итого	150	2,1	4	10,2	70
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла,морковь,картофель,чеснок,масло подсолнечное) 5*	30	0,5	1,4	13,2	27,3
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (говядина б/к, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый,крупа перловая, масло подсолнечное, вода, соль,сметана,петрушка св.) 1*	150/10/10	1,4	1,9	3,3	115,8
ПЛОВ (филе индейки, масло подсолнечное, лук репчатый, морковь,томатная паста,крупа рисовая, соль) 1*	100	9	11,8	21,5	179,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, сахар, лимонная кислота, вода) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
Итого	480	13,2	15,5	71,3	468,8
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, соль, крупа манная, сахар, яйца куриные, масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана, молоко сгущенное с сахаром) 2*	80/30	11,5	13,9	41,2	353,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар, вода, лимон) 1*	150/7	0,1	0	11,2	46
Итого	287	13,1	14,5	62,7	452,2
ВСЕГО		36,2	44,2	192,3	1233,73

Зав. производством

Зав. ГБДУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



МЕНЮ

5 день

Ясли 2-3 года 12 часов

" " 2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	1,2	3,2	11,6	36,7
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	150	3	2,5	12,6	84,9
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	420	10,3	10,1	60,6	332,6
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурец свежий)	20	0,2	0	0,5	2,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (бройлеры цыплята, макаронные изделия,картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода, соль,петрушка св.) 1*	150/10	2,6	4	2,1	101,6
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (РЫБНОЕ ФИЛЕ, лук репчатый, вода, яйца куриные) 2*	80	6,6	8,9	33,3	242,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, молоко, морковь,масло сливочное,соль) 1*	100	3	1,9	13,3	81,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода) 1*	150	0,1	0	2,3	55,6
Итого	560	13,8	15	60	525,1
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ (капуста белокочанная, морковь, кабачки, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное, мука пшеничная, вода, сметана, соль) 3*	100	5,6	11,9	25,4	232,6
СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная,вода,сметана,соль) 2*	30	0,42	1,2	1,92	20,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ФРУКТОВЫЙ (сок "Малышам")	150	1,8	1,9	9,2	66
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная, сахар, молоко, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	5,8	2,5	31,8	108,3
Итого	350	14,92	17,7	76,82	468,1
ВСЕГО		41,22	45,2	207,42	1396,9

Зав. производством

Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



МЕНЮ

6 день
Ясли 2-3 года 12 часов

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	6,5	9,1	23	66
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (батон нарезной, джем)	20/15	1,6	0,6	20,6	92,1
ЧАЙ С САХАРОМ (вода, чай черный байховый, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,3	0,2	7,2	32,9
Итого	385	8,4	9,9	57,4	217,4
II Завтрак					
КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Итого	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	20	0,2	0	0,8	4,8
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сливочное, вода, соль, сметана,петрушка св.) 1*	150/15/5	5,1	6,7	1,8	109,7
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон, вода, масло подсолнечное, сухари панировочные) 2*	50	3,1	4,9	11,1	93,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель,молоко, масло сливочное,соль)1*	100	1,8	3,3	14,2	95,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0	0	18	72
Итого	530	12,8	15,3	62,9	457,1
Полдник					
ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь,лук репчатый,масло подсолнечное,соль) 5*	30	1,5	2,4	16,2	107,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные ,молоко,соль,масло сливочное) 2*	130	8,1	12,1	15,2	179,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	1,2	20,6	104,8
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"(курага,сахар,вода) 1*	150	0,6	0	10,3	84,2
Итого	320	13,2	15,7	62,3	475,5
ВСЕГО		36,3	43	192,9	1219,9

Зав. производством

Зав. ГБУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

7 день

Если 2-3 года 12 часов

" " 2021

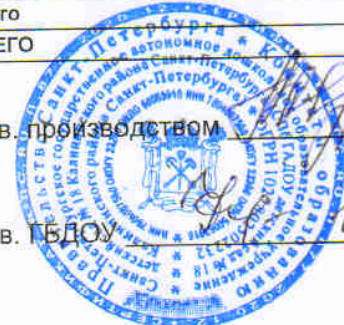
Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль) 1*	150	7,1	11,1	17,91	49,08
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон) 5*	30/10	2,4	9,2	15,5	153,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, лимон) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого	457	9,9	20,6	54,51	294,68
II Завтрак					
РЯЖЕНКА (ряженка)	150	2,1	4	10,2	70
Итого	150	2,1	4	10,2	70
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное) 5*	30	0,4	3	12,5	38,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, вода, РЫБНОЕ ФИЛЕ , яйца куриные, петрушка св.) 1*	150/50	2,9	2,5	2,8	80,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон нарезной, вода, лук репчатый, мука пшеничная, морковь, томатная паста, соль, сахар) 2*	60/30	8,9	9,4	21,6	86
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло сливочное, морковь, лук репчатый, лимонная кислота , мука пшеничная, сахар, соль) 3*	100	2,52	2,86	6,51	61,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
Итого	590	13,8	15,2	66	330,9
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, соль, крупа манная, сахар, яйца куриные , масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана, молоко сгущенное с сахаром) 2*	80/30	11,5	13,9	41,2	353,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ С САХАРОМ (молоко, сахар) 1*	180	5,1	4,5	3,4	125,8
Итого	340	18,1	19	54,9	532
ВСЕГО		43,9	58,8	185,61	1227,58

