

День: понедельник

Неделя: первая

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>44</b>	<b>Омлет с зелёным горошком</b>					<b>90</b>	<b>120</b>
	Яйца	0,9	36	1,2	48		
	Молоко	36	36	48	48		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Горошек зелёный	29	18	39	25		
<b>6</b>	<b>Кофейный напиток с молоком</b>					<b>180</b>	<b>180</b>
	Кофейный напиток	2,85	2,85	3,4	3,4		
	Сахар	6	6	6	6		
	молоко	90	90	90	90		
<b>2</b>	<b>Бутерброд с сыром</b>					<b>40</b>	<b>55</b>
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
<b>91</b>	<b>Икра кабачковая</b>	<b>42</b>	<b>40</b>	<b>52</b>	<b>50</b>	<b>40</b>	<b>50</b>
	<b>10-00</b>						
<b>75</b>	<b>Фрукты или ягоды свежие</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
	<b>ОБЕД</b>						
<b>18</b>	<b>Овощи натуральные (помидоры)</b>					<b>40</b>	<b>60</b>
	помидоры	45,3	40	67,8	60		
<b>26</b>	<b>Суп картофельный с крупой</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Картофель 25/30/35/40 %	77/83/89/97	58	86/94/100/108	65		
	Крупа пшеничная (манная)	3,6 (2,3)	3,6 (2,3)	5 (3,5)	5 (3,5)		
	Морковь	9	7	10	8		
	Лук репчатый	9	7	10	8		
	Зелень	1,225	0,8	1,725	1,5		
	Масло растительное	2	2	3	3		
<b>65</b>	<b>Соус сметанный</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	5,5	5,5		
	Мука пшеничная	1	1	1,5	1,5		
<b>43</b>	<b>Макаронник с мясом</b>					<b>170</b>	<b>200</b>
	Мясо (говядина)	86	72	101	83		
	Макаронны	46	46	68	68		
	Масло сливочное	2,4	2,4	3	3		
	Лук репчатый	11	8,5	12	9		
	Яйцо	0,15	6	0,17	7		
	Панировочные сухари	4	4	5	5		
	Масло растительное	2,5	2,5	4,5	4,5		
<b>13</b>	<b>Кисель из сока натурального</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	6	6	6	6		
	Крахмал картофельный	5,3	5,3	8	8		
<b>85/4</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>22</b>
<b>86/2</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК</b> уплотненный						
<b>48</b>	<b>Сырники из творога</b>					<b>70</b>	<b>90</b>
	Творог	70	70	90	90		
	Мука пшеничная (высшего сорта)	10	10	13	13		
	Яйцо	0,15	6	0,19	7,7		
	сахар	1,5	1,5	2	2		
	Масло растительное	1,5	1,5	2	2		
	Молоко сгущенное	20	20	30	30	20	30
<b>5</b>	<b>Чай с молоком</b>					<b>170</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
	молоко	90	90	100	100		
<b>61</b>	<b>Капуста тушеная</b>						<b>80</b>
	Капуста белокочанная свежая	114,64	91,68	186,29	148,98		
	Масло растительное	2,8	2,8	4,55	4,55		
	Морковь	2	1,6	3,25	2,6		
	Лук репчатый	3,84	3,2	6,24	5,2		
	Томатное пюре	4,8	4,8	7,8	7,8		
	Мука пшеничная	0,96	0,96	1,56	1,56		
<b>85/3</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>17,8</b>	<b>17,8</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>17,8</b>
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: вторник Неделя: первая**

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>38</b>	<b>Каша молочная жидкая рисовая</b>					<b>130</b>	<b>200</b>
	Крупа рисовая	16	16	27	27		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	3,5	3,5	5	5		
	Сахар	3,5	3,5	5,5	5,5		
<b>5</b>	<b>Чай с молоком</b>					<b>170</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
	молоко	90	90	100	100		
<b>88</b>	<b>Кондитерское изделие (вафли)</b>	20	20	20	20	20	20
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>					<b>30</b>	<b>40</b>
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
<b>84</b>	<b>10-00 соки овощные, фруктовые</b>	150	150	150	150	150	150
	<b>ОБЕД</b>						
<b>17</b>	<b>Овощи натуральные (огурцы)</b>					<b>50</b>	<b>60</b>
	Огурцы свежие	55,6	50	67,8	60		
<b>24</b>	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	45	34	48	38		
	Картофель 25/30/35/40 %	36/38/41/45	27	40/43/46/50	30		
	Морковь	12	9	13	10		
	Лук репчатый	8	6	10	8		
	Зелень	1,225	0,8	1,425	1,2		
	Томатное пюре	-	-	2	2		
	Масло растительное	2,5	2,5	3	3		
	Сметана	4	4	5	5		
<b>22</b>	<b>Бульон мясной</b>					<b>144</b>	<b>160</b>
	Мясо (говядина)	18	11	19	12		
	Лук репчатый	1,8	1,3	2	1,5		
	Морковь	1,8	1,3	2	1,5		
<b>93</b>	<b>Рыба, запеченная в омлете</b>					<b>60</b>	<b>70</b>
	Свежая рыба (треска/минтай)	57	53	67	62		
	Мука пшеничная (высшего сорта)	4,5	4,5	5	5		
	Масло растительное	5	5	5,5	5,5		
	Яйцо	0,4	16	0,45	18		
	Молоко свежее	6	6	8	8		
<b>58</b>	<b>Пюре картофельное</b>					<b>120</b>	<b>150</b>
	Картофель 25/30/35/40 %	140/150/161/175	105	173/185/200/217	130		
	Молоко	20	20	25	25		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
<b>66</b>	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
<b>11</b>	<b>Компот из свежих фруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Яблоки	34,5	29	46	38		
	Сахар	6	6	7	7		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	18	18	22	22	18	22
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5	30	37,5
	<b>ПОЛДНИК</b> уплотненный						
<b>74</b>	<b>Пирожок печеный с капустой</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Мука пшеничная высшего или 1 сорта	22	22	26	26		
	Сахар	2	2	2,5	2,5		
	Масло сливочное	2,5	2,5	3	3		
	Яйцо	0,15	6	0,17	7		
	Дрожжи	0,68	0,68	0,85	0,85		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
	Вода	10	10	12,5	12,5		
	Соль	0,01	0,01	0,01	0,01		
	Капуста свежая	32	25	40	31		
<b>42</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>					<b>130</b>	<b>180</b>
	Молоко	91	91	126	126		
	Вода питьевая	39	39	54	54		
	Макаронные изделия	10,4	10,4	14,4	14,4		
	Сахар	1,04	1,04	1,44	1,44		
	Масло сливочное	1	1	1	1		
<b>9</b>	<b>Кисломолочный продукт</b>						
	Кефир	185	180	205	200	180	200
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: среда Неделя: первая**

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>36</b>	<b>Каша молочная овсяная</b>					<b>130</b>	<b>200</b>
	Геркулес хлопья	18	18	27	27		
	Молоко	130	130	164	164		
	Масло сливочное	3,5	3,5	5	5		
	Сахар	3,5	3,5	5	5		
<b>7</b>	<b>Какао с молоком</b>					<b>180</b>	<b>180</b>
	Какао	2,125	2,125	2,55	2,55		
	сахар	6	6	6	6		
	молоко	110	110	110	110		
<b>80</b>	<b>Бутерброд с повидлом</b>					<b>40</b>	<b>55</b>
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Повидло	10	10	15	15		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	10-00						
<b>75</b>	<b>Фрукты или ягоды свежие</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
	<b>10-00</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
	<b>соки овощные, фруктовые</b>						
	<b>ОБЕД</b>						
<b>19</b>	<b>Салат из белокочанной капусты</b>					<b>40</b>	<b>60</b>
	Капуста белокочанная	43,5	35	65	52		
	Лук зелёный или морковь	6	4	8	6		
	Сахар	1	1	1	1		
	Масло растительное	1,5	1,5	2	2		
<b>32</b>	<b>Суп картофельный с клецками</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Мука пшеничная	4	5	4	5,5		
	Яйца	0,05	2	0,06	2,3		
	Птица (цыплята)	12	7	13	8		
	Вода	8	8	10	10		
	Картофель 25/30/35/40 %	55/58/63/68	41	60/64/69/75	45		
	Морковь	9	7,5	10,5	8,5		
	Лук репчатый	9	7,5	10,5	8,5		
	Зелень	1,225	0,8	1,225	1		
	Масло сливочное	1	1	1,5	1,5		
	Соль йодированная	0,16	0,16	0,2	0,2		
	Масло растительное	2,5	2,5	3	3		
<b>83</b>	<b>Запеканка картофельная с печенью</b>					<b>160</b>	<b>200</b>
	Субпродукты (печень говяжья)	89	80	120	100		
	Лук репчатый	9	7	10	8		
	Масло растительное	5	5	6	6		
	Соль	0,85	0,85	1	1		
	Картофель (сырой)	192/206/221/240	144	224/240/258/280	168		
	яйцо	0,17	7	0,25	10		
<b>14</b>	<b>Напиток из плодов шиповника</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Шиповник сухой	19,125	19,125	24	24		
	Сахар	6	6	7	7		
	вода	150	150	180	180		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>22</b>
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК</b> уплотненный						
<b>69</b>	<b>Булочка российская</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	23	23	28	28		
	Сахар	4	4	4	4		
	Масло сливочное	2	2	2,5	2,5		
	Яйцо	0,125	5	0,15	6		
	Дрожжи	0,68	0,68	0,85	0,85		
	Молоко	5,5	5,5	7	7		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
<b>57</b>	<b>Каша рассыпчатая рисовая с овощами</b>					<b>80</b>	<b>130</b>
	рис	25,1	25,1	40,78	40,78		
	морковь	11,7	9,37	19,02	15,22		
	лук репчатый	1,56	1,17	2,54	1,9		
	масло сливочное	1,95	1,95	3,17	3,17		
<b>85/3</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>17,8</b>	<b>17,8</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>17,8</b>
<b>8</b>	<b>Молоко кипяченое</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	молоко	188	180	208	200		
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: четверг Неделя: первая**

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>41</b>	<b>Каша манная молочная жидкая</b>					<b>130</b>	<b>200</b>
	Крупа манная	16	16	27	27		
	Молоко	126	126	164	164		
	Масло сливочное	3,5	3,5	5	5		
	Сахар	4	4	5,5	5,5		
<b>5</b>	<b>Чай с молоком</b>					<b>170</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
	молоко	90	90	100	100		
<b>1</b>	<b>Бутерброд с повидлом/ маслом</b>					<b>40</b>	<b>40</b>
<b>80</b>	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Повидло	10	10	--	--		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
<b>84</b>	<b>10-00 соки овощные, фруктовые</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>
	<b>ОБЕД</b>						
<b>20</b>	<b>Салат из свеклы</b>					<b>40</b>	<b>60</b>
	Свекла	48	38,5	72	57		
	Масло растительное	2,5	2,5	3	3		
<b>97</b>	<b>Суп с рыбными фрикадельками</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Минтай /треска	31	28	33,5	30		
	Картофель 25/30/35/40 %	87/93/100/108	65	103/110/118/128	72		
	Морковь	9	7	10	8		
	Лук репчатый	9	7	11	9		
	Томатное пюре	-	-	1	1		
	Зелень	1,225	0,8	1,225	1		
	яйцо	0,02	1	0,04	1,5		
	Масло растительное	2	2	3	3		
<b>76</b>	<b>Мясной сырок с белым соусом</b>					<b>60</b>	<b>80</b>
	Говядина	67	60	87	80		
	Масло сливочное	3,5	3,5	4	4		
	Мука пшеничная	9,5	9,5	9,5	9,5		
<b>82</b>	<b>Рагу из овощей</b>						
	Картофель	49/53/57/62	37	53/57/62/67	40	<b>110</b>	<b>130</b>
	Морковь	23	18	25	20		
	Лук репчатый	19	16	20	17		
	Капуста свежая	16	13	17	14		
	Масло растительное	5	5	5	5		
	Соль	0,27	0,27	0,28	0,28		
	Масло сливочное	4,5	4,5	5	5		
	Кабачки	21	14	25,7	17		
	Мука пшеничная	1	1	1,5	1,5		
	Сметана	5	5	5	5		
<b>65</b>	<b>Соус сметанный</b>					<b>20</b>	<b>30</b>
	Сметана	5,5	5,5	7,5	7,5		
	Мука пш.	1,5	1,5	2	2		
<b>11</b>	<b>Компот из свежих фруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Яблоки	34,4	29	46	38		
	Сахар	6	6	7	7		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>22</b>
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК</b> уплотненный						
<b>69</b>	<b>Булочка российская</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Мука пшеничная высшего сорта	23	23	28	28		
	Сахар	4	4	4	4		
	Масло сливочное	2	2	2,5	2,5		
	Яйцо	0,125	5	0,15	6		
	Дрожжи	0,68	0,68	0,85	0,85		
	молоко	5,5	5,5	7	7		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
<b>49</b>	<b>Вареники ленивые</b>					<b>65</b>	<b>80</b>
	Творог	54.405	53.3	66,69	65,6		
	Мука пшеничная	9.475	9.475	9.2	9.2		
	Сахар	3.9	3.9	4.8	4.8		
	Яйцо	3.9	3.9	4.8	4.8		
	масло сливочное	3	3	4	4		
	<b>Кондитерское изделие (вафли)</b>	--	--	20	20		20
<b>10</b>	<b>Кисломолочный продукт</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	ряженка	185	180	205	200		
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: пятница Неделя: первая**

