Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: первый***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 1 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 200 | 4,58 | 5.1 | 4.2 | 4.7 | 20.0 | 23.0 | 187,2 | 249.7 | 3/6 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,9 | 9,2 | 62 | 82.76 | 4/3 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
|  | Сыр | 5 | 8 | 0,04 | 0,06 | 1,78 | 2,36 | 0 | 0 | 2,18 | 2,91 | 7/9 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 6.72 | 7.58 | 10.38 | 12.54 | 35.63 | 42.27 | 293.27 | 390.95 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,9 | 9,9 | 41,4 | 41,4 | 4/10 |
| Обед | Соленый овощ(огурец, помидор) | 40 | 60 | 0,2 | 0,24 | 0,2 | 0,3 | 5,5 | 5.84 | 38,7 | 40,43 | 6/16, 6/17 |
|  | Борщ с говядиной со сметаной  | 150 | 200 | 2.8 | 3.37 | 2.91 | 3.98 | 14.5 | 16.6 | 137 | 197.87 | 1/2 |
|  | Картофельное пюре | 110 | 120 | 4.7 | 5,12 | 4,0 | 4.68 | 28.8 | 29.8 | 188 | 220.19 | 2/2 |
|  | Бифстроганов из печени | 60 | 80 | 12.0 | 14.02 | 14.0 | 17,51 | 18,63 | 21,17 | 109,48 | 150,97 | 2/6 |
|  | Напиток фруктовыйвитаминизированный | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,5 | 12.71 | 45,2 | 60,2 | 4/4 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 22.88 | 26.86 | 22.38 | 27.99 | 97.61 | 107.41 | 598.4 | 782.86 |  |
| Полдник | Кефир | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 48 | 57,6 | 4/7 |
|  | Яблоко | 78 | 90 | 0,28 | 0,3 | 0,28 | 0,3 | 0,71 | 0,75 | 33,29 | 35,25 | 7/2 |
|  | Печенье | 22,5 | 40 | 1,89 | 6,3 | 0,95 | 2,78 | 11,98 | 39,9 | 88.14 | 245,36 | 7/3 |
| Итого за полдник |  |  |  | 3.47 | 8,06 | 4,25 | 6,7 | 16,69 | 45,65 | 169.43 | 202,16 |  |
| Итого за первый день |  |  |  | 33.07 | 42.52 | 37.01 | 47.23 | 159.86 | 205.23 | 1102.5 | 1417.37 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: второй***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 2 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша молочная пшенная | 180 | 200 | 3,92 | 4,35 | 4,2 | 4,77 | 15,0 | 17,0 | 113.2 | 155.78 | 3/4 |
|  | Какао с молоком | 150 | 200 | 2,35 | 3,13 | 3.35 | 5,8 | 18,1 | 24,13 | 71,1 | 94,8 | 4/2 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
|  | Сыр | 5 | 8 | 0,04 | 0,06 | 1,78 | 2,36 | 0 | 0 | 2,18 | 2,91 | 7/9 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 8,41 | 9.96 | 13,73 | 18,34 | 41,83 | 51,2 | 228.3 | 309.07 |  |
| 2-ой завтрак | Яблоко | 78 | 90 | 0,28 | 0,3 | 0,28 | 0,3 | 0,71 | 0,75 | 33,29 | 35,25 | 7/2 |
| Обед | Салат овощной витаминный | 40 | 60 | 0,56 | 0,84 | 2,76 | 4,14 | 1,72 | 2,58 | 33,6 | 50,4 | 6/6 |
|  | Суп крестьянский со сметаной | 150 | 200 | 2.7 | 4.23 | 2.38 | 3,4 | 13.2 | 21.38 | 72,45 | 96,6 | 1/10 |
|  | Макаронные изделия | 110 | 120 | 5.15 | 6.72 | 1,35 | 1,8 | 34.89 | 41.84 | 174.41 | 239.64 | 2/1 |
|  | Рыба тушенная с овощами | 70 | 80 | 3.1 | 4.64 | 4,6 | 5,4 | 4,48 | 5,14 | 84,56 | 96,64 | 2/35 |
