МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	4,1	3,5	15,6	111,6
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	90	90	2.5	2.2	4.2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75.6	75.6	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	14.4	14.4	1.6	0.2	9.9	47,2
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	1.4	1.4	0	1.2	0	10,2
САХАР ПЕСОК	1.4	1.4	0	0	1.4	5,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			6,8	**8,1**	**44,3**	**277,2**
II Завтрак						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		150				
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (БАН. 3л)	150	150	0	0	0	0,0
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		180	2,2	3,2	16,6	105,2
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1.6	0.3	13.3	62,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3.6	3.6	0.3	0	2.3	11,0
МОРКОВЬ	9	7.2	0.1	0	0.5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4.3	3.6	0.1	0	0.3	1,5
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 650Г	12.2	10.8	0.1	0	0.2	1,4
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136.8	136.8	0	0	0	0,0
АЗУ		160	13,5	17,4	15,8	274,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
МЯСО ГОВЯДИНЫ (БЕСКОСТНОЕ)	84.3	63.3	11.4	9.8	0	133,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	7.5	7.5	0	7.3	0	65,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11.2	9.6	0.1	0	0.8	3,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2.2	2.2	0.1	0	0.4	2,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1.6	1.6	0.2	0	1.1	5,1
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 650Г	16	9.6	0.1	0	0.2	1,2

КАРТОФЕЛЬ	120	84.1	1.6	0.3	13.3	62,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	15,0	62,9
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	40.6	36	0.1	0.1	3.4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154.8	154.8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			21,9	**21,2**	**87,5**	**632,0**
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		200				
ВАРЕНЕЦ 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	200	200	0	0	0	0,0
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ		70	3,2	2,8	18,8	113,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	28.1	28.1	2.9	0.4	19	91,1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1.9	7,8
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	0.8	0.8	0	0.7	0	5,8
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.4	0.4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ ГРАНУЛИРОВАННЫЕ	0.8	0.8	0.1	0	0	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13.1	13.1	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1.3	1.3	0.1	0	0.9	4,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45.2	36	0.6	0	1.6	9,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	2.2	2.2	0	2.1	0	19,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.07 шт.	3.2	0.4	0.4	0	4,9
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.4	0.4	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.2	0.2	0	0.2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1.4	0.2	0.2	0	2,1
			3,2	**2,8**	**18,8**	**113,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**31,9**	**32,1**	**150,6**	**1 022,6**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ		130	1,6	8,3	11,8	127,9
МОРКОВЬ	81.1	65.5	0.9	0.1	4.4	22,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	8.3	8.3	0	8.1	0	72,4
РИС В/С	10.4	10.3	0.7	0.1	7.4	33,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43.7	43.7	0	0	0	0,0
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ		40	5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40.25	4.9	4.5	0.3	61,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			9,4	**17,5**	**40,8**	**356,5**
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		180	1,9	3,1	11,9	83,5
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14.4	0.3	0	0.7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	88	61.6	1.2	0.2	9.7	46,0
МОРКОВЬ	9	7.2	0.1	0	0.5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 650Г	8.6	5.8	0.2	0	0.4	2,2
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136.8	136.8	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		60	6,9	7,1	8,8	126,5
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ	69.2	34.6	5.3	0.3	0	24,2
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	10.8	10.8	0.8	0.1	5.2	24,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15.6	15.6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 200Г	6	6	0.8	0	3.6	17,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	6.9	6.9	0	6.7	0	60,1
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ		120	5,1	4,3	30,5	180,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	46.2	46.2	5.1	0.6	30.5	147,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	83.1	83.1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.2	1.2	0	0	0	0,0

МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4.6	4.6	0	3.7	0	33,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		15	0,3	1,5	1,1	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13.5	13.5	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.6	0.6	0	0.6	0	5,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0.6	0.6	0.1	0	0.4	1,9
МОРКОВЬ	1.2	0.9	0	0	0.1	0,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0.4	0.3	0	0	0	0,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1.5	1.5	0.1	0	0.3	1,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.3	0.3	0	0.3	0	2,6
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.2	0.2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0.3	0.3	0	0	0.3	1,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) 1 СОРТ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
			20,3	**16,5**	**104,0**	**645,1**
Полдник						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	1,4	1,1	12,3	64,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0.9	0.9	0.1	0	0.5	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154.8	154.8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9.7	38,7
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	45	45	1.3	1.1	2.1	23,6
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		60	4,3	4,0	32,7	158,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31.5	31.5	3.3	0.4	21.3	102,0
САХАР ПЕСОК	2.2	2.2	0	0	2.1	8,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.2	3.2	0	2.5	0	23,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.08 шт.	3.3	0.4	0.4	0	5,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.4	0.4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ ГРАНУЛИРОВАННЫЕ	1	1	0.1	0	0	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8.5	8.5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1.4	1.4	0.2	0	1	4,6
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	10	0	0	6.4	25,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.2	0.2	0	0.2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1.3	0.2	0.1	0	1,9
			5,7	**5,1**	**45,0**	**222,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**35,4**	**39,1**	**189,8**	**1 224,2**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГАЛУШКИ ТВОРОЖНЫЕ СО СМЕТАНОЙ		150/15	13,0	7,0	25,0	222,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ (ВЕС,)	58	58	10.1	5	1.6	95,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	22.5	22.5	2.3	0.3	15.2	72,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7.8	30,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2.01	0.3	0.2	0	3,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ 200Г	10	10	0.3	1.5	0.4	20,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			15,7	**11,6**	**53,7**	**387,6**
Обед						
СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ		180	1,8	3,1	10,5	77,1
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	14.4	14.4	1.6	0.2	9.5	46,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2.2	2.2	0.1	0	0.4	2,1
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		140	10,6	13,8	12,7	217,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	134	107.2	1.8	0.1	4.9	29,1
МЯСО ГОВЯДИНЫ (БЕСКОСТНОЕ)	58.1	43.6	7.9	6.8	0	92,2
РИС В/С	9.4	9.3	0.7	0.1	6.7	30,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16.8	14	0.2	0	1.1	5,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	7	7	0	6.8	0	61,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.4	1.4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	15,0	62,9
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	40.6	36	0.1	0.1	3.4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154.8	154.8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5

			18,6	**17,5**	**78,3**	**547,4**
Полдник						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		200				
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (БАН. 3л)	200	200	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ	30	30	2.3	2.9	22.3	125,1
			2,3	**2,9**	**22,3**	**125,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**36,6**	**32,0**	**154,3**	**1 060,1**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		180	5,4	7,2	24,1	182,8
КРУПА МАННАЯ	26.8	26.8	2.7	0.3	18.3	85,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58.1	58.1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	88.2	88.2	2.5	2.1	4.1	46,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.7	0.7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3.5	3.5	0	0	3.4	13,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5.8	5.8	0	4.7	0	42,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			8,1	**11,8**	**52,8**	**348,4**
II Завтрак						
СВЕЖИЕ ФРУКТЫ		50	0,5	0,2	7,4	33,6
БАНАН	50	35	0.5	0.2	7.4	33,6
			0,5	**0,2**	**7,4**	**33,6**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ		180	2,6	2,1	13,8	84,2
КАРТОФЕЛЬ	108.5	81.4	1.6	0.3	12.9	60,8
МОРКОВЬ	9	7.2	0.1	0	0.5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	2.2	2.2	0	1.7	0	16,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129.6	129.6	0	0	0	0,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		130	13,5	18,3	23,1	310,8
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.4	1.4	0	0	0	0,0
МЯСО ПТИЦЫ (ЦЫПЛЕНОК БРОЙЛЕР) ТУШКА, ОХЛАЖДЕННОЕ	71.1	63.3	11.2	11.3	0	146,2
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	6.9	6.9	0	6.7	0	60,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7.8	6.9	0.1	0	0.6	2,7
МОРКОВЬ	8.7	6.9	0.1	0	0.5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1.7	1.7	0.1	0	0.3	1,6
РИС В/С	30.3	30.3	2	0.3	21.7	97,9

СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ		40	0,5	2,7	4,0	42,8
СВЕКЛА	34.4	27.1	0.4	0	2.3	11,1
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	11.1	7.7	0	0	0.8	3,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	1.6	1.6	0	1.3	0	11,6
САХАР ПЕСОК	0.9	0.9	0	0	0.9	3,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0.6	0.6	0.1	0	0.4	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ 200Г	1.7	1.7	0	0.3	0.1	3,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.1	0.1	0	0	0	0,0
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	1.6	1.6	0	1.3	0	11,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) 1 СОРТ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
			22,7	**23,6**	**92,6**	**673,8**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15			15,7	62,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.4	6.4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145.9	145.9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16.2	16.2	0	0	15.7	62,7
ОЛАДЬИ		75	5,3	9,0	28,8	217,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40.3	40.3	4.3	0.5	27.4	130,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.05 шт.	2.1	0.3	0.2	0	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40.3	40.3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ ГРАНУЛИРОВАННЫЕ	1	1	0.1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	1.3	1.3	0	0	1.3	5,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.8	0.8	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	3.75	3.75	0	3.6	0	32,7
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4.69	4.69	0	3.8	0	34,0
			5,3	**9,0**	**44,5**	**280,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**36,6**	**44,6**	**197,3**	**1 335,9**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	3,6	6,5	22,8	163,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	39.6	38.81	3.6	0.9	22.7	112,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124.6	124.6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.8	1.8	0	0	0	0,0
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	7	7	0	5.6	0.1	50,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			6,3	**11,1**	**51,5**	**329,3**
II Завтрак						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		150				
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (БАН. 3л)	150	150	0	0	0	0,0
Обед						
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ		180	1,1	2,9	5,2	52,3
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	36	28.8	0.4	0	2.4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14.4	0.3	0	0.7	3,9
ФАСОЛЬ КРАСНАЯ	8	7.2	0.2	0	0.2	1,6
МОРКОВЬ	4.3	3.6	0	0	0.2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2.2	2.2	0.1	0	0.4	2,1
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
САХАР ПЕСОК	0.7	0.7	0	0	0.7	2,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		60	6,6	6,7	8,6	120,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ	69.2	34.6	5.3	0.3	0	24,2
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	9.4	9.4	0.7	0.1	4.6	21,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10.8	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4.8	4.8	0.5	0.1	3.3	15,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	6.4	6.4	0	6.2	0	55,8

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,5	4,3	16,3	113,4
КАРТОФЕЛЬ	136.6	102.4	1.9	0.4	16.2	76,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	19.2	18.4	0.5	0.5	0.9	9,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4	4	0	3.2	0	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		70	5,3	0,4	35,1	165,8
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	70	70	5.3	0.4	35.1	165,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) 1 СОРТ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
			15,5	**14,3**	**76,8**	**498,4**
Полдник						
КАКАО С МОЛОКОМ		180	1,8	1,5	19,9	98,9
КАКАО-ПОРОШОК	1.1	1.1	0.3	0.2	0.1	3,1
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	50	50	1.5	1.3	2.3	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153.9	153.9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17.5	69,6
СУХАРИ СДОБНЫЕ		50	4,3	5,4	33,4	199,5
СУХАРИ СДОБНЫЕ	50	50	4.3	5.4	33.4	199,5
			6,1	**6,9**	**53,3**	**298,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**27,9**	**32,3**	**181,6**	**1 126,1**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		180	4,5	7,3	25,1	185,1
РИС В/С	26.8	26.8	1.8	0.3	19.2	86,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61.6	61.6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	91.8	91.8	2.6	2.2	4.3	48,1
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.7	0.7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3.5	3.5	0	0	3.4	13,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5.8	5.8	0	4.7	0	42,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			7,2	**11,9**	**53,8**	**350,7**
II Завтрак						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		150				
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (БАН. 3л)	150	150	0	0	0	0,0
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ		180	2,7	2,1	19,1	105,8
КАРТОФЕЛЬ	60.5	45.4	0.9	0.2	7.2	34,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	18.37	18	1.6	0.4	10.6	52,4
МОРКОВЬ	11.5	8.6	0.1	0	0.6	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10.8	8.6	0.1	0	0.7	3,4
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	1.8	1.8	0	1.5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		60	6,1	3,2	2,8	65,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.3	0.3	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ	75.6	37.8	5.8	0.3	0	26,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11.4	11.4	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	13.8	10.8	0.1	0	0.7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	4.8	0.1	0	0.4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2.4	2.4	0.1	0	0.5	2,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	3	3	0	2.9	0	26,2