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо

Зав. производством

Зав. ТБДОУ



И. В. Ковальская



ООО "АЛЬФА-ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

8 день

Ясли 2-3 года 12 часов

" " 2021

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"ЖИДКАЯ (крупа рисовая, пшено, вода, молоко, масло сливочное, сахар, соль) 1*	130	0,9	3,2	7,2	11,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной, сыр)	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	150	3	2,5	12,6	84,9
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	420	10	10,1	56,2	307,8
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	20	0,2	0	0,8	4,8
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, вода, соль, сметана, петрушка св.) 1*	150/10/5	3,7	5,5	2,4	85,4
КОТЛЕТА ИЗ ИНДЕЙКИ (филе индейки, батон, вода, сухари панировочные, масло сливочное, соль, масло подсолнечное) 2*	50	5,6	5,3	15,5	144,1
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, капуста белокочанная, масло сливочное, вода, масло подсолнечное, мука пшеничная, томатная паста, морковь, соль, сахар, лавровый лист) 3*	100	1,3	3,3	7,7	66,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ "С" 1*	150	0,1	0,1	20,5	83,3
Итого	525	13,5	14,6	63,9	466,1
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (говядина, батон нарезной, вода, масло сливочное, мука пшеничная, сметана, соль) 3*	50	12	13	37,5	316,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	1,8	3,3	14,2	95,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	20	1,68	2,32	14	80,64
Итого	340	16,78	18,82	80,8	559,74
ВСЕГО		42,48	45,92	210,9	1404,74

Зав. производством

Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

9 день

Ясли 2-3 года 12 часов

" " 2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 2*	130	7,8	9,8	5,8	141
БУТЕРБРОД С КЛУБНИЧНЫМ ВАРЕНЬЕМ (джем, батон нарезной) 5*	20/15	1,6	0,6	20,8	92,7
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0	0	6,6	26,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,3	0,2	7,2	32,9
Итого	385	9,7	10,6	40,4	293
II Завтрак					
КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Итого	150	1,9	2,1	10,3	69,9
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	20	0,2	0	0,5	2,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода, говядина б/к, яйца куриные , соль, петрушка св.) 1*	150/40	1,6	8,8	4,7	68,1
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (капуста белокочанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	120	9,8	11,7	8,4	227,4
СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная, вода, сметана, соль) 1*	20	0,28	0,8	1,29	13,67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	12,7	61,2
КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода, сахар, крахмал картофельный) 1*	150	0,07	0,07	18,6	76,94
Итого	530	13,95	21,67	46,19	450,11
Полдник					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, мука пшеничная, яйца куриные , сахар, соль, масло подсолнечное, молоко сгущенное с сахаром) 2*	80/30	13,1	15,1	37,9	316,1
СОК ФРУКТОВЫЙ (сок "Малышам")	180	2,1	2,3	11	79,2
Итого	290	15,2	17,4	48,9	395,3
ВСЕГО		40,75	51,77	145,79	1208,31

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



МЕНЮ

10 день

Ясли 2-3 года 12 часов

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	130	3,1	9,1	12,8	102,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной) 5*	30/10	2,4	9,2	15,5	153,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода, сахар, молоко) 1*	150	2,8	0,2	6,7	9,93
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	420	9,8	19	56	361,83
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,2	2,4	10	71,1
Итого	150	2,2	2,4	10	71,1
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (свекла очищенная, масло подсолнечное, соль, сахар) 5*	30	0,42	0,12	3,42	42,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное, вода, соль, сметана, петрушка св.) 1*	150/10/10	1,3	11,6	2,2	104,5
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (РЫБНОЕ ФИЛЕ, лук репчатый, вода, яйца куриные, сухари панировочные, масло подсолнечное) 2*	80	7,2	14,6	17,3	116,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко, масло сливочное, соль) 1*	100	3	1,9	13,3	81,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (курага, сахар, вода, лимонная кислота) 1*	150	0,6	0	10,3	84,2
Итого	560	14,52	28,52	59,22	490,5
Полдник					
ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННО-ТОМАТНОМ (говядина б/к, батон, вода, лук репчатый, масло сливочное, сметана, мука пшеничная, томатная паста, соль) 2*	60/20	4,5	6,7	10,4	210,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло сливочное, морковь, лук репчатый, лимонная кислота, мука пшеничная, сахар, соль) 3*	100	2,52	2,86	6,51	61,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, лимон) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, сахар, масло сливочное, масло подсолнечное, яйца куриные, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	4,9	4	14,5	92,3
Итого	437	13,32	13,76	53,21	459,75
ВСЕГО		26,64	27,52	106,42	919,5

Зав. производством

Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо