

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ
«Береславская СШ»



Агарков Е.В.

МЕНЮ - требование
на выдачу продуктов питания
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА от 3 до 7 лет
С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
МКОУ «Береславская СШ»
Дошкольные группы

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход (в гр.)	Химический состав			Калорийность (ккал)
Продукты в граммах				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.Каша манная			200,0	8,22	10,27	33,27	257,55
молочная:							
Молоко	200,0	200,0		5,6	6,4	9,4	116,0
Крупа манная	25,0	25,0		2,58	0,25	16,82	82,0
Масло сливочное	5,0	5,0		0,03	4,13	0,05	37,5
Сахар	7,0	7,0		0	0	6,99	26,5
2.Хлеб с маслом и сыром			60,0	5,42	10,51	18,78	194,5
Сыр российский	10,0	10,0		2,3	2,9	0	36,0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,04	0,36	18,38	92,4
Масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
3.Чай сладкий			200,0	0	0	14,97	56,85
Чай	0,3	0,3		0	0	0	0
сахар	15,0	15,0		0	0	14,97	56,85
4.Фрукты свежие	110,00	100,0	100,00	20,00		10,	42,00
ИТОГО:			660,0	16,64	21,78	109,02	700,9
ОБЕД							
1.Салат из квашеной							
капусты	50,0	50,0	50,0	0,46	2,0	1,23	27,7
1.Суп перловый			250,0	2,06	4,5	17,83	123,28
Крупа перловая	10,0	10,0		0,75	0,11	6,9	32,5
Картофель	80,0	56,0		1,12	0,22	9,13	44,8
Лук репчатый	10,0	8,0		0,11	0	0,9	4,1
Морковь	15,0	12,0		0,03	0,01	0,87	4,05
Масло сливочное	3,0	3,0		0,024	2,16	0,03	19,83
Масло подсолнечное	2,0	2,0		0	2,0	0	18,0
2.Котлета мясная			70,0	16,05	10,02	11,28	202,05
Лук репчатый	7,0	6,0		0,09	0	0,53	2,6
Мука пшеничная	5,0	5,0		0,5	0,06	3,55	16,7
Мясо говядина	102,0	72,0		14,28	6,99	0	119,95
Масло растительное	3,0	3,0		0	3,0	0	27,0
Хлеб пшеничный	15,0	15,0		1,18	0,15	7,2	35,8
Картофельное пюре			140,0	3,56	35,02	25,62	176,6
Картофель	200,0	120,0		2,4	0,12	23,69	120,35
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,87	23,2
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
3.Огурец свежий	35,0	30,0	30,0	0,2	0	1,0	5,6
4.Хлеб			110,0	7,32	2,4	44,7	229,1
Пшеничный	60,0	60,0		4,02	1,8	27,6	138,6
Ржаной	50,0	50,0		3,3	0,6	17,1	90,5
5.Сок яблочный	150,0	150,0	150,0	0,75	0	13,65	57,0
ИТОГО:			800,0	30,4	24,12	115,1	821,2
ПОЛДНИК							
1.Сухарики сливочные	40,0	40,0	40,0	3,4	4,32	26,4	159,2
2.Кисель молочный			200,0	4,2	4,8	29,41	171,8
Молоко	150,0	150,0		4,2	4,8	7,05	87,0
Крахмал	3,0	3,0		0	0	2,4	9,0
Сахар	20,0	20,0		0	0	19,96	75,8
ИТОГО:			240,0	7,6	19,12	55,81	331,0
Итого за день пребывания в детском саду			1700,0	54,64	55,02	277,9	1853,1

Наименование блюд	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав		
				Белки	Жиры	Углеводы
Продукты (в гр)						
ЗАВТРАК						
1.Омлет:			120,00	7,52	10,23	1,74
Яйцо	75,0	72,0		6,66	7,11	0,3
Масло сливочное	2,0	2,0		0,024	2,16	0,03
Молоко цельное	30,0	30,0		0,84	0,96	1,41
2.Хлеб с маслом и сыром:			65,00	6,57	11,96	18,81
Пшеничный хлеб	40,0	40,0	40,0	3,04	0,36	18,7
Сыр	15,0	15,0	15,0	3,45	4,35	-
Масло сливочное	10,0	10,0	10,0	0,08	7,25	0,1