САХАР ПЕСОК	1.2	1.2	0	0	1.2	4,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,5	4,3	16,3	113,4
КАРТОФЕЛЬ	136.6	102.4	1.9	0.4	16.2	76,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	19.2	18.4	0.5	0.5	0.9	9,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4	4	0	3.2	0	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	15,0	62,9
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	40.6	36	0.1	0.1	3.4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154.8	154.8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			17,5	**10,2**	**93,3**	**536,8**
Полдник						
РЯЖЕНКА		180	5,4	1,8	7,6	71,9
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ 500Г	185.4	180	5.2	4.5	7.6	97,2
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		70	4,6	8,7	39,1	252,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44.9	44.9	4.7	0.6	30.5	145,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2.4	2.4	0.3	0	1.6	7,8
САХАР ПЕСОК	7.7	7.7	0	0	7.5	29,8
САХАР ПЕСОК	2.2	2.2	0	0	2.1	8,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	10.4	10.4	0.1	8.3	0.1	75,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1.7	0.2	0.2	0	2,6
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.4	0.4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ ГРАНУЛИРОВАННЫЕ	1.3	1.3	0.2	0	0	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.7	0.7	0	0.7	0	6,1
			10,0	**10,5**	**46,7**	**323,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**34,7**	**32,6**	**193,8**	**1 211,4**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		180	6,5	7,8	31,5	222,6
ПШЕНО	34.8	34.8	3.9	0.9	23.8	118,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58.1	58.1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	91.8	91.8	2.6	2.2	4.3	48,1
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.7	0.7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3.5	3.5	0	0	3.4	13,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5.8	5.8	0	4.7	0	42,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			9,2	**12,4**	**60,2**	**388,2**
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		180	1,7	3,0	12,2	83,8
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	36	28.8	0.4	0	2.4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14.4	0.3	0	0.7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0.7	0.1	5.5	26,2
МОРКОВЬ	9.4	7.2	0.1	0	0.5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2.2	2.2	0.1	0	0.4	2,1
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
САХАР ПЕСОК	2.2	2.2	0	0	2.1	8,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	9,7	10,5	8,8	167,5
МЯСО ГОВЯДИНЫ (БЕСКОСТНОЕ)	59.2	44.4	8.1	6.9	0	93,9
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	10.8	10.8	0.8	0.1	5.2	24,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14.4	14.4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 200Г	6	6	0.8	0	3.6	17,4
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	3.6	3.6	0	3.5	0	31,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	4,7	4,6	29,5	176,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	51.33	50.3	4.7	1.2	29.5	146,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76.2	76.2	0	0	0	0,0

СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.1	1.1	0	0	0	0,0
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4.2	4.2	0	3.4	0	30,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		15	0,3	1,5	1,1	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13.5	13.5	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.6	0.6	0	0.6	0	5,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0.6	0.6	0.1	0	0.4	1,9
МОРКОВЬ	1.2	0.9	0	0	0.1	0,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0.4	0.3	0	0	0	0,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1.5	1.5	0.1	0	0.3	1,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.3	0.3	0	0.3	0	2,6
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.2	0.2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0.3	0.3	0	0	0.3	1,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) 1 СОРТ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
			22,5	**20,1**	**103,3**	**682,5**
Полдник						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	1,6	1,3	13,6	71,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1	1	0.1	0	0.5	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11.1	11.1	0	0	10.8	43,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	50	50	1.5	1.3	2.3	26,2
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ		60	3,0	1,3	21,1	107,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25.5	25.5	2.7	0.3	17.3	82,6
САХАР ПЕСОК	1.7	1.7	0	0	1.6	6,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	0.7	0.7	0	0.6	0	5,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.4	0.4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ ГРАНУЛИРОВАННЫЕ	0.7	0.7	0.1	0	0	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11.9	11.9	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1.1	1.1	0.1	0	0.8	3,6
КАРТОФЕЛЬ	32.4	24.3	0.5	0.1	3.9	18,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.4	7	0.1	0	0.6	2,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.1	0.1	0	0.1	0	0,9
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.3	0.3	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	0.2	0.2	0	0.2	0	1,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1.2	0.2	0.1	0	1,8
			4,6	**2,6**	**34,7**	**179,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**36,3**	**35,1**	**198,2**	**1 249,9**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ		130/20	23,1	11,8	21,1	288,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ (ВЕС,)	123.1	121.3	21.1	10.6	3.5	198,9
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.2	1.2	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	8.7	8.7	0.9	0.1	5.9	27,7
САХАР ПЕСОК	8.7	8.7	0	0	8.4	33,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3.1	0.4	0.4	0	4,8
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	3.5	3.5	0	3.4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 200Г	5.2	5.2	0.7	0	3.1	15,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ 200Г	5.2	5.2	0.1	0.8	0.2	10,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200/10			12,9	51,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.8	6.8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13.3	13.3	0	0	12.9	51,5
			25,8	**16,4**	**51,1**	**459,4**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		180	4,6	3,3	17,5	119,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	88	61.6	1.2	0.2	9.7	46,0
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	14.4	14.4	3.2	0.2	6.7	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
МОРКОВЬ	9	7.2	0.1	0	0.5	2,4
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129.6	129.6	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		60	6,6	6,7	8,6	120,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.5	0.5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ	69.2	34.6	5.3	0.3	0	24,2
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	9.4	9.4	0.7	0.1	4.6	21,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10.8	8.4	0.1	0	0.7	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4.8	4.8	0.5	0.1	3.3	15,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	6.4	6.4	0	6.2	0	55,8
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,7	6,3	32,8	203,0

РИС В/С	54	54	3.7	0.5	38.8	174,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.5	1.5	0	0	0	0,0
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	7	7	0	5.6	0.1	50,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,6	0,4	30,1	142,1
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	60	60	4.6	0.4	30.1	142,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	15,0	62,9
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	40.6	36	0.1	0.1	3.4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154.8	154.8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			19,6	**16,8**	**104,0**	**647,6**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15			15,7	62,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.4	6.4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145.9	145.9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16.2	16.2	0	0	15.7	62,7
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ	30	30	2.3	2.9	22.3	125,1
			2,3	**2,9**	**38,0**	**187,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**47,7**	**36,1**	**193,1**	**1 294,8**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		180	5,7	8,5	23,7	194,6
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26.8	26.8	3.2	1.6	16.1	91,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121.6	121.6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	90.6	90.6	2.5	2.2	4.2	47,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.7	0.7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3.5	3.5	0	0	3.4	13,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5.8	5.8	0	4.7	0	42,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			8,4	**13,1**	**52,4**	**360,2**
II Завтрак						
СВЕЖИЕ ФРУКТЫ		50	0,1	0,1	3,4	16,5
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	39.77	35	0.1	0.1	3.4	16,5
			0,1	**0,1**	**3,4**	**16,5**
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ		180	2,3	3,5	11,2	85,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14.6	14.6	1.6	0.2	9.9	47,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0.7	0.7	0.1	0	0.5	2,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.1 шт.	3.9	0.5	0.4	0	5,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3.3	3.3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.4	0.4	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	9.2	7.2	0.1	0	0.5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.5	7.2	0.1	0	0.6	2,9
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.8	1.8	0	0	0	0,0
ПТИЦА ОТВАРНАЯ		60	11,5	11,6	0,2	152,0
МЯСО ПТИЦЫ (ЦЫПЛЕНОК БРОЙЛЕР) ТУШКА, ОХЛАЖДЕННОЕ	87.2	65.4	11.5	11.6	0	151,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3.6	2.4	0	0	0.2	1,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120	2,8	3,3	12,1	91,0