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>45</b>	<b>Омлет натуральный</b>					<b>100</b>	<b>120</b>
	Яйцо	1,6	64	1,8	72		
	Молоко свежее	36	36	46	46		
	Масло сливочное	7	7	8	8		
<b>18</b>	<b>Овощи натуральные (помидоры)</b>					<b>40</b>	<b>60</b>
	помидоры	45,2	40	67,8	60		
<b>6</b>	<b>Кофейный напиток с молоком</b>					<b>180</b>	<b>180</b>
	Кофейный напиток	2,85	2,85	3,4	3,4		
	Сахар	6	6	6	6		
	молоко	90	90	90	90		
85/2	<b>Хлеб пшеничный</b>	25	25	35	35	25	35
	10-00						
<b>75</b>	<b>Плоды или ягоды свежие</b>	112	100	112	100	100	100
	<b>ОБЕД</b>						
<b>17</b>	<b>Овощи натуральные (огурцы)</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Огурцы свежие	45,2	40	55,6	50		
<b>21</b>	<b>Борщ с мясом</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Говядина	24	22	27,75	24,5		
	Свекла	36	29	40	32		
	Капуста свежая	25	20	28	22		
	Лук репчатый	6,3	4,5	7	5		
	Морковь	13,65	11	15	12		
	Картофель 25/30/35/40 %	48/51/55/60	36	53/58/62/67	40		
	Томатное пюре	2,5	2,5	3	3		
	Зелень	1,225	0,8	1,725	1,5		
	Масло растительное	2,5	2,5	3	3		
	Сметана	5	5	5,5	5,5		
<b>56</b>	<b>Плов из птицы</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	птица	74,5	68	85,50	78		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
	рис	32	32	40	40		
	Лук	10	9	11	10		
	морковь	15	12	18	15		
<b>12</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	сухофрукты	19,125	19,125	24	24		
	Сахар	9	9	10	10		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	18	18	22	22	18	22
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5	30	37,5
	<b>ПОЛДНИК уплотненный</b>						
<b>16</b>	<b>Салат из моркови</b>					<b>40</b>	<b>60</b>
	Морковь	49	39	73	58		
	Сахар	1	1	2	2		
<b>79</b>	<b>Рыба, тушенная с овощами</b>					60	80
	треска	38	37	51	49		
	вода	13	13	17	17		
	морковь	21	17	28	22		
	Томатное пюре	-	-	2	2		
	Лук репчатый	8	7	11	9		
	Масло растительное	3	3	4	4		
<b>58/1</b>	<b>Пюре картофельное</b>					80	100
	картофель	85,5/88,9/92,3/ 95,8	68,4	107/111/115/120	85,5		
	молоко стерилизованное	12,64	12,64	15,8	15,8		
	масло сливочное	2,8	2,8	3,5	3,5		
<b>86/1</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	20	20	25	25	20	25
<b>4</b>	<b>Чай с сахаром</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
88/ 2	<b>Кондитерское изделие (вафли)</b>	30	30	50	50	30	50
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: понедельник      Неделя: вторая**