|  | Компот из сухофруктоввитаминизированный | 150 | 200 | 1,2 | 1,6 | 0 | 0 | 15.3 | 24.18 | 58 | 77,3 | 4/6 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 15.89 | 21.9 | 12.36 | 16,26 | 87.3 | 116.41 | 503.04 | 663.78 |  |
| Полдник | Ряженка | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/15 |
|  | Ватрушка с творогом | 60 | 70 | 4.04 | 4.85 | 4,1 | 4.23 | 10,8 | 12.6 | 148,8 | 173,6 | 5\5 |
| Итого за полдник |  |  |  | 5.34 | 6.31 | 7,12 | 7.85 | 14.8 | 17.6 | 232,8 | 274,4 |  |
| Итого за второй день |  |  |  | 29.92 | 38.47 | 33.49 | 42.75 | 144.64 | 185.96 | 997.5 | 1282.5 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: третий***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 3 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша молочная манная | 180 | 200 | 6.32 | 7.02 | 5,11 | 5,67 | 14.3 | 15.89 | 253.39 | 281.54 | 3/2 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,9 | 9,2 | 62 | 82.76 | 4/3 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
|  | Сыр | 5 | 8 | 0,04 | 0,06 | 1,78 | 2,36 | 0 | 0 | 2,18 | 2,91 | 7/9 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 8.46 | 9.5 | 11,29 | 13,44 | 29.93 | 35.16 | 359.46 | 422.79 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,9 | 9,9 | 41,4 | 41,4 | 4/10 |
| Обед | Соленый овощ(огурец, помидор) | 40 | 50 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,4 | 0,6 | 6/16, 6/17 |
|  | Суп с клецками на к/б | 150 | 200 | 4,95 | 5.06 | 9.7 | 2 | 23.8 | 38.57 | 127.7 | 168.25 | 1/17 |
|  | Овощи тушеные с мясом кур | 150 | 220 | 4,2 | 5,14 | 5,43 | 5.61 | 35.17 | 39.24 | 155,15 | 218.88 | 2/34 |
|  | Компот из яблок витаминизированный | 150 | 200 | 0,28 | 0,38 | 0,04 | 0,06 | 21,18 | 28,24 | 52,57 | 70,1 | 4/5 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 11,64 | 14,39 | 8.44 | 9.2 | 97.92 | 127.44 | 415,84 | 561.03 |  |
| Полдник | Кефир | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/7 |
|  | Творожный пудинг | 100 | 150 | 10,1 | 15,15 | 12,5 | 18,75 | 10,5 | 18,25 | 149,3 | 224 | 5/1 |
| Итого за полдник |  |  |  | 11,4 | 16,61 | 15,52 | 22,37 | 14,5 | 23,25 | 233,3 | 324,8 |  |
| Итого за третий день |  |  |  | 31.5 | 40.5 | 35.25 | 45 | 152.25 | 195.75 | 1050 | 1350.02 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: четвертый***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 4 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Омлет натуральный | 150 | 180 | 6,05 | 6,05 | 4,8 | 4,8 | 4,05 | 4,05 | 132 | 153.93 | 5/2 |
|  | Соленый овощ(огурец, помидор) | 40 | 50 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,4 | 0,6 | 7/ 8, 7/14 |
|  | Какао с молоком | 150 | 200 | 2,35 | 3,13 | 4,35 | 5,8 | 18,1 | 24,13 | 71,1 | 94,8 | 4/2 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 10,53 | 11.64 | 13,55 | 16.01 | 39.94 | 38.35 | 245.39 | 304.91 |  |
| 2-ой завтрак | Яблоко | 78 | 90 | 0,28 | 0,3 | 0,28 | 0,3 | 0,71 | 0,75 | 33,29 | 35,25 | 7/2 |
