

Утверждено  
 20.08.2018  
 20.08.2018

Принем пищи	Наименование	Выход блока		Принем пищи	Наименование блока	Выход блока		Принем пищи	Наименование	Выход блока	
		ясли	сад			ясли	сад			ясли	сад
День 1				День 2				День 3			
завтрак:	каша пшеничная молочная	150	200	завтрак:	вермишель молочная	150	200	завтрак:	суфле творожное со стученным	150/20	180/30
	хлеб с маслом	20/6	20/8		хлеб с маслом	20/6	20/8		вафли	20	20
	яйцо отварное	1 шт.	1 шт.		яйцо отварное	1 шт.	1 шт.		чай на молоке	150	180
	какао с молоком	150	180		коф. напиток с молоком	150	180	II завтрак	фрукты свежие (апельсин)	100	100
II завтрак	фрукты свежие	100	100	II завтрак	сок фруктовый	200	200	обед:	салат с консерв. кукурузой	40	60
обед:	с-т из свеклы с изюмом	40	60	обед:	салат "Здоровье"	40	60		рассольник	150	250
	суп "Бабушкин"	150	250		суп рыбный "Уха"	150/30	200/50		голубцы	200	200
	печень тушенная с томат-	70/20	80/30		котлеты мясные с красным	60/10	70/20		ленивые с	150	
	картофельное пюре	130	150		каша гречневая	120	150		компот из с/ф		
	кисель	150	200		компот из с/ф	150	200		кисель "Валетек"		200
	хлеб пшеничный	20	20		хлеб пшеничный	20	20		хлеб пшеничный	20	20
	хлеб ржаной	30	40		хлеб ржаной	30	40		хлеб ржаной	30	40
полдник:	запеченный батон с	25/2,5/5	50/5/10	полдник:	сочник с творогом	60	80		ватрушка с повидлом	50	70
	коф. напиток с молоком	150	180		к.м. продукция "Йогурт"	150	180		какао с молоком	150	180
	соль за весь день	3	5		соль за весь день	3	5		Соль за весь день	3	5
Принем пищи				Принем пищи				Принем пищи			
День 6				День 7				День 8			
завтрак:	каша манная молочная	150	200	завтрак:	каша молочная "Дружба"	150	200	завтрак:	запеканка творожная со стученным молоком	150/20	180/30
	хлеб с маслом	20/6	20/8		хлеб с маслом и сыром	20/6/8	20/8/10		печенье	20	20
	яйцо отварное	1 шт.	1 шт.		какао с молоком	150	180		чай на молоке	150	180
	коф. напиток с молоком	150	180	II завтрак	сок фруктовый	200	200	II завтрак	фрукты свежие (банан)	100	100
II завтрак	фрукты свежие (банан)	100	100	обед:	салат с зеленым горошком и	40	60	обед:	шара кабачковая	40	60
обед:	салат из свеклы с	40	60		суп "Кудравый" со смет	150/5	250/8		борщ со сметаной	150/8	250/10
	суп гороховый с	150/10	250/20		суфле из рыбы с томатно-	70/20	80/30		котлета куриная с красным	70/10	80/20
	запеканка картоф с	160/20	180/30		картофельное пюре	130	150		макаронны отварные	130	150
	мясом с томат смет				компот из с/ф	150	200		компот из с/ф	150	200
	хлеб пшеничный	30	40		кисель "Валетек"	30	40		хлеб пшеничный	20	20
полдник:	булочка с прсыпкой	50	70		хлеб пшеничный	20	20		хлеб ржаной	30	40
	к.м. продукция "Йогурт"	150	180	полдник:	вареники ленивые с творогом	80/5	100/6		пирожок с морковью и	60	70
	соль за весь день	3	5		соль за весь день	3	5		к.м. продукция "Снежок"	150	180
									соль за весь день	3	5

Зиньковский  
 Зиньковский Р.И.  
 2013.03.20

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	
		ясли	сад			ясли	сад
День 4				День 5			
завтрак	каша сборная молочная	150	200	завтрак:	каша молочная "геркулес"	150	200
	яйцо отварное	1 шт.	1 шт.		хлеб с маслом	20/6	20/8
	сыр порционно	8	10		яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
	коф. напиток с молоком	150	180		чай с молоком	150	180
	пшеничный хлеб	20	20	II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	100
II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	100	обед:	салат "Зимний"	40	60
обед:	винегрет	40	60		суп с клецками	150	250
	суп с мясными фрикадельк	150/15	250/15		плов из мяса	160	200
	котлеты рыбные с томатно-сметанным соусом	70/20	80/30		кисель	150	200
	картофельное пюре	130	150		хлеб пшеничный	20	20
	компот из с/ф	150	200		хлеб ржаной	30	40
	хлеб пшеничный	20	20	полдник:	булочка с сахаром	50	70
	хлеб ржаной	30	40		сок фруктовый	200	200
полдник:	печенье	20	60	ужин:	слож гарнир (картофель с капустой)	150	180
	к.м. продукция "Снежок"	150	180		компот из с/ф	150	200
	соль за весь день	3	5		соль за весь день	3	5
Принем пищи				Принем пищи			
День 9				День 10			
завтрак:	каша пшеничная молочная	150	200	завтрак:	каша молочная кукурузная	150	200
	сыр порционно	8	10		хлеб с маслом	20/6	20/8
	яйцо отварное	1 шт.	1 шт.		яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
	коф. напиток с молоком	150	180		какао с молоком	150	180
	пшеничный хлеб	20	20	II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	100
II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	100	обед:	салат из кашеиной капусты	40	60
обед:	салат "Степной"	40	60		сметанник со сметаной	150/8	250/10
	ши из свежей капусты со сметаной	150/8	250/10		мясо тушеное с соусом	50/20	60/20
	курник с мясным фаршем и картофелем	160	180		гороховое пюре	120	150
	кисель	150	200		компот из с/ф	150	200
	хлеб пшеничный	-	-		хлеб пшеничный	20	20
	хлеб ржаной	30	40		хлеб ржаной	30	40
полдник:	вафли	20	60	полдник:	батон с маслом и сыром	25/2,5/5	50/5/10
	каша с молоком	150	180		коф. напиток с молоком	150	180
ужин:	шницель рыбный с томатно-сметанным соусом	70/20	80/30	ужин:	вермишель, молочная	150	200
	соль за весь день	3	5		соль за весь день	3	5