

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



20.03.23 День 1

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	227/18	6,08	7,07	31,22	212,90
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	10	75/18	2,56	2,61	0,00	33,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	465/18	2,94	2,62	16,42	100,99
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)(50)	50	150/18	0,60	3,50	3,70	48,70
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(200)	200	144/13	4,52	3,84	17,93	121,74
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"(70)	70	341/18	10,50	5,97	8,46	129,57
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	130	256/18	4,89	5,44	31,65	195,15
СОУС ТОМАТНЫЙ (50)	50	419/18	0,43	2,10	3,24	33,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	108/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	109/13	1,32	0,24	6,80	34,64
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	469/18	5,60	5,00	9,46	105,24
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30)	30	590/13	2,25	2,94	22,32	124,74
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	82/18	0,40	0,40	9,80	44,40
<u>УЖИН</u>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	150	283/18	19,36	8,77	24,51	254,40
СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	483/18	0,05	0,00	9,59	38,52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	459/18	0,06	0,01	10,20	41,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	108/13	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	115/13	1,32	0,24	6,80	34,64

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



21.03.23 День 2

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	220/18	7,51	7,45	34,02	233,12
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	460/18	1,40	1,25	12,35	66,23
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	1,22	7,78
<u>ОБЕД</u>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(60)	60	26/18	0,86	3,65	5,07	56,62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(200/30)	200/30	146/13	2,35	3,47	14,20	97,45
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(200)	200	407/2013	24,58	15,96	18,49	315,93
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	487/18	0,33	0,21	15,23	64,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	108/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	109/2013	3,30	0,60	17,00	86,60
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(190)	190	470/18	9,50	6,08	16,15	157,32
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ(60)	60	543/18	4,39	9,61	34,40	241,67
<u>УЖИН</u>						
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ(70)	70	347/13	10,05	1,95	5,54	79,93
СОУС ТОМАТНЫЙ (50)	50	419/18	0,43	2,10	3,24	33,50
РИС ОТВАРНОЙ(130)	130	385/18	3,49	5,99	36,41	213,53
ЧАЙ С САХАРОМ	200	457/18	0,00	0,00	9,98	39,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	114/13	1,52	0,16	9,84	46,88

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



22.03.23 День 3

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ(200)	200	141/18	4,82	5,44	17,56	138,45
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(15)	15	75/18	3,84	3,92	0,00	50,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	464/18	1,54	1,37	14,05	74,68
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ(50)	50	43/18	0,81	3,15	5,88	55,04
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	95/18	1,87	6,13	10,99	106,65
КНЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ(С)(70)	70	338/21	1,66	4,50	5,43	68,87
КАПУСТА ТУШЕНАЯ(150)	150	380/18	4,01	5,88	14,77	128,04
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	573/21	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	109/13	3,30	0,60	17,00	86,60
<u>ПОЛДНИК</u>						
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ(ИЗЮМА)	200	494/18	0,46	0,10	33,12	135,22
кондитерское изделие(50)	50	590/13	3,75	4,90	37,20	207,90
<u>УЖИН</u>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	279/18	23,62	11,00	29,51	311,47
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ(50)	50	406/18	1,28	2,61	8,18	61,34
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	459/18	0,06	0,01	10,20	41,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(50)	50	108/13	3,80	0,40	24,60	117,20

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



23.03.23 День 4

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ	200	232/18	6,45	8,63	12,14	207,44
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(15)	15	86/18	0,06	0,00	9,90	39,84
КАКАО С МОЛОКОМ	200	462/18	3,29	2,80	14,91	98,00
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ(60)	60	34/18	0,86	3,05	5,00	50,92
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	100/18	1,96	6,25	13,97	119,95
СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)	70	303/18	11,11	6,73	2,37	118,10
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(150)	150	377/18	3,27	6,69	22,39	162,91
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	488/18	0,50	0,23	11,81	53,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	108/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	115/13	1,98	0,36	10,20	51,96
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	469/18	5,60	5,00	9,46	105,24
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	542/18	4,47	8,63	33,58	229,89
<u>УЖИН</u>						
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ(70)	70	356/18	13,45	8,20	3,57	141,91
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(130)	130	202/18	4,94	5,58	25,00	169,96
ЧАЙ С САХАРОМ	200	457/18	0,00	0,00	9,98	39,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	573/21	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



24.03.23 День 5

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	230/18	5,30	6,68	26,44	187,00
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	10	75/18	2,56	2,61	0,00	33,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	465/18	2,94	2,62	16,42	100,99
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)	50	9/18	0,80	2,55	4,12	42,62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(200)	200	116/18	2,29	2,37	16,69	97,25
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(210)	210	375/18	23,43	19,32	39,95	427,40
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	108/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	109/13	3,30	0,60	17,00	86,60
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(180)	180	470/18	9,00	5,76	15,30	156,60
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30)	30	590/13	2,25	2,94	22,32	124,74
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(130)	130	82/18	0,52	0,52	12,74	57,72
<u>УЖИН</u>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	205	260/18	10,72	10,04	42,54	303,38
СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ	50	403/18	0,42	2,22	2,50	31,68
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	496/18	0,32	0,00	12,78	52,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	114/13	1,52	0,16	9,84	46,88