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>42</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>					<b>150</b>	<b>200</b>
	Макаронные изделия	14	14	22	22		
	Масло сливочное	2	2	2,5	2,5		
	молоко	105	105	140	140		
	Сахар	1,5	1,5	2	2		
<b>5</b>	<b>Чай с молоком</b>					<b>170</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
	Молоко	90	90	100	100		
<b>85/2</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	20	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>30</b>
<b>94</b>	<b>Кондитерское изделие (пряник)</b>	<b>20</b>	20	<b>20</b>	20	<b>20</b>	<b>20</b>
<b>84</b>	<b>10-00 соки овощные, фруктовые</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>
	<b>ОБЕД</b>						
<b>15</b>	<b>Нарезка из свежих помидоров и огурцов</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Помидоры свежие	27	22	32	26		
	Огурцы свежие	22	18	29	24		
<b>27</b>	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Картофель 25/30/35/40 %	55/58/63/68	41	60/64/71/75	45		
	Фасоль, или горох лущеный	12	12	16	16		
	Морковь	12	9	13	10		
	Лук репчатый	9	7	10	8		
	Зелень	1,225	0,8	1,725	1,5		
	Масло растительное	3	3	4	4		
<b>55</b>	<b>Голубцы ленивые</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Капуста свежая белокочанная	131	110	133	122		
	Говядина (котлетная масса)	89	86	94	90		
	Крупа рисовая	6	6	7	7		
	Лук репчатый	19	16	22	18		
	Масло сливочное	3	3	4	4		
	Яйца	0,14	5,5	0,16	6,5		
<b>66</b>	<b>Соус сметанный/томатный</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
<b>12</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	сухофрукты	19,125	19,125	24	24		
	Сахар	9	9	10	10		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	18	<b>22</b>	22	<b>18</b>	<b>22</b>
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	30	<b>37,5</b>	37,5	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК уплотненный</b>						
<b>69</b>	<b>Булочка российская</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	23	23	28	28		
	Сахар	4	4	4	4		
	Масло сливочное	2	2	2,5	2,5		
	Яйцо	0,125	5	0,15	6		
	Дрожжи	0,68	0,68	0,85	0,85		
	Молоко	5,5	5,5	7	7		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
<b>51</b>	<b>Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным</b>					<b>50</b>	<b>60</b>
	Курица	45	26,25	54	31,5		
	Пшеничный хлеб	6,9	6,9	8,25	8,25		
	Молоко	17,82	17,82	21,38	21,38		
	Масло сливочное	3,13	3,13	3,75	3,75		
	Сыр Российский 6%	4,19	4	6,23	6		
<b>58/1</b>	<b>Пюре картофельное</b>					<b>80</b>	<b>100</b>
	картофель	85,5/88,9/92,3/95,8	68,4	107/111/115/120	85,5		
	молоко стерилизованное	12,64	12,64	15,8	15,8		
	масло сливочное	2,8	2,8	3,5	3,5		
<b>85/3</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>8,9</b>	8,9	<b>12,5</b>	12,5	<b>8,9</b>	<b>12,5</b>
<b>9</b>	<b>Кисломолочный продукт</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Кефир	185	180	205	200		
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: вторник Неделя: вторая**