| Обед | Салат витаминный | 50 | 60 | 0,56 | 0,84 | 2,76 | 4,14 | 1,72 | 2,58 | 33,6 | 50,4 | 6/5 |
|  | Свекольник с говядиной со сметаной | 150 | 200 | 2,0 | 2,93 | 2,85 | 3,8 | 14.81 | 19.75 | 75.72 | 126 | 1/9 |
|  | Каша пшеничная | 100 | 120 | 2,8 | 3,36 | 0,4 | 0,48 | 22.17 | 27.6 | 105 | 138 | 2/4 |
|  | Печень под омлетом | 60 | 80 | 5.91 | 10,12 | 5.86 | 8.72 | 19.62 | 26.23 | 99,48 | 135.64 | 2/6 |
|  | Компот из сухофруктов витаминизированный | 150 | 200 | 1,2 | 1,6 | 0 | 0 | 15.3 | 24,18 | 58 | 77,3 | 4/6 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 15.65 | 22.62 | 13.14 | 18.66 | 91.33 | 121.63 | 451.82 | 630.54 |  |
| Полдник | Ряженка | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/15 |
|  | Булочка домашняя | 60 | 70 | 2,8 | 3,26 | 4,2 | 5,06 | 20.7 | 24.15 | 204 | 238 | 5/3 |
| Итого за полдник |  |  |  | 4,1 | 4,72 | 7,22 | 8,68 | 24.7 | 29.15 | 288 | 338,8 |  |
| Итого за четвертый день |  |  |  | 30.56 | 39.28 | 34.19 | 43.65 | 147.68 | 189.88 | 1018.5 | 1309.5 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: пятый***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 5 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Шарлотка с яблоками | 180 | 200 | 3,59 | 4.78 | 5,99 | 7,99 | 33,31 | 38.1 | 154,14 | 185.52 | 3/8 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,9 | 9,2 | 62 | 82.76 | 4/3 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 5.69 | 7.2 | 10.39 | 13.4 | 49.3 | 57.37 | 258.03 | 323.86 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,9 | 9,9 | 41,4 | 41,4 | 4/10 |
| Обед | Соленый овощ(огурец, помидор) | 40 | 50 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,4 | 0,6 | 6/16, 6/17 |
|  | Суп с макаронными изделиями со сметаной | 150 | 200 | 4.35 | 3,0 | 4.35 | 5.5 | 14,8 | 16,4 | 117.15 | 124.1 | 1/11 |
|  | Капуста тушеная | 110 | 120 | 5,34 | 6.24 | 5,55 | 6.83 | 17,49 | 18,98 | 130.39 | 132.6 | 2/32 |
|  | Котлета | 60 | 80 | 9,93 | 12,8 | 10,2 | 12.0 | 5.97 | 6,4 | 187.7 | 190.93 | 2/24 |
|  | Кисель витаминизированный | 150 | 200 | 0,45 | 0,6 | 0,3 | 0,4 | 24,9 | 25.53 | 101,7 | 135,6 | 4/8 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 23.28 | 26.45 | 21.67 | 26.25 | 80.93 | 88.7 | 617.36 | 687.03 |  |
| Полдник | Кефир | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 48 | 57,6 | 4/7 |
|  | Яблоко | 78 | 90 | 0,28 | 0,3 | 0,28 | 0,3 | 0,71 | 0,75 | 33,29 | 35,25 | 7/3 |
|  | Печенье | 22,5 | 40 | 1,89 | 6,3 | 0,95 | 2,78 | 11,98 | 39,9 | 83,42 | 245,36 | 7/2 |
| Итого за полдник |  |  |  | 3.47 | 8,06 | 4,25 | 6,7 | 16,69 | 45,65 | 164,71 | 338,21 |  |
| Итого за пятый день |  |  |  | 32.44 | 41.71 | 36.31 | 46.35 | 156.82 | 201.62 | 1081.5 | 1390.5 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: шестой***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 6 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша молочная пшенная | 180 | 200 | 3,92 | 4,35 | 4,2 | 4,77 | 15,0 | 16,0 | 127,2 | 132.4 | 3/4 |
