



Составлено: руководитель ЦРР-№ 176
Добромыслова И.А.

МЕНЮ
1-3 лет
1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая		150	4,1	5,9	15,4	140,0
Чай с молоком		150	2,2	1,8	9,5	67,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
Сыр (порциями)		10	2,3	3,0	0,0	36,0
			12,0	17,5	43,0	388,0
2 Завтрак						
Сок фруктовый		100	0,0	0,0	10,2	44,0
			0,0	0,0	10,2	44,0
Обед						
Суп с макаронными изделиями и курой		150	4,6	4,7	9,5	103,0
Плов с мясом		160	8,4	17,3	33,0	338,0
Напиток из плодов сушеных (яблоки)		180	0,3	0,0	28,8	118,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			15,3	22,4	81,3	611,0
Уплотненный полдник						
Омлет натуральный с зеленым горошком		150/20	12,2	12,7	4,8	203,0
Чай с низким содержанием сахара		180	0,1	0,0	5,4	22,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
Яблоко		130	0,5	0,5	12,7	61,0
			15,4	14,2	40,9	378,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,7	54,1	175,4	1 421,0



МЕНЮ
1-3 лет

1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая		150	3,8	5,1	16,7	137,0
Какао с молоком		150	2,6	2,0	11,0	77,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
			9,8	13,9	45,8	359,0
2 Завтрак						
Компот из сежих плодов (яблоки)		150	0,1	0,1	11,9	50,0
			0,1	0,1	11,9	50,0
Обед						
Суп картофельный с клецками и курой		150	5,9	4,3	17,4	143,0
Печень по-строгановски		60	8,0	6,0	4,5	111,0
Каша гречневая рассыпчатая		110	5,5	3,1	24,9	151,0
Напиток из изюма		180	0,4	0,1	19,0	79,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			21,8	13,9	75,8	536,0
Уплотненный полдник						
Рагу из овощей с мясом		160	8,0	17,1	16,4	270,0
Чай с сахаром		180	0,1	0,0	13,6	55,0
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,6	10,3	52,0
Пирог Манник		50	2,8	7,7	24,3	179,0
			12,4	25,4	64,6	556,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,1	53,3	198,1	1 501,0

С.Р. № 176
Химический состав

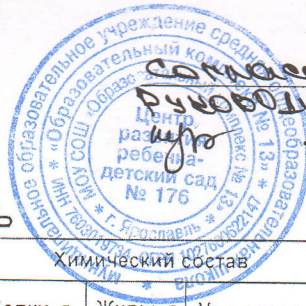


МЕНЮ
1-3 лет
1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ



480-50 1/2
4.8.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша ячневая молочная жидкая		150	3,8	5,2	15,9	134,0
Чай с молоком		150	2,2	1,8	9,5	67,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
Сыр (порциями)		10	2,3	3,0	0,0	36,0
			11,7	16,8	43,5	382,0
2 Завтрак						
Кефир		150	4,4	4,8	6,0	89,0
			4,4	4,8	6,0	89,0
Обед						
Свекольник со сметаной		150	1,5	3,5	8,9	75,0
Суфле из рыбы		60	12,5	7,3	4,7	144,0
Картофельное пюре		110	2,5	3,7	14,9	109,0
Напиток из смеси сухофруктов		180	0,5	0,1	17,9	75,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			19,0	15,0	56,4	455,0
Уплотненный полдник						
Пудинг творожный с соусом молочным сладким		150/20	22,8	14,1	27,4	356,0
Чай с низким содержанием сахара		180	0,1	0,0	5,4	22,0
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,9	15,4	79,0
Яблоко		130	0,5	0,5	12,7	61,0
			25,7	15,5	60,9	518,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,8	52,1	166,8	1 444,0



Сотруднику: *Сотруднику: Буцковичу И.А. № 99-89 № 176*
 Детский сад № 176
 г. Ярославль