3.Кофе-напиток злаковый на сгущенке:			200,0	2,80	3,20	19,67
Злаковый кофе	1,2	1,2				
Сахар	15,0	15,0				14,97
Молоко цельное	100,0	100,0		2,80	3,20	4,7
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10
ИТОГО:			475,00	17,25	25,39	50,32
ОБЕД						
1.Суп-рассольник со сметаной на костном бульоне:			250,00	2,64	4,53	18,56
Сметана	10,00	10,00		0,28	2,00	0,32
Картофель	80,00	56,00		1,60	0,32	12,80
Рис	5,00	5,00		0,35	0,05	3,57
Лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90
Морковь	12,00	9,50		0,11		0,68
Масло сливочное	3,00	3,00		0,02	2,16	0,03
Огурец соленый	20,00	16,00		0,14		0,26
2.Беф - строганов в томатном соусе со сметаной с тушенной капустой:			200,00	18,40	16,71	17,15
Мясо (говядина)	102,00	72,00		14,28	6,99	
Лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90
томатная паста	5,00	5,00		0,17	0,05	0,61
Мука пшеничная	5,00	5,00		0,52	0,05	3,71
Сметана	5,00	5,00		0,14	1,00	0,16
Масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,06
Капуста свежая	230,00	184,00		2,76		9,43
Морковь	40,00	32,00		0,36		2,28
Масло растительное	5,00	5,00			5,00	
3.Компот из сухофруктов			200,00	0,33		22,23
Сахар	15,00	15,00				14,97
Сухофрукты	11,00	11,00		0,33		7,26
Хлеб			110,00	7,32	2,40	44,70
4.Хлеб пшеничный	60,00	60,00		4,02	1,80	27,60
Хлеб ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10
ИТОГО:			760,00	28,69	23,64	102,64
ПОЛДНИК						
1.Булочка домашняя			70,00	7,03	8,61	44,83
Мука	50,00	50,00		5,15	0,45	37,10
Яйцо	6,00	5,00		0,63	0,57	0,04
молоко цельное	30,00	30,00		0,84	0,96	1,41
Сахар	6,00	6,00				6,00
Масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,03
Масло подсолнечное	3,00	3,00			3,00	
Дрожжи	3,00	3,00		0,37	0,01	0,25
2.Чай сладкий			200,00			14,97
Чай	0,30	0,30				
Сахар	15,00	15,00				14,97
ИТОГО:			270,00	7,03	8,61	59,80
Итого за день прибывания в детском саду:			1505,00	52,97	57,64	212,8

Наименование блюд Продукты (в гр)	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав			Калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.Суп молочный с вермишелью			250,00	9,03	10,65	41,84	290,45
вермишель	30,0	30,0		3,39	0,63	22,4	103,5
сахар	10,0	10,0				9,98	37,90
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
молоко цельное	200,0	200,0		5,60	6,40	9,40	116,00
2.Хлеб с маслом			50,00	3,12	7,61	18,81	158,50
хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,04	0,4	18,7	92,4
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
3.Чай сладкий			200,0			15,0	56,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ИТОГО			650,0	12,35	18,26	85,72	547,8
ОБЕД							
1.Суп гороховый			250,0	8,07	4,74	33,81	216,35
горох	30,0	27,0		5,79	0,66	14,90	91,2
морковь	15,00	12,00		0,03	0,01	0,87	4,05
лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90	4,10
картофель	150,00	105,00		2,10	0,42	17,12	84,00
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,65	0,02	15,00
масло растительное	2,00	2,00			2,00		18,00
2.Плов с мясом кур			190,00	14,99	14,08	34,65	325,38
рис	45,00	45,00		2,83	0,40	31,90	146,70
масло сливочное	10,00	10,00		0,08	7,25	0,13	66,10