|  | Какао с молоком | 150 | 200 | 2,35 | 3,13 | 4,35 | 5,8 | 18,1 | 24,13 | 71,1 | 94,8 | 4/2 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 8,37 | 9.9 | 12,95 | 15,98 | 41,83 | 50,2 | 240.19 | 282.78 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,9 | 9,9 | 41,4 | 41,4 | 4/10 |
| Обед | Салат овощной витаминный | 40 | 60 | 0,56 | 0,84 | 2,76 | 4,14 | 1,72 | 2,58 | 33,6 | 50,4 | 6/6 |
|  | Щи из свежей капусты со сметаной | 150 | 200 | 3.14 | 3.78 | 5 | 6.66 | 12,5 | 13.1 | 117 | 130.51 | 1/7 |
|  | Плов с мясом говядины | 150 | 200 | 11,58 | 12.55 | 9.02 | 10.0 | 30.6 | 31.63 | 279.08 | 283 | 2/21 |
|  | Компот из сухофруктов витаминизированный | 150 | 200 | 1,2 | 1,6 | 0 | 0 | 21,3 | 28,4 | 58 | 77,3 | 4/6 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 19.66 | 22,54 | 18.05 | 22.32 | 83.83 | 97.0 | 567.7 | 644.41 |  |
| Полдник | Ряженка | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/15 |
|  | Печенье | 22,5 | 40 | 0,28 | 0,3 | 0,28 | 0,3 | 0,71 | 0,75 | 33,29 | 35,25 | 7/3 |
|  | Яблоко | 78 | 90 | 1,89 | 6,3 | 0,95 | 2,78 | 11,98 | 32,9 | 83,42 | 245,36 | 7/2 |
| Итого за полдник |  |  |  | 5,92 | 8,06 | 4,25 | 6,7 | 16,69 | 38.65 | 200,71 | 381,41 |  |
| Итого за шестой день |  |  |  | 31.5 | 40.5 | 35.25 | 45 | 152.25 | 197.75 | 1050 | 1350 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: седьмой***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 7 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша молочная рисовая | 180 | 200 | 4,71 | 4.84 | 5,25 | 7.0 | 27.75 | 35,76 | 184.05 | 209,08 | 3/5 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,9 | 9,2 | 52 | 69,33 | 4/3 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
|  | сыр | 5 | 8 | 0,04 | 0,06 | 1,78 | 2,36 | 0 | 0 | 2,18 | 2,91 | 7/9 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 6.85 | 7.32 | 11,43 | 14.77 | 43.4 | 55,03 | 280.12 | 336,9 |  |
| 2-ой завтрак | Яблоко | 78 | 90 | 1,89 | 6,3 | 0,95 | 2,78 | 11,98 | 12,68 | 83,42 | 83,42 | 7/2 |
| Обед | Соленый овощ(огурец, помидор) | 40 | 50 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,4 | 0,6 | 6/16, 6/17 |
|  | Суп гороховый | 150 | 200 | 4.8 | 5,4 | 2,65 | 3.53 | 15 | 22.2 | 91,5 | 142 | 1/3 |
|  | Овощное рагу | 110 | 150 | 1,6 | 2,24 | 3,5 | 4.86 | 7,7 | 13.72 | 57,8 | 106.93 | 2/29 |
|  | Рыба под омлетом | 70 | 80 | 6,42 | 7,56 | 4.52 | 5.82 | 2,16 | 5.1 | 66,54 | 108.95 | 2/43 |
|  | Напиток фруктовый витаминизированный | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,0 | 13,3 | 45,2 | 60,2 | 4/4 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 16,03 | 19,01 | 11.94 | 15.73 | 52,63 | 75.71 | 341,46 | 521.88 |  |
| Полдник | Кефир | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/7 |
|  | Булочка | 60 | 70 | 4,8 | 5,6 | 7,2 | 8,4 | 37,2 | 43,4 | 240 | 280 | 5/3 |
| Итого за полдник |  |  |  | 6,1 | 7,06 | 10,22 | 10,82 | 41,2 | 48,4 | 324 | 380,8 |  |