№ рецепт	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>38</b>	<b>Каша рисовая молочная</b>					<b>130</b>	<b>180</b>
	Крупа рисовая	16	16	25	25		
	Молоко	126	126	147	147		
	Масло сливочное	3,5	3,5	5	5		
	Сахар	3,5	3,5	5	5		
<b>6</b>	<b>Кофейный напиток с молоком</b>					<b>180</b>	<b>180</b>
	Кофейный напиток	2,85	2,85	3,4	3,4		
	Сахар	6	6	6	6		
	молоко	90	90	90	90		
<b>2</b>	<b>Бутерброд с сыром</b>					<b>40</b>	<b>55</b>
	Сыр	10,75	10	16	15		
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
<b>89</b>	<b>Кондитерское изделие (печенье)</b>	-	-	<b>30</b>	<b>30</b>	-	<b>30</b>
	<b>10-00</b>						
<b>75</b>	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
	<b>ОБЕД</b>						
<b>19</b>	<b>Салат из капусты</b>					<b>40</b>	<b>60</b>
	Капуста белокочанная	43,5	35	65	52		
	Лук зелёный или морковь	6	4	8	6		
	Сахар	1	1	1	1		
	Масло растительное	1,5	1,5	2	2		
<b>28</b>	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Говядина	27	24	28,5	25		
	Лук репчатый	8	6	9	7		
	Яйца	0,04	1,7	0,05	2		
	Картофель 25/30/35/40 %	96/103/111/120	72	107/114/123/133	80		
	Морковь	5	4	6	5		
	Томатное пюре	-	-	2	2		
	Зелень	1,225	0,8	1,725	1,5		
	Масло растительное	2	2	2,5	2,5		
<b>78</b>	<b>Рыба, тушенная в сметанном соусе</b>					<b>70</b>	<b>70</b>
	Минтай	84	78	84	78		
	Морковь	28	23	28	23		
	Лук репчатый	16	14	16	14		
	Масло растительное	4	4	4	4		
<b>65</b>	<b>Соус сметанный</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	5,5	5,5		
	Мука пшеничная	1	1	1,5	1,5		
<b>60</b>	<b>Картофель отварной</b>					<b>100</b>	<b>130</b>
	Картофель 25/30/35/40	129/139/149/162	97	168/180/194/210	126		
	Масло сливочное	2,5	2,5	3	3		
<b>13</b>	<b>Кисель из сока натурального</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	6	6	6	6		
	Крахмал картофельный	5,3	5,3	8	8		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>22</b>
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>						
<b>46</b>	<b>Запеканка из творога</b>					<b>80</b>	<b>120</b>
	Творог	77	76	115	114		
	Крупа манная	4	4	6	6		
	Сахар	4	4	5	5		
	Яйца	0,07	3	0,125	5		
	Сметана	4	4	5	5		
	Масло сливочное	2	2	2	2		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
	Панировочные сухари	2,6	2,6	4	4		
<b>63</b>	<b>Соус молочный (сладкий)</b>					<b>10</b>	<b>20</b>
	Молоко	5	5	10	10		
	Масло сливочное	1	1	1,5	1,5		
	Мука пшеничная	1	1	2	2		
	Сахар	1	1	1,5	1,5		
<b>5</b>	<b>Чай с сахаром</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
<b>53</b>	<b>Бефстроганов из отварного мяса</b>					<b>100</b>	<b>100</b>
	Говядина	109,38	80,62	109,38	80,62		
	Сметана	12,5	12,5	10	10		
	Мука пшеничная	5,75	5,75	5,75	5,75		
<b>59</b>	<b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>					<b>80</b>	<b>80</b>
	Свекла	100	80	100	80		
	Масло растительное	4	4	2	2		
	Сахар	2	2	2	2		
	Хлеб пшеничный	8,9	8,9	12,5	12,5	8,9	12,5
	Соль за весь день					2,55	4,25

**День: среда Неделя: вторая**

№ реп	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>40</b>	<b>Каша гречневая молочная</b>					<b>150</b>	<b>200</b>
	Крупа гречневая	21	21	37,5	37,5		
	Молоко	130	130	164	164		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
	Сахар	4	4	5	5		
<b>7</b>	<b>Какао с молоком</b>					<b>180</b>	<b>180</b>
	Какао	2,125	2,125	2,55	2,55		
	сахар	6	6	6	6		
	молоко	110	110	110	110		
85/2	<b>Хлеб пшеничный</b>	25	25	35	35	25	35
<b>84</b>	<b>10-00 соки овощные, фруктовые</b>	150	150	150	150	150	150
	<b>ОБЕД</b>						
<b>16</b>	<b>Салат из моркови</b>					<b>50</b>	<b>60</b>
	Морковь	59	48,5	73	58		
	Сахар	1,5	1,5	2	2		
<b>34</b>	<b>Суп-лапша домашняя</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Мука пшеничная	13	13	15	15		
	Яйца	0,07	3	0,1	4		
	Картофель (отходы % 25/30/35/40)	24/26/28/30	18	26/28/31/33	20		
	Лук репчатый	9	7	10	8		
	Масло растительное	2	2	3	3		
<b>58</b>	<b>Пюре картофельное</b>					<b>120</b>	<b>150</b>
	Картофель 25/30/35/40 %	140/150/161/175	105	173/185/200/217	130		
	Молоко	20	20	25	25		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
<b>52</b>	<b>Котлеты рубленые</b>					<b>70</b>	<b>80</b>
	Говядина	61	56	69	63		
	Хлеб пшеничный	10	10	13	13		
	Молоко	5	5	7	7		
	Яйцо	0,1	4	0,125	5		
	Масло сливочное	2	2	2,5	2,5		
<b>65</b>	<b>Соус сметанный</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	5,5	5,5		
	Мука пшеничная	1	1	1,5	1,5		
<b>11</b>	<b>Компот из свежих фруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Яблоки	34,5	29	46	38		
	Сахар	6	6	7	7		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	18	18	22	22	18	22
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	30	30	37,5	37,5	30	37,5
	<b>ПОЛДНИК уплотненный</b>						
<b>95</b>	<b>Печень по-строгановски</b>					<b>60/20</b>	<b>70/20</b>
	Печень говяжья	105,6	86	123,2	100		
	Масло сливочное	3	3	3,5	3,5		
	Сметана	5	5	5	5		
	Мука пшеничная	2	2	2	2		
<b>96</b>	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b>					<b>70</b>	<b>80</b>
	Крупа пшеничная	28	28	33	33		
	Масло сливочное	3,5	3,5	4	4		
<b>5</b>	<b>Чай с молоком</b>					<b>170</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
	Молоко	90	90	100	100		
85/5	<b>Хлеб пшеничный</b>	10	15	15	10	10	15
<b>75</b>	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	112	100	112	100	100	100
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>