морковь	20,00	18,00		0,20		1,12	5,28
масло растительное	2,00	2,00		0,25	2,00		15,00
лук репчатый	15,00	12,00		0,17		1,18	5,30
мясо кур	102,00	54,00		11,46	4,43	0,32	87,00
3.Помидор свежий	55,00	50,00	50,00	0,20		1,70	7,50
4.Компот из сухофруктов			200,00	0,33		22,23	88,42
5.Хлеб			70,00	5,58	0,87	31,11	159,80
хлеб пшеничный	30,00	30,00		2,28	0,27	14,01	69,30
хлеб ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			760,00	29,17	19,69	123,50	797,45
ПОЛДНИК							
1.Яйцо куриное							
варёное	50,00	42,00	40,00	5,08	4,60	0,28	62,80
2.Батон	30,00	30,00	30,00	2,40	0,27	14,67	70,50
3.Икра кабачковая	50,00	50,00	50,00	0,99	3,91	4,80	59,61
4.Кофе-напиток с							
молоком			200,00	2,08	3,20	19,67	114,85
злаковый напиток-кофе	1,20	1,20					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
молоко цельное	100,00	100,00		2,80	3,20	4,70	58,00
ИТОГО			320,00	10,55	11,98	39,42	307,76
Итого за день пребывания в детском саду:			1730,00	52,07	49,93	248,64	1653,01

Наименование блюд Продукты (в гр)	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав			Калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРА							
1.Каша геркулесовая							
молочная			200,00	7,54	10,28	28,10	238,05
сахар	7,0	7,0				6,99	26,5
геркулес	30,0	30,0		3,30	1,86	14,00	91,50
молоко цельное	150,0	150,0		4,20	4,80	7,05	87,00
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
2.Хлеб с маслом			50,00	3,12	7,61	18,81	158,50
хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,04	0,4	18,7	92,4
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
3.Чай сладкий			200,0			15,0	56,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
ИТОГО			450,0	10,66	17,89	61,88	453,4
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ОБЕД							
1.Суп фасолевый			250,0	7,13	4,32	31,23	198,07
фасоль	25,0	23,0		4,80	0,47	12,57	75,7
морковь	15,0	12,0		0,04	0,01	0,9	4,05
томат-пста	3,0	3,0		0,14		0,6	3,00
лук репчатый	10,0	8,0		0,14		0,90	4,1
масло растительное	2,0	2,0			2,00		18,0
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,44	0,02	13,22
картофель	100,00	70,00		2,00	0,40	16,30	80,00
2.Жаркое по домашнему			190,00	18,94	17,27	35,98	382,14
морковь	20,00	16,00		0,18		1,14	5,40
лук речатый	15,00	12,00		0,17		1,18	5,30
мясо говядина	102,00	72,00		14,28	6,99		119,95
картофель	300,00	240,00		4,00	0,80	32,60	160,00
масло сливочное	9,00	9,00		0,07	6,48	0,11	59,49
масло растительное	3,00	3,00			3,00		27,00
томат-паста	5,00	5,00		0,24		0,95	5,00
Помидор свежий	55,00	50,00	50,00	0,20		1,70	7,50
3.Кисель фруктовый с							
витамином "С"из брикета	30,00	30,00	200,00	0,36		32,40	134,69
сахар	5,00	5,00				4,99	37,69
4.Хлеб			90,00	6,34	0,96	35,78	182,90
хлеб пшеничный	40,00	40,00		3,04	0,36	18,68	92,40
хлеб ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			780,00	32,97	22,55	137,09	905,30
ПОЛДНИК							
Запеканка творожно-манная со							
сметанным соусом			194,60	16,55	14,96	23,84	296,95
творог 9% жирности	100,00	100,00					
сахар	10,00	10,00				9,98	37,90
масло растительное	4,60	4,60			2,00		18,00