| Итого за седьмой день |  |  |  | 30.87 | 39.69 | 34.54 | 44.1 | 149.21 | 191.82 | 1029 | 1323 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: восьмой***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 8 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша молочная «Дружба» | 180 | 200 | 2,68 | 2,97 | 2,34 | 2,6 | 34.4 | 36.2 | 189.28 | 210.3 | 3/7 |
|  | Какао с молоком | 150 | 200 | 2,35 | 3,13 | 2.54 | 3,5 | 18,1 | 24,13 | 71,1 | 94,8 | 4/2 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
|  | Сыр | 5 | 8 | 0,04 | 0,06 | 1,78 | 2,36 | 0 | 0 | 2,18 | 2,91 | 7/9 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 7,17 | 8.58 | 11.06 | 13.87 | 61.23 | 70.4 | 304.45 | 363.59 |  |
| 2-ой завтрак | Яблоко | 78 | 90 | 1,89 | 6,3 | 0,95 | 2,78 | 11,98 | 39,9 | 83,42 | 84,42 | 7/2 |
| Обед | Салат витаминный | 50 | 60 | 0,56 | 0,84 | 2,76 | 4,14 | 1,72 | 2,58 | 33,6 | 50,4 | 6/5 |
|  | Борщ со сметаной на к/б | 150 | 200 | 2,3 | 2,09 | 2 | 2.6 | 12,5 | 14,6 | 125.3 | 164.08 | 1/2 |
|  | Жаркое с мясом кур | 150 | 220 | 4.43 | 5.9 | 3,4 | 4.5 | 14,4 | 16.1 | 152.93 | 209.21 | 2/16 |
|  | Компот из сухофруктов витаминизированный | 150 | 200 | 1,2 | 1,6 | 0 | 0 | 21,3 | 17.5 | 58 | 77,3 | 4/6 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 11.67 | 14.2 | 9.43 | 12.76 | 67,63 | 72.07 | 449.85 | 604.19 |  |
| Полдник | Ряженка | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/15 |
|  | Творожный пудинг | 100 | 150 | 10,1 | 10.77 | 11,5 | 13.05 | 10,5 | 12.3 | 149,3 | 224 | 5/1 |
| Итого за полдник |  |  |  | 11,4 | 12.23 | 14,52 | 16.49 | 14,5 | 17.3 | 233,3 | 324,8 |  |
| Итого за восьмой день |  |  |  | 32.13 | 41.31 | 35.96 | 45.9 | 155.34 | 199.67 | 1071.02 | 1377 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: девятый***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 9 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Омлет натуральный | 150 | 180 | 8,05 | 10,41 | 7.97 | 9.4 | 14,05 | 19.73 | 182 | 242.67 | 5/2 |
|  | Свежий овощ(огурец, помидор) | 40 | 50 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,4 | 0,6 | 7/ 8, 7/14 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,9 | 9,2 | 52 | 69,33 | 4/3 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 10.18 | 12.87 | 12.37 | 14.81 | 29.74 | 39.1 | 276.29 | 368.18 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,9 | 9,9 | 41,4 | 41,4 | 4/10 |
| Обед | Соленый овощ(огурец, помидор) | 40 | 50 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,4 | 0,6 | 6/16, 6/17 |
|  | Суп рыбный | 150 | 200 | 3,45 | 4,6 | 3.39 | 5.2 | 8.65 | 13.53 | 125,5 | 165.12 | 1/4 |
|  | Овощное рагу с мясом говядины | 150 | 200 | 9.54 | 13,4 | 9.37 | 13.2 | 29.9 | 43.02 | 191.82 | 274.6 | 2/31 |
|  | Компот из яблок витаминизированный | 150 | 200 | 0,28 | 0,38 | 0,04 | 0,06 | 21,18 | 28,24 | 52,57 | 70,1 | 4/5 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2.4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 16.48 | 22.19 | 14.07 | 19.98 | 77.5 | 106.18 | 450.31 | 613.62 |  |