**День: четверг Неделя: вторая**

№ ре ц.	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>37</b>	<b>Каша пшеничная молочная</b>					<b>130</b>	<b>180</b>
	Крупа пшеничная	16	16	25	25		
	Молоко	120	120	147	147		
	Масло сливочное	3,5	3,5	5	5		
	Сахар	4	4	5	5		
<b>5</b>	<b>Чай с молоком</b>					<b>170</b>	<b>180</b>
	Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,47	0,47	0,56	0,56		
	сахар	5	5	6	6		
	Молоко	90	90	100	100		
<b>80</b>	<b>Бутерброд с повидлом</b>					<b>40</b>	<b>55</b>
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	Повидло	10	10	15	15		
	<b>10-00</b>						
<b>75</b>	<b>Фрукты или ягоды свежие</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
	<b>ОБЕД</b>						
<b>20</b>	<b>Салат из свеклы</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Свекла	48	38	60	47		
	Масло растительное	2,5	2,5	3	3		
<b>25</b>	<b>Рассольник ленинградский</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Картофель 25/30/35/40 %	45/48/52/57	34	51/54/59/63	38		
	Крупа перловая	3	3	4	4		
	Морковь	9	7	10	8		
	Лук репчатый	4,5	3,6	5	4		
	Огурцы солёные	21	11	24	12		
	Масло растительное	2,5	2,5	3	3		
	Зелень	1,225	0,8	1,225	1		
	Сметана	4	4	5	5		
<b>22</b>	<b>Бульон мясной</b>					<b>135</b>	<b>150</b>
	Мясо (говядина)	18	11	19	12		
	Лук репчатый	1,8	1,3	2	1,5		
	Морковь	1,8	1,3	2	1,5		
	Соль	1	1	1,3	1,3		
<b>77</b>	<b>Рыба отварная</b>					<b>60</b>	<b>80</b>
	Треска/минтай	81	76	108	102		
	Лук репчатый	4	3	5	4		
	Морковь	3	2	4	3		
<b>65</b>	<b>Соус сметанный</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	5,5	5,5		
	Мука пшеничная	1	1	1,5	1,5		
<b>61</b>	<b>Капуста тушеная</b>						
	Капуста белокочанная свежая	169,60	135	215	146	120	130
	Масло растительное	4	4	4	4		
	Морковь	6	4	6	4		
	Лук репчатый	8	6	8	6		
	Томатное пюре	2	2	4	4		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Сахар	1	1	1	1		
	Зелень	1,025	0,8	1,225	1		
<b>13</b>	<b>Кисель из сока натурального</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	Сок натуральный	50	50	50	50		
	Сахар	6	6	6	6		
	Крахмал картофельный	5,3	5,3	8	8		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>22</b>
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК</b> уплотненный						
<b>74</b>	<b>Пирожок печеный с яблоками</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	Мука пшеничная высшего сорта	22	22	26	26		
	Сахар	2	2	2,5	2,5		
	Масло сливочное	2,5	2,5	3	3		
	Яйцо	0,15	6	0,17	7		
	Дрожжи	0,68	0,68	0,85	0,85		
	Масло растительное для смазки листов	1	1	1	1		
	Вода	10	10	12,5	12,5		
	Соль	0,01	0,01	0,01	0,01		
	Яблоки свежие	32,5	25,5	39	36		
<b>45</b>	<b>Омлет натуральный</b>					<b>65</b>	<b>65</b>
	Яйцо	1,14 шт.	46	1,14 шт.	46		
	Молоко	16	16	16	16		
	Масло сливочное	8	8	8	8		
<b>86/1</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>20</b>	<b>25</b>
<b>9</b>	<b>Кисломолочный продукт</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Кефир	185	180	205	200		
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>