крупа манная	10,00	10,00		0,63		3,90	18,90
сметана	15,00	15,00					
молоко цельное	50,00	50,00					
мука пшеничная	5,00	5,00					
яйца	0,12шт	4г					
3.Чай с молоком			200,00	4,20	4,80	22,02	143,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
молоко цельное	150,00	150,00		4,20	4,80	7,05	87,00
ИТОГО			394,60	20,75	19,76	45,86	440,80

Наименование блюд	Брутто	Нетто	Выход(в гр	Химический состав			Калорийность
Продукты (в гр)				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.Каша "Дружба"			200,00	7,59	8,90	41,09	277,05
рис	15,0	15,0		1,05	0,15	10,7	49,5
пшено	20,0	20,0		2,30	0,33	13,30	69,60
молоко цельное	150,0	150,0		4,20	4,80	7,05	87,00
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
сахар	10,00	10,00				9,98	37,90
2.Хлеб с маслом и сыром			60,0	5,42	10,51	18,81	194,50
хлеб	40,0	40,0		3,04	0,36	18,68	92,4
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
сыр российский	10,00	10,00		2,30	2,90		36,0
3.Чай сладкий			200,00			14,97	56,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
ИТОГО			460,0	13,01	19,41	74,87	528,40
фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ОБЕД							
1.Борщ со сметаной			250,00	4,32	3,86	25,56	156,4
капуста	60,00	48,00		0,86		2,59	13,44
картофель	100,00	70,00		2,00	0,40	16,30	80,00
томат-паста	3,00	3,00		0,11		0,35	1,89
свёкла	50,00	40,00		0,68		4,38	19,20
морковь	15,00	12,00		0,16	0,01	0,84	3,96
сметана	10,00	10,00	10,00	0,28	2,00	0,32	20,60
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,45	0,02	13,22
лук репчатый	10,00	8,00		0,22		0,76	4,10
2.Гуляш с гречневым гарниром			70,0/130,0	19,13	16,03	28,43	340,00
мясо говядина	102,00	72,00		14,28	6,99		119,95
лук репчатый	15,00	12,00		0,17		1,18	5,30
томат-паста	5,00	5,00		0,24		0,95	5,00
мука пшеничная	2,00	2,00		0,20	0,03	1,42	6,70
масло растительное	4,00	4,00			4,00		36,00
крупа гречневая	40,00	40,00		4,20	1,32	24,84	134,00
масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,69	0,04	33,05
огрурец свежий	35,00	30,00	30,00	0,21		0,39	2,45
3.Компот из сухофруктов с витамином"С"			200,00	0,33		22,23	88,42
сухофрукты	11,00	11,00		0,33		7,26	31,57
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
4.Хлеб			110,00	7,32	2,40	44,70	229,10
пшеничный	60,00	60,00		4,02	1,80	27,60	138,60
ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			800,00	31,31	22,29	121,31	816,38
ПОЛДНИК							
1.Вареники "ленивые" из творога со сметаной			140,00	14,93	13,95	24,48	282,30
творог	100,00	100,00		12,00	9,00	3,30	141,00
мука пшеничная	20,00	20,00		2,00	0,22	13,80	66,80
сахар	7,00	7,00				6,99	26,20
яйцо	6,00	5,00		0,63	0,57	0,04	7,90
масло сливочное	3,00	3,00		0,02	2,16	0,03	19,80
сметана	10,00	10,00		0,28	2,00	0,32	20,60
2.Сок фруктовый	100,00	100,00	100,00	0,50		9,10	38,00
ИТОГО			240,00	15,43	13,95	33,58	320,30
Итого за день пребывания в детском саду			1500,00	59,75	55,65	229,76	1665,08

Наименование блюд Продукты (в гр)	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав			Калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