МЕНЮ
1-3 лет
1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход *		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша пшеничная молочная жидкая		150	4,5	5,6	19,1	153,0
Кофейный напиток на молоке		150	3,4	2,5	18,7	117,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,9	15,4	79,0
			11,0	14,8	53,3	402,0
2 Завтрак						
Сок фруктовый		100	0,0	0,0	10,2	44,0
			0,0	0,0	10,2	44,0
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		150	1,4	3,5	5,9	63,0
Гуляш из птицы		60	11,6	2,8	3,2	88,0
Макаронные изделия отварные		110	4,1	2,1	26,4	143,0
Напиток из плодов сушеных (яблоки)		180	0,3	0,0	28,8	118,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			19,4	8,8	74,3	464,0
Уплотненный полдник						
Жаркое по-домашнему с мясом		160	6,3	14,6	20,2	250,0
Чай с сахаром		180	0,1	0,0	13,6	55,0
Хлеб пшеничный		40	3,0	1,2	20,6	105,0
Печенье		20	3,0	8,6	27,8	200,0
			12,4	24,4	82,2	610,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,8	48,0	220,0	1 520,0



МЕНЮ
1-3 лет
2 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ

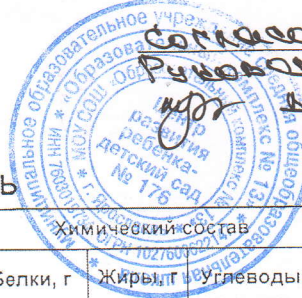
Самодованко
Руководитель
Соборкина

УРР-№ 1
с.г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая		150	4,1	5,9	15,4	140,0
Чай с молоком		150	2,2	1,8	9,5	67,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
			9,7	14,5	43,0	352,0
2 Завтрак						
Сок фруктовый		100	0,0	0,0	10,2	44,0
			0,0	0,0	10,2	44,0
Обед						
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)		150	3,4	2,3	11,0	79,0
Гуляш мясной		60	6,1	16,4	2,7	202,0
Макаронные изделия отварные		110	4,1	2,1	26,4	143,0
Напиток из смеси сухофруктов		180	0,5	0,1	17,9	75,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			16,1	21,3	68,0	551,0
Уплотненный полдник						
Пудинг творожный с соусом молочным сладким		150/20	22,8	14,1	27,4	356,0
Чай с низким содержанием сахара		180	0,1	0,0	5,4	22,0
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,6	10,3	52,0
Яблоко		130	0,5	0,5	12,7	61,0
			24,9	15,2	55,8	491,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,7	51,0	177,0	1 438,0



МЕНЮ
1-3 лет
2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ



Солдатово
Руководитель
И.А.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша ячневая молочная жидкая		150	3,8	5,2	15,9	134,0
Какао с молоком		150	2,6	2,0	11,0	77,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
			9,8	14,0	45,0	356,0
2 Завтрак						
Компот из сежих плодов (яблоки)		150	0,1	0,1	11,9	50,0
			0,1	0,1	11,9	50,0
Обед						
Рассольник ленинградский с перловой крупой, и сметаной		150	1,7	3,6	10,6	84,0
Гуляш из птицы		60	11,6	2,8	3,2	88,0
Каша гречневая рассыпчатая		110	5,5	3,1	24,9	151,0
Напиток из изюма		180	0,4	0,1	19,0	79,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			21,2	10,0	67,7	454,0
Уплотненный полдник						
Рагу из овощей с мясом		160	8,0	17,1	16,4	270,0
Чай с сахаром		180	0,1	0,0	13,6	55,0
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,6	10,3	52,0
Пирог Манник		50	2,8	7,7	24,3	179,0
			12,4	25,4	64,6	556,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,5	49,5	189,2	1 416,0