**День: пятница Неделя: вторая**

№ ре ц	Наименование блюда, прием пищи	Ясли		Сад		Масса порции	
		Брутто	нетто	Брутто	нетто	ясли	сад
	<b>ЗАВТРАК</b>						
<b>45</b>	<b>Омлет натуральный</b>					<b>100</b>	<b>100</b>
	Яйцо	1,6	64	1,6	64		
	Молоко свежее	36	36	36	36		
	Масло сливочное	7	7	7	7		
<b>17</b>	<b>Овощи натуральные (огурцы)</b>					<b>60</b>	<b>50</b>
	Огурцы свежие	67,8	60	55,6	50		
<b>4</b>	<b>Чай с сахаром</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	сахар	5	5	6	6		
	Чай высшего или 1-го сорта	0,47	0,47	0,56	0,56		
<b>2</b>	<b>Бутерброд с сыром</b>					<b>40</b>	<b>55</b>
	Масло сливочное	5	5	5	5		
	Хлеб пшеничный	25	25	35	35		
	Сыр	10,75	10	16	15		
<b>75</b>	<b>10-00 Плоды или ягоды свежие</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
	<b>ОБЕД</b>						
<b>18</b>	<b>Овощи натуральные (помидоры)</b>					<b>40</b>	<b>50</b>
	помидоры	45,2	40	55,6	50		
<b>23</b>	<b>Борщ с фасолью и картофелем</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	Свекла	36,4	29	40	32		
	Картофель 25/30/35/40 %	27/28/31/33	20	30/33/35/38	23		
	Фасоль консервированная	9	7	10	8		
	Морковь	12	9	13	10		
	Лук репчатый	9	7	10	8		
	Томатное пюре	5	5	6	6		
	Масло растительное	4	4	5	5		
	Сметана	5	5	6	6		
	Зелень	1,225	0,8	1,725	1,5		
	Сахар	1	1	1	1		
<b>22</b>	<b>Бульон мясной</b>					<b>126</b>	<b>140</b>
	Мясо (говядина)	18	11	19	12		
	Лук репчатый	1,8	1,3	2	1,5		
	Морковь	1,8	1,3	2	1,5		
	Соль	1	1	1,3	1,3		
<b>87</b>	<b>Суфле куриное</b>					<b>60</b>	<b>70</b>
	Птица (цыплята)	86	75	104	87,5		
	яйцо	0,25	10	0,3	13		
	Масло слив	4	4	4,5	4,5		
	Вода	4	4	5	5		
	Соль	0,13	0,13	0,14	0,14		
	Мука пшеничная	2	2	2,5	2,5		
<b>39</b>	<b>Рис отварной</b>					<b>100</b>	<b>120</b>
	Крупа рисовая	36	36	43	43		
	Масло сливочное	4	4	5	5		
<b>66</b>	<b>Соус сметанный / с томатом</b>					<b>15</b>	<b>20</b>
	Сметана	5	5	7	7		
	Мука пшеничная	1	1	1	1		
	Томатное пюре	-	-	3	3		
<b>12</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>					<b>150</b>	<b>180</b>
	сухофрукты	19,125	19,125	24	24		
	Сахар	9	9	10	10		
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>18</b>	<b>20</b>
<b>86</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>	<b>37,5</b>	<b>30</b>	<b>37,5</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>						
<b>47</b>	<b>Оладьи из творога</b>					<b>70</b>	<b>100</b>
	Творог	54	54	71	71		
	Мука	18	18	25,5	25,5		
	Сахар	4	4	5	5		
	Яйца	0,12	5	0,2	8		
	Молоко	20	20	30	30		
	Масло растительное	2	2	2,5	2,5		
<b>64</b>	<b>Кисель молочный</b>					<b>20</b>	<b>30</b>
	Молоко	14	14	21	21		
	Крахмал	1,2	1,2	1,5	1,5		
	Сахар	1	1	2	2		
<b>8</b>	<b>Молоко кипяченое</b>					<b>180</b>	<b>200</b>
	молоко	188	180	208	200		
	<b>Соль за весь день</b>					<b>2,55</b>	<b>4,25</b>