Каша пшениная молочная с изюмом			200,00	7,82	9,41	37,30	263,40
пшено	30,0	30,0		3,45	0,99	19,9	104,4
изюм	7,5	7,5		0,13		5,30	20,00
сахар	5,0	5,0				4,99	18,95
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
молоко цельное	150,00	150,00		4,20	4,80	7,05	87,00
2.Хлеб с маслом			50,0	3,12	7,61	18,81	158,5
пшеничный	40,0	40,0		3,04	0,36	18,68	92,4
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,1	66,1
3.Чай сладкий			200,00			14,97	56,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ИТОГО			550,0	11,14	17,02	81,18	520,75
ОБЕД							
1.Салат витаминный			50,00	1,06	2,04	5,12	45,96
морковь	10,0	8,0		0,13	0,01	0,72	3,40
яблоко	10,0	8,0		0,03		0,1	3,68
свежая капуста	50,0	40,0		0,90	0,05	2,35	13,5
масло растительное	2,0	2,0			1,98		17,8
сахар	2,0	2,0				1,96	7,6
2.Суп на курином бульоне с вермишелью			250,00	8,36	7,37	21,51	190,56
вермишель	10,00	10,00		1,04	0,11	6,90	33,70
лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90	4,10
морковь	12,00	9,50		0,11		0,68	3,24
картофель	80,00	56,00		1,60	0,32	12,80	64,00
мясо кур	30,00	26,50		5,46	5,52	0,21	72,30
маслор сливочное	2,00	2,00		0,01	1,42	0,02	13,22
3.Биточки рыбные с картофельным пюре			75,0/140,0	20,83	12,20	24,24	293,95
рыба"минтай"	100,00	60,00		15,90	0,90		72,00
хлеб пшеничный	10,00	10,00		0,76	0,09	4,67	23,10
молоко цельное	50,00	50,00		1,40	1,60	2,35	29,00
яйцо	6,00	5,00		0,63	0,57	0,04	7,90
масло растительное	5,00	5,00			5,00		44,90
картофель	150,00	105,00		2,10	0,42	17,12	84,00
масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,06	33,05
4.Компот с витамином "С"			200,00	0,33		22,23	88,42
сухофрукты	11,00	11,00				7,26	31,57
сахар	15,00	15,00		0,33		14,97	56,85
5.Хлеб			90,00	6,34	0,96	35,78	182,90
пшеничный	40,00	40,00		3,04	0,36	18,68	92,40
ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			805,00	36,92	22,57	108,88	801,79
ПОЛДНИК							
1.Оладьи с маслом и сахар			140,00	8,22	12,01	42,23	311,25
мука пшеничная	50,00	50,00		5,15	0,55	34,50	167,00
масло растительное	5,00	5,00			5,00		44,90
яйцо	12,00	10,00		1,26	1,14	0,08	15,80
молоко цельное	50,00	50,00		1,40	1,60	2,35	29,00
дрожжи	3,00	3,00		0,37	0,10	0,25	2,55
масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,06	33,05
сахар	5,00	5,00				4,99	18,95
2.Кофе злак. с молоком			200,00	2,80	3,20	19,02	103,48
кофе злаковый	1,20	1,20					
молоко цельное	100,00	100,00		2,80	3,20	4,70	58,00
сахар	12,00	12,00				14,32	45,48
ИТОГО			340,00	11,02	15,21	61,25	414,73
Итого за день пребывания в детском саду			1695,00	59,08	54,80	251,31	1737,27

Наименование блюд	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав			Калорийность
Продукты (в гр)				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.Каша рисовая молочная			200,00	7,74	10,32	37,85	274,55
рис	30,0	30,0		2,10	0,30	21,4	99,0
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
сахар	7,0	7,0				6,99	26,50
молоко цельное	200,0	200,0		5,60	6,40	9,40	116,00
2.Хлеб с маслом			50,00	3,12	7,61	18,81	158,50
хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,04	0,4	18,7	92,4