| Полдник | Кефир | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/7 |
|  | Рогалик с повидлом | 60 | 70 | 4,8 | 5,6 | 7,2 | 8,4 | 37,2 | 43,4 | 240 | 280 | 5/2 |
| Итого за полдник |  |  |  | 6,1 | 7,06 | 10,22 | 12.02 | 41,2 | 48,4 | 324 | 380,8 |  |
| Итого за девятый день |  |  |  | 32.76 | 42,12 | 36.66 | 46.81 | 158.34 | 203.58 | 1092 | 1404 |  |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 27

***День: десятый***

***Неделя: первая***

***Сезон: осеннее-зимнее***

***Возрастная категория: ясли, сад***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 10 |  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |  |
| Завтрак | Каша молочная пшеничная | 150 | 200 | 5,68 | 5,82 | 2,34 | 2,6 | 21,77 | 31 | 187,2 | 191 | 3/10 |
|  | Какао с молоком | 150 | 200 | 2,35 | 3,13 | 4,35 | 5,8 | 18,1 | 24,13 | 71,1 | 94,8 | 4/2 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2,4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Масло сливочное | 4 | 5 | 0,02 | 0,02 | 3,5 | 4,37 | 0,04 | 0,05 | 2,87 | 3,58 | 7/3 |
|  | Сыр | 5 | 8 | 0,04 | 0,06 | 1,78 | 2,36 | 0 | 0 | 2,18 | 2,91 | 7/9 |
| Итого за завтрак |  |  |  | 10,17 | 11,43 | 12,87 | 16,17 | 48,6 | 65,2 | 302,37 | 344,29 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,9 | 9,9 | 41,4 | 41,4 | 4/10 |
| Обед | Салат овощной витаминный | 40 | 60 | 0,56 | 0,84 | 2,76 | 4,14 | 1,72 | 2,58 | 33,6 | 50,4 | 6/6 |
|  | Суп овощной со сметаной | 150 | 200 | 2,3 | 2,09 | 3,3 | 3,73 | 12,5 | 18,6 | 117 | 113 | 1/8 |
|  | Свекла тушеная  | 100 | 120 | 3,19 | 3,89 | 3,03 | 3,4 | 10,3 | 12,36 | 75 | 81 | 2/25 |
|  | Тефтеля в томатном соусе | 60 | 90 | 6,17 | 7,2 | 6,36 | 7,54 | 7,44 | 11,16 | 99,9 | 104 | 2/24 |
|  | Компот из сухофруктов витаминизированный | 150 | 200 | 1,2 | 1,6 | 0 | 0 | 21,3 | 28,4 | 58 | 77,3 | 4/6 |
|  | Хлеб пшеничный | 22,5 | 30 | 2,08 | 2,4 | 0,9 | 1,04 | 8,69 | 10,02 | 39,02 | 52 | 7/4 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 1,1 | 1,37 | 0,37 | 0,48 | 9,02 | 11,27 | 41 | 51,2 | 7/5 |
| Итого за обед |  |  |  | 16,6 | 19,39 | 16,72 | 20,33 | 97 | 94,39 | 463,52 | 528,9 |  |
| Полдник | Ряженка | 150 | 180 | 1,3 | 1,46 | 3,02 | 3,62 | 4 | 5 | 84 | 100,8 | 4/15 |
|  | Печенье | 22,5 | 40 | 0,28 | 0,3 | 0,28 | 0,3 | 0,71 | 0,75 | 33,29 | 35,25 | 7/3 |
|  | Яблоко | 85 | 90 | 1,89 | 6,3 | 0,95 | 2,78 | 11,98 | 12,68 | 83,42 | 245,36 | 7/2 |
| Итого за полдник |  |  |  | 3,47 | 8,06 | 4,25 | 6,7 | 16,69 | 18,43 | 200,71 | 381,41 |  |
| Итого за десятый день |  |  |  | 30,24 | 38,88 | 33,84 | 43,2 | 146,16 | 187,92 | 1008 | 1296 |  |

Итого за период

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (Г) | Энергетичесая ценность  |
| Б | Ж | У |
|  | До 3 лет | От 3 до 7 л | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет | До 3 лет | От 3 до 7 лет |
|  |  |  | 31,49 | 40,5 | 35,25 | 44,99 | 152,26 | 195,72 | 1050,02 | 1349,99 |