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	172	137.6	2.4	0.1	6.3	37,3
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4	4	0	3.2	0	29,0
МОРКОВЬ	3	2.4	0	0	0.2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5.6	4.8	0.1	0	0.4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2.9	2.9	0.1	0	0.6	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1.6	1.6	0.2	0	1.1	5,1
САХАР ПЕСОК	3.6	3.6	0	0	3.5	14,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.2	1.2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			11,6	46,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) 1 СОРТ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
			22,7	**18,9**	**75,2**	**564,5**
Полдник						
КАКАО С МОЛОКОМ		180	1,8	1,5	14,0	75,8
КАКАО-ПОРОШОК	1.1	1.1	0.3	0.2	0.1	3,1
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	50	50	1.5	1.3	2.3	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	1,1	4,2	7,5	72,9
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	15	15	1.1	0.1	7.5	35,5
			2,9	**5,7**	**21,5**	**148,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**34,1**	**37,8**	**152,5**	**1 089,9**

МДОУ№ 5

Утверждаю
Заведующая
Клинчаева Е.С.

МЕНЮ

Сад 9 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		180	5,3	7,2	24,0	182,1
КРУПА МАННАЯ	26.7	26.7	2.7	0.3	18.3	85,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58.1	58.1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ЦЕЛЬНОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ 1Л	88.3	88.3	2.5	2.1	4.1	46,3
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.7	0.7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3.5	3.5	0	0	3.4	13,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5.8	5.8	0	4.7	0	42,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	5	5	0	4.1	0	37,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 420Г	40	40	2.6	0.4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			11,6	46,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.5	6.5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131.4	131.4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			8,0	**11,8**	**52,7**	**347,7**
II Завтрак						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		150				
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (БАН. 3л)	150	150	0	0	0	0,0
Обед						
СУП РИСОВЫЙ		180	1,0	1,6	8,7	52,3
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	1.6	1.6	0	0	0	0,0
РИС В/С	10.8	10.8	0.8	0.1	7.8	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8.6	7.2	0.1	0	0.6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1.4	1.4	0.1	0	0.3	1,4
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	1.8	1.8	0	1.5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	12,0	17,9	25,0	309,4
МЯСО ГОВЯДИНЫ (БЕСКОСТНОЕ)	64	48	8.6	7.5	0	101,5
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	2.4	2.4	0	2.3	0	21,0
КАРТОФЕЛЬ	185.6	139.2	2.7	0.6	22	104,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13.2	10.8	0.2	0	0.9	4,3
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	2.4	2.4	0	2.3	0	21,0

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	2.4	2.4	0	2.3	0	21,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 200Г	3.6	3.6	0.5	0	2.1	10,5
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	3.6	3.6	0	2.9	0	26,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	6,1	0,5	40,1	189,5
ХЛЕБ БЕЛО-ПШЕНИЧНЫЙ 640Г	80	80	6.1	0.5	40.1	189,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	15,0	62,9
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	40.6	36	0.1	0.1	3.4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154.8	154.8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11.6	46,5
			19,2	**20,1**	**88,8**	**614,1**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15			15,7	62,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ 100Г	0.1	0.1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6.4	6.4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145.9	145.9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16.2	16.2	0	0	15.7	62,7
ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ		70/15	5,2	8,5	36,5	243,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37.5	37.5	4	0.5	25.4	121,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1.9	0.2	0.2	0	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37.5	37.5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ ГРАНУЛИРОВАННЫЕ	1.1	1.1	0.1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	1.3	1.3	0	0	1.3	5,0
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ПОВАРЕННАЯ	0.6	0.6	0	0	0	0,0
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 920Г	3.5	3.5	0	3.4	0	30,6
МАСЛО КРЕСТЬЯНСКОЕ СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 200Г	4.4	4.4	0	3.5	0	31,9
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	14	14	0.1	0	8.9	36,1
			5,2	**8,5**	**52,2**	**306,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**32,4**	**40,4**	**193,7**	**1 267,8**