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
3.Чай сладкий			200,0			14,97	56,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
ИТОГО			450,0	10,86	17,93	71,63	489,90
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ОБЕД							
1.Суп с клёцками со сметаной			250,0	22,57	9,58	33,62	243,58
мука пшеничная	20,0	20,0		2,06	0,22	13,80	66,8
картофель	100,0	70,0		2,00	0,40	16,3	80,00
лук репчатый	10,0	8,0		0,14		0,9	4,10
масло растительное	4,0	4,0			4,00		27,0
яйцо	12,0	10,0		1,24	0,57	0,03	10,5
сметана	10,00	10,00		0,28	2,00	0,32	20,60
молоко цельное	30,00	30,00		0,84	0,96	1,41	17,40
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,42	0,02	13,22
морковь	15,00	12,00		16,00	0,01	0,84	3,96
2.Капуста с мясом тушёная			190,00	19,54	15,90	15,85	284,36
мясо говядина	102,00	72,00		14,28	6,99		119,95
капуста свежая	250,00	200,00		4,50	0,25	11,75	67,50
масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,06	33,05
масло растительное	5,00	5,00			5,00		44,90
томат-паста	2,00	2,00		0,06		0,26	1,26
морковь	40,00	32,00		0,52	0,04	2,88	13,60
лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90	4,10
3.Кисель из сухофруктов с витамином "С"			200,00	0,49		29,15	112,75
сухофрукты	15,00	15,00		0,48		10,20	40,95
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
крахмал	5,00	5,00		0,01		3,98	14,95
4.Хлеб			110,00	7,32	2,40	44,70	229,10
пшеничный	60,00	60,00		4,02	1,80	27,60	138,60
ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			750,00	49,92	27,88	123,32	869,79
ПОЛДНИК							
1.Печенье сдобное	40,00	40,00	40,00	4,16	2,08	30,70	183,20
2.Кефир с сахаром	200,00	200,00	200,00	5,60	6,40	9,40	116,00
ИТОГО			340,00	9,76	8,48	40,10	299,20
Итого за день пребывания в детском саду			1540,00	70,54	54,29	235,05	1658,89

Наименование блюд	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав			Калорийность
Продукты (в гр)				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.Каша гречневая молочная			200,00	8,02	9,41	32,72	247,05
крупа гречневая	30,0	30,0		3,78	0,99	18,6	100,5
молоко цельное	150,0	150,0		4,20	4,80	7,05	87,00
сахар	7,0	7,0				6,99	26,50
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,05	33,05
2.Хлеб с маслом			50,00	3,12	7,61	18,81	158,50
хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,04	0,36	18,68	92,4
смасло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
3.Чай сладкий			200,0			14,97	56,85
чай	0,20	0,20					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
ИТОГО			450,0	11,14	17,02	66,50	462,40
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ОБЕД							
1.Свекольник на курином бульоне со сметаной			250,0	3,42	3,88	20,76	134,52
свёкла	80,0	64,0		1,09		4,80	25,6
картофель	80,0	56,0		1,60	0,32	12,80	64,00
лук репчатый	10,0	8,0		0,14		0,90	4,10
морковь	15,0	12,0		0,19	0,10	1,08	5,1
томат-паста	3,0	3,0		0,11	0,01	0,84	1,9
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,45	0,02	13,22
сметана	10,00	10,00	10,00	0,28	2,00	0,32	20,60
2.Кура отварная с рисовым гарниром			70,0/130,0	24,68	26,80	27,99	417,40
