

**МЕНЮ**

1 день

Если 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупа рисовая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	1,7	2,9	30	112,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	4,45	3,47	54,61	227,12
Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный "Малышам")	150	0,75	0,15	14,79	64,24
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
	210	0,95	0,35	20,69	92,44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки зеленые, вода, сахар, масло подсолнечное) 5*	30	0,4	1,5	2,5	25,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	8,4	5,2	26,7	135,4
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (филе индейки, вода, соль,хлеб ржаной) 3*	50	15,3	21,5	3,7	269,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло подсолнечное, соль) 1*	100	0	3,3	0	29,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (изюм, сахар, вода) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
	550	26,7	32	65,2	635,6
Полдник					
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (говядина, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	40/10	18	11,3	24,3	129,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода, соль, масло подсолнечное) 1*	100	1,5	5,2	8,2	85,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	380	21,65	16,97	53,71	312,22
		53,75	52,79	194,21	1267,38

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

2 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ИЗ КУКУРУЗЫ И РИСА "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (крупа рисовая, крупа кукурузная, вода, масло подсолнечное, сахар, соль) 1*	160	1,2	2,9	36,1	127,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	3,95	3,47	60,71	241,62
Завтрак					
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, вода) 1*	150	0,6	0	20,3	84,2
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
	210	0,8	0,2	26,5	112,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, макаронные изделия, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	8,3	7,3	8,3	152
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (говяжья печень, масло подсолнечное, картофель, лук репчатый) 2*	160	14,8	17,7	21,8	222,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	150	0,1	0,1	20,3	83,3
	550	25,7	25,5	62,6	522,5
Полдник					
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ (говядина, масло подсолнечное, лук репчатый, капуста брокочная, мука пшеничная, сахар, соль, лавровый лист) 3*	150	13,6	15	12	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, сахар песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,7	3,1	32,5	168,1
	380	18,45	18,57	65,71	404,12
		48,9	47,74	215,52	1280,64

Способ приготовления блюд:

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

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____



МЕНЮ

3 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупа гречневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	4,8	4	33,2	147
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	7,55	4,57	57,81	261,42
Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода, сахар) 1*	150	0,1	0,1	20,5	83,3
ФРУКТЫ (банан свежий)	70	1,1	0,4	14,7	67,2
	220	1,2	0,5	35,2	150,5
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	20	0,2	0	0,5	2,8
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	18,4	19,5	8,4	252,7
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина, картофель, вода, масло подсолнечное, соль) 2*	50	19,2	19,8	1,5	230,5
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, капуста белокочанная, соль, вода, масло подсолнечное, мука рисовая, лук репчатый, лавровый лист, перец черный горошком) 3*	120	1,9	2,5	10,2	71,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	150	0,07	0,07	19,72	80,68
	550	42,07	42,27	52,02	698,98
Полдник					
БЛИНЧИКИ С СОУСОМ (мука рисовая, вода, сахар, соль, масло подсолнечное, курага, крахмал картофельный) 4*	100/20	3,1	11,8	38,6	103,4
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный "Малышам", сахар, крахмал картофельный, вода) 1*	150	0,2	0	26,3	105,7
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
	330	3,5	12	70,8	237,3
		54,32	59,34	215,83	1348,2

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****4 день****Ясли 12 часов аллергии**

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупка ячневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	3,3	3,1	33,2	133,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	6,05	3,67	57,81	247,62
Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный "Малышам")	150	0,75	0,15	14,79	64,24
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
	210	0,95	0,35	20,69	92,44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки зеленые, вода, сахар, масло подсолнечное) 5*	20	0,3	1,1	1,9	21,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, крупка рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	8,7	12,4	32,6	271,4
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе)индейки,масло подсолнечное,лук репчатый,крупка рисовая,соль) 3*	160	1,1	0,6	1,3	119,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (изюм, сахар, вода) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
	540	12,7	14,6	68,1	558,1
Полдник					
ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (говядина, лук репчатый, соль) 1*	70	20,6	17,6	0,5	242
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия , масло подсолнечное, соль) 1*	100	0	3,2	0	28,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	22,75	21,27	21,71	367,82
		42,45	39,89	168,31	1265,98

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5*-холодное блюдо

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

5 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (крупа кукурузная, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	2,5	3	27,3	146,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	5,25	3,57	51,91	260,92
Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный "Малышам", сахар, крахмал картофельный, вода) 1*	150	0,2	0	26,3	105,7
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
	210	0,4	0,2	32,5	133,9
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	20	0,2	0	0,5	2,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокачанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	10,3	7,2	1,4	88,5
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина, масло подсолнечное, лук репчатый, мука рисовая, вода, соль, лавровый лист, перец черный горошком) 3*	40/10	1,5	3,7	0,8	172,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло подсолнечное) 1*	120	2,3	3,4	18,8	115,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, вода) 1*	150	0,6	0	20,3	84,2
	550	17,2	14,7	53,5	524,2
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокачанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	150	3,5	14	1,6	127,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная, сахар, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,4	7,9	33,2	213,6
	380	8,05	22,37	56,01	437,72
		30,9	40,84	193,92	1356,74

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

6 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ (крупа рисовая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	1,7	2,9	30	112,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	4,45	3,47	54,61	227,22
Завтрак					
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, вода) 1*	150	0,6	0	20,3	84,2
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
	210	0,8	0,2	26,2	112,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	9,3	4,2	36,8	255,8
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к,картофель,масло подсолнечное,соль) 2*	50	15,3	21,5	3,7	269,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло подсолнечное, соль) 1*	100	0	3,3	0	29,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный Малышам")	150	0,75	0,15	14,79	64,24
	550	27,85	29,55	67,49	683,94
Полдник					
КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное) 2*	50	6	14,6	22,1	231
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное, лук репчатый, мука пшеничная, сахар, соль, лавровый лист) 3*	120	2,5	4	10,5	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	10,65	19,07	53,81	418,02
		43,75	52,09	202,11	1441,58

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**

7 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (крупа гречневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	4,8	4	33,2	146,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	7,55	4,57	57,81	261,32
Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный "Малышам")	150	0,75	0,15	14,79	64,24
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
	210	0,95	0,35	20,99	92,44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки зеленые, вода, сахар, масло подсолнечное) 5*	30	0,4	1,5	2,5	25,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, макаронные изделия , лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	8,3	7,3	8,3	152
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	160	5	1,8	4,5	184,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (изюм, сахар, вода) 1*	150	0,3	0,1	20,6	84,6
	550	16,3	11,1	47,6	507,6
Полдник					
ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ (говяжья печень, мука пшеничная, масло подсолнечное, лук репчатый, соль) 3*	60/20	6,2	1,4	4,1	287,84
ПЮРЕ ОВОЩНОЕ (картофель, капуста белокочанная, тыква свежая, лук репчатый, масло подсолнечное) 1*	120	3	4,4	14,5	110,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	380	11,35	6,27	39,81	495,06
		36,15	22,29	166,21	1358,42

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

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

**МЕНЮ**

8 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ИЗ КУКУРУЗЫ И РИСА "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупа рисовая, крупа кукурузная, вода, масло подсолнечное, сахар, соль) 1*	160	1,2	2,9	36,1	127,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	3,95	3,47	60,71	241,62
Завтрак					
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	150	0,07	0,07	19,72	80,68
ФРУКТЫ (банан свежий)	70	1,1	0,4	14,7	67,2
	220	1,17	0,47	34,42	147,88
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	20	0,2	0	0,5	2,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	10,3	7,2	1,4	88,5
КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе) индейки, картофель, вода, масло подсолнечное, соль) 2*	50	14,7	12,6	0,3	172,9
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) (картофель, лук репчатый, тыква свежая, капуста белокочанная, масло подсолнечное, перец черный горошком, лавровый лист, соль, вода, мука пшеничная) 3*	120	1,5	5,2	8,2	85,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	150	0,1	0,1	20,3	83,3
	550	29,1	25,5	42,4	494
Полдник					
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, масло подсолнечное, картофель, лук репчатый) 2*	150	4,4	14,2	20,5	166,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, сахар песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	0,1	2,9	3,7	40,4
	380	6,65	17,57	26,41	304,02
		40,87	47,01	163,94	1187,52

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

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

**МЕНЮ**

9 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (крупа ячневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	3,3	3,1	33,2	133,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	6,05	3,67	57,81	247,62
Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный "Малышам", сахар, крахмал картофельный, вода) 1*	150	0,2	0	26,3	105,7
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28
	210	0,4	0,2	32,2	133,9
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	8,7	12,4	32,6	271,4
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	160	4,3	15	2,5	142,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, вода) 1*	150	0,6	0	20,3	84,2
	550	16,1	27,8	67,6	562,9
Полдник					
КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное) 2*	50	6	14,6	22,1	231
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия , масло подсолнечное, соль) 1*	100	0	3,2	0	28,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	330	8,15	18,27	43,31	356,82
		30,7	49,94	200,92	1301,24

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**

10 день

Ясли 12 часов аллергии

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупа кукурузная, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	160	2,5	3	27,3	146,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
	350	5,25	3,57	51,91	260,92
Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	150	0,1	0,1	20,3	83,3
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
	210	0,3	0,3	26,5	111,5
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,2	0	0,5	2,8
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, крупа рисовая, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное, вода, соль) 1*	150/25	8,6	7,3	10,4	141,7
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина, масло подсолнечное, лук репчатый, мука рисовая, вода, соль, лавровый лист, перец черный горошком) 3*	40/10	1,5	11,8	0,8	105,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло подсолнечное) 1*	120	2,3	0,4	8,8	115,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,4	11,7	60,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода, сахар) 1*	150	0,1	0,1	20,5	83,3
	550	15	20	42,7	509
Полдник					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе)индейки,картофель,масло подсолнечное) 2*	50	0,3	12,1	0	183,1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное, лук репчатый, мука пшеничная, сахар, соль, лавровый лист) 3*	100	2,1	3,3	8,7	74,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	2	0,4	10	52,2
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	150	0,15	0,07	11,21	44,82
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная, сахар, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,4	7,9	33,2	213,6
	380	6,95	23,77	63,11	538,32
		27,5	47,64	184,22	1449,74

Зав. производством _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5*-холодное блюдо

Зав. ГБДОУ _____