МЕНЮ

1-3 лет

2 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ



Смирнова
руководитель
14.12.17
14.12.17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша молочная пшеничная жидкая		150	4,0	5,2	16,8	138,0
Чай с молоком		150	2,2	1,8	9,5	67,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
Сыр (порциями)		10	2,3	3,0	0,0	36,0
			11,9	16,8	44,4	386,0
2 Завтрак						
Сок фруктовый		100	0,0	0,0	10,2	44,0
			0,0	0,0	10,2	44,0
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем, курой		150	4,2	4,6	7,9	94,0
Суфле из рыбы		60	12,5	7,3	4,7	144,0
Картофельное пюре		110	2,5	3,7	14,9	109,0
Напиток из плодов сушеных (яблоки)		180	0,3	0,0	28,8	118,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			21,5	16,0	66,3	517,0
Уплотненный полдник						
Омлет натуральный с зеленым горошком		150/20	12,2	12,7	4,8	203,0
Чай с низким содержанием сахара		180	0,1	0,0	5,4	22,0
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,6	10,3	52,0
Пряник		60	3,5	2,8	45,0	220,0
			17,3	16,1	65,5	497,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,7	48,9	186,4	1 444,0



МЕНЮ
1-3 лет
2 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ



Составлено
Ручновым И.А.
Цир
Заведующая
Кур. № 2/176
С.А.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая		150	3,8	5,1	16,7	137,0
Масло сливочное (порциями)		8	0,8	5,8	0,1	53,0
Кофейный напиток на молоке		150	3,4	2,5	18,7	117,0
Хлеб пшеничный		35	2,6	1,0	18,0	92,0
			10,6	14,4	53,5	399,0
2 Завтрак						
Кефир		150	4,4	4,8	6,0	89,0
			4,4	4,8	6,0	89,0
Обед						
Суп картофельный с яйцом		150	3,9	4,3	12,1	106,0
Бефстроганов из мяса		60	6,1	16,8	2,3	205,0
Рис отварной		110	2,7	3,1	28,5	156,0
Напиток из кураги		180	0,5	0,0	12,6	53,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,0
			15,2	24,6	65,5	572,0
Уплотненный полдник						
Пудинг творожный с соусом молочным сладким		150/20	22,8	14,1	27,4	356,0
Чай с сахаром		180	0,1	0,0	13,6	55,0
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,6	10,3	52,0
Яблоко		130	0,5	0,5	12,7	61,0
			24,9	15,2	64,0	524,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,1	59,0	189,0	1 584,0



Составлено:
 Руководитель УАР. Д. В. 176
 Ветровниа С. В.

МЕНЮ
 1-3 лет
 2 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход					Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша ячневая молочная жидкая	150		3,8	5,2	15,9	134,0
Чай с сахаром	150		0,1	0,0	11,3	45,0
Масло сливочное (порциями)	8		0,8	5,8	0,1	53,0
Хлеб пшеничный	35		2,6	1,0	18,0	92,0
Яйца вареные	40		4,8	4,1	0,3	63,0
			12,1	16,1	45,6	387,0
2 Завтрак						
Компот из сежих плодов (яблоки)	150		0,1	0,1	11,9	50,0
			0,1	0,1	11,9	50,0
Обед						
Суп картофельный с пшеном и курой	150		9,1	6,2	36,5	242,0
Жаркое по-домашнему с мясом	160		6,3	14,6	20,2	250,0
Напиток из смеси сухофруктов	180		0,5	0,1	17,9	75,0
Хлеб ржаной	30		2,0	0,4	10,0	52,0
			17,9	21,3	84,6	619,0
Уплотненный полдник						
Макаронник	200		10,2	10,0	57,0	367,0
Кисель плодово-ягодный	180		0,0	0,0	18,0	72,0
Хлеб пшеничный	20		1,5	0,6	10,3	52,0
Сыр (порциями)	10		2,3	3,0	0,0	36,0
			14,0	13,6	85,3	527,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,1	51,1	227,4	1 583,0