мясо куры	120,00	104,00		21,84	22,08	0,84	245,80
масло сливочное	6,00	6,00		0,04	4,32	0,07	39,60
рис	40,00	40,00		2,80	0,40	27,08	132,00
3.Сок фруктовый	150,00	150,00	150,00	0,75		13,65	57,00
4.Хлеб			110,00	7,32	2,40	44,70	229,10
пшеничный	60,00	60,00		4,02	1,80	27,60	138,60
ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			720,00	36,17	33,08	107,10	838,02
ПОЛДНИК							
1.Пирожок с сухофруктами и повидлом.			70,00	6,71	6,09	43,54	285,30
мука пшеничная	40,00	40,00		4,10	0,40	27,60	133,60
дрожжи	1,00	1,00		0,12		0,08	0,85
сахар	5,00	5,00				4,99	18,95
яйцо	12,00	10,00		1,24	0,57	0,03	10,50
масло сливочное	3,00	3,00		0,02	2,16	0,03	19,80
масло растительное	2,00	2,00			2,00		18,00
сухофрукты	10,00	10,00		0,30		6,60	28,70
повидло яблочное	15,00	15,00		0,09		2,80	37,50
молоко цельное	30,00	30,00		0,84	0,96	1,41	17,40
2.Чай сладкий с молоком			200,00	2,80	3,20	19,67	114,85
чай	0,30	0,30					
молоко цельное	100,00	100,00		2,80	3,20	4,70	58,00
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
ИТОГО			270,00	9,51	9,29	63,21	400,15
Итого за день пребывания в детском саду			1440,00	56,82	59,39	236,81	1700,57

Наименование блюд Продукты (в гр)	Брутто	Нетто	Выход(в гр)	Химический состав			Калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.Макароны отварные с маслом, тертым сыром и рубленым яйцом.			180,00	10,10	12,98	35,14	269,15
макароны	50,0	50,0		5,20	0,55	34,9	168,5
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	33,05
сыр российский	10,0	10,0		2,30	2,90		36,00
яйцо	25,0	20,0		2,52	2,28	0,16	31,60
2.Кофе - напиток с молоком.			200,00	2,80	3,20	19,67	114,85
злаковый кофе-напиток	1,2	1,2					
молоко цельное	100,0	100,0		2,80	3,20	4,70	58,0
сахар	15,0	15,0				15,0	56,85
3.Хлеб с маслом			50,00	3,12	7,61	18,81	158,5
хлеб пшеничный	40,00	40,00		3,04	0,36	18,68	92,4
масло сливочное	10,00	10,00		0,08	7,25	0,13	66,1
ИТОГО			430,0	16,02	23,79	73,62	542,50
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ОБЕД							
1.Суп-пюре геркулесовый			250,0	3,42	3,68	23,11	143,3
геркулес	10,0	10,0		1,10	0,62	5,01	30,5
морковь	13,00	10,00		0,03	0,01	0,72	3,40
картофель	100,00	70,00		2,00	0,40	16,30	80,00
лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90	4,10
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,65	0,02	15,00
сметана	5,00	5,00		0,14	1,00	0,16	10,30
2.Голубцы с мясом, рисом и подливой.			180,00	18,57	14,21	18,80	303,30
сметана	15,00	15,00		0,42	0,30	0,48	30,90
капуста свежая	150,00	120,00		2,16	0,12	5,54	32,40
мясо говядина	102,00	72,00		14,28	6,99		119,95
рис	10,00	10,00		0,70	0,10	7,14	33,00
лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90	4,10
томат-паста	5,00	5,00		0,24		0,95	5,00
мука пшеничная	5,00	5,00		0,50	0,06	3,55	16,70
масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,06	33,05
масло растительное	3,00	3,00			3,00		27,00
петрушка.укроп	5,00	5,00		0,09	0,02	0,18	1,20
3.Компот из сухофруктов с витамином"С"			200,00	0,33		22,23	88,42
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
сухофрукты	11,00	11,00		0,33		7,26	31,57