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



27.03.23 День 6

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	227/18	6,08	7,07	31,22	212,90
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
КАКАО С МОЛОКОМ	200	462/18	3,29	2,80	14,91	98,00
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)(50)	50	150/18	0,60	3,50	3,70	48,70
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	104/18	1,81	7,16	7,65	102,26
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЁЖИКИ"(70/30)	70/30	350/18	10,16	8,90	9,46	158,61
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ(150)	150	258/18	5,14	4,27	31,45	184,89
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	487/18	0,20	0,20	14,80	61,77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	108/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	109/2013	3,30	0,60	17,00	86,60
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	469/18	5,60	5,00	9,46	105,24
кондитерское изделие(30)	30	590/13	2,25	2,94	22,32	124,74
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	82/18	0,40	0,40	9,80	44,40
<u>УЖИН</u>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	150	283/18	19,36	8,77	24,51	254,40
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ(50)	50	406/18	1,28	2,61	8,18	61,34
ЧАЙ С САХАРОМ	200	457/18	0,00	0,00	9,98	39,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(50)	50	108/13	3,80	0,40	24,60	117,20

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



28.03.23 День 7

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	233/18	6,00	7,37	29,24	207,21
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(15)	15	75/18	3,84	3,92	0,00	50,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	465/18	2,94	2,62	16,42	100,99
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ КОСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ)(50)	50	149/18	0,40	0,05	0,85	5,45
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	98/18	2,02	6,11	14,00	119,06
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ(80)	80	308/18	9,63	1,91	5,26	80,46
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(150)	150	377/18	3,27	6,69	22,39	162,91
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(50)	50	573/21	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ(40)	40	574/21	2,64	0,48	13,60	69,28
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(190)	190	470/18	9,50	6,08	16,15	165,30
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(60)	60	530/18	3,73	2,22	42,29	204,05
<u>УЖИН</u>						
БИГУС(С)(220)	220	329/21	22,71	22,78	10,48	337,75
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	496/18	0,32	0,00	12,78	52,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



29.03.23 День 8

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ДРУЖБА	200	226/18	5,24	7,39	28,67	202,18
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(15)	15	86/18	0,06	0,00	9,90	39,84
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	460/2018	1,40	1,25	12,35	66,23
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)	50	9/18	0,80	2,55	4,12	42,62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(200)	200	116/18	2,29	2,37	16,69	97,25
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР(70)	70	410/13	14,57	11,06	5,11	178,25
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	419/18	0,26	1,26	1,94	20,10
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(150)	150	202/18	5,70	6,44	28,85	193,36
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	488/18	0,50	0,23	11,81	53,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	114/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	109/13	1,98	0,36	10,20	51,96
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	469/18	5,60	5,00	9,46	105,24
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(50)	50	590/13	3,75	4,90	37,20	207,90
<u>УЖИН</u>						
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ(70)	70	346/18	14,25	6,65	6,82	144,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	130	256/18	4,89	5,43	31,65	195,10
СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ	50	403/18	0,42	2,22	2,50	31,68
ЧАЙ С САХАРОМ	200	457/18	0,00	0,00	9,98	39,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	108/13	2,28	0,24	14,76	70,32

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



30.03.23 День 9

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ	200	232/18	6,45	8,63	12,14	151,99
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	10	75/18	2,56	2,61	0,00	33,73
КАКАО С МОЛОКОМ	200	462/18	3,29	2,80	14,91	98,00
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(50)	50	26/18	0,72	3,05	4,22	47,18
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ(СО СМЕТАНОЙ)(200/10)	200/10	119/18	2,04	6,21	11,28	109,20
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С)(200)	200	328/21	4,41	7,56	22,92	177,42
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)	40	108/13	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	109/13	3,30	0,60	17,00	86,60
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(190)	190	470/18	9,50	6,08	16,15	157,32
ВАТРУШКА ТВОРОЖНАЯ	60	531/18	8,99	4,67	26,76	185,07
<u>УЖИН</u>						
СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)	70	303/18	11,11	6,73	2,37	114,53
СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ(30)	30	435/13	1,06	2,01	3,83	37,68
РИС ОТВАРНОЙ(130)	130	385/18	3,49	5,99	36,41	213,53
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	459/18	0,06	0,01	10,20	41,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	108/13	2,28	0,24	14,76	70,32

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"

_____/Волнеина Д.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____/Ардашева Е.С./

М.П.



31.03.23 День 10

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ВЗЛЁТ"(3-7 лет)10д

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(200)	200	140/18	5,69	5,03	19,67	146,69
БАТОН(20)	20	111/13	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	465/18	2,94	2,62	16,42	100,99
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	501/18	0,50	0,10	0,10	46,00
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ КОСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ)(50)	50	149/18	0,40	0,05	0,85	5,45
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(СО СМЕТАНОЙ)(200/10)	200/10	117/18	1,79	6,20	9,51	101,02
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ(70)	70	372/18	15,83	9,72	7,25	179,79
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(150)	150	377/18	3,27	6,69	22,39	162,91
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	487/18	0,33	0,21	15,23	64,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	114/13	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	109/13	3,30	0,60	17,00	86,60
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	469/18	5,60	5,00	9,46	105,24
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30)	30	590/13	2,25	2,94	22,32	124,74
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(130)	130	82/18	0,52	0,52	12,74	57,72
<u>УЖИН</u>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ(50)	50	25/18	1,08	3,04	3,86	47,17
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(200)	200	268/18	17,82	24,21	4,55	307,34
ЧАЙ С САХАРОМ	200	457/18	0,00	0,00	9,98	39,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	114/13	2,28	0,24	14,76	70,32

Зав. производством _____

Калькулятор _____