4.Хлеб			110,00	7,32	2,40	44,70	229,10
пшеничный	60,00	60,00		4,02	1,80	27,60	138,60
ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			740,00	29,64	20,29	108,84	764,12
ПОЛДНИК							
1.Вафля(с фруктовой начинкой)	40,00	40,00	40,00	1,28	1,12	32,04	140,00
2.Кефир с сахаром			210,00	5,60	6,40	18,18	149,90
кефир	200,00	200,00		5,60	6,40	8,20	112,00
сахар	10,00	10,00				9,98	37,90
ИТОГО			250,00	6,88	7,52	50,22	289,90
Итого за день пребывания в датском саду			1540,00	52,54	51,60	232,68	1596,52

Наименование блюд	Брутто	Нетто	Выход(в г)	Химический состав			Калорийность
Продукты (в гр)				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная			200,00	6,58	8,84	34,20	243,15
крупa ячневая	30,0	30,0		2,34	0,42	20,1	96,6
молоко цельное	150,0	150,0		4,20	4,80	7,05	87,00
сахар	7,0	7,0				6,99	26,50
масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,62	0,06	33,05
2.Батон с маслом			50,00	2,88	7,53	19,73	162,10
батон	40,0	40,0		2,80	0,3	19,6	96,0
масло сливочное	10,0	10,0		0,08	7,25	0,13	66,1
3.Кофе-напиток с молоком.			200,0	2,80	3,20	19,67	114,85
кофе злoкoвый	1,20	1,20					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
молоко цельное	100,00	100,00		2,80	3,20	4,70	58,0
ИТОГО			450,0	10,84	17,49	73,60	520,10
Фрукты свежие	110,00	100,00	100,0	0,20		10,10	42,00
ОБЕД							
1.Сельдь атлантическая с маслом и луком			45,00	5,84	4,05	0,90	64,6
сельдь	50,0	35,0		5,70	2,05		42,5
масло растительное	2,0	2,0			2,00		18,00
лук репчатый	10,0	8,0		0,14		0,9	4,10
2.Суп с рисом и томатом			250,0	3,03	2,16	25,76	139,2
картофель	100,0	70,0		2,00	0,40	16,30	80,0
рис	10,00	10,00		0,70	0,10	7,10	33,00
морковь	15,00	12,00		0,04	0,01	0,87	4,05
лук репчатый	10,00	8,00		0,14		0,90	4,10
томат-пата	3,00	3,00		0,14		0,57	3,00
масло сливочное	2,00	2,00		0,01	1,65	0,02	15,00
3.Биточки мясные с тушёной свёклой.			70,0/130,0	17,53	13,24	21,53	278,05
мясо говядина	102,00	72,00		14,28	6,99		119,95
хлеб пшеничный	15,00	15,00		1,18	0,15	7,20	35,80
лук репчатый	7,00	6,00		0,09		0,56	2,60
масло растительное	3,00	3,00			3,00		27,00
мука пшеничная	4,00	4,00		0,40	0,05	2,84	13,40
сахар	1,50	1,50				1,50	5,70
масло сливочное	4,00	4,00		0,02	3,00	0,03	29,90
свёкла	130,00	104,00		1,56	0,05	9,40	43,70
4.Сок фруктовый			150,00	0,75		13,65	57,00
5.Хлеб			110,00	7,32	2,40	44,70	229,10
пшеничный	60,00	60,00		4,02	1,80	27,60	138,60
ржаной	50,00	50,00		3,30	0,60	17,10	90,50
ИТОГО			755,00	34,47	21,85	106,54	767,90
ПОЛДНИК							
1.Блины с маслом,сахаром и сметаной			90,00	8,55	13,23	44,84	334,75
сметана	15,00	15,00	15,00	0,42	3,00	0,48	30,90
сахар	7,00	7,00				6,90	26,20
молоко цельное	60,00	60,00		1,68	1,92	2,82	34,80
масло сливочное	5,00	5,00		0,04	3,62	0,06	33,05
яйцо	12,00	10,00		1,26	1,14	0,08	15,80
масло растительное	3,00	3,00			3,00		27,00
мука пшеничная	50,00	50,00		5,15	0,55	34,50	167,00
2.Чай сладкий			200,00			14,97	56,85
чай	0,30	0,30					
сахар	15,00	15,00				14,97	56,85
ИТОГО			305,00	8,55	13,23	59,81	391,60
Итого за день пребывания в детском саду			1510,00	53,86	52,57	239,95	1679,60