

ПРИНЯТО:  
Общее собрание трудового коллектива  
ГБОУ ООШ №2  
Протокол №1  
«30» 05.2025г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ГБОУ ООШ №2  
\_\_\_\_\_ Е.В.Телегина

«30.05.2025г.

**ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД  
В ВОЗРАСТЕ от 2 до 3 лет и от 3 до 7 лет  
посещающих ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»,  
с 12 часовым пребыванием**

Неделя первая  
 День недели понедельник

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша молочная рисовая	200	200	5.23	6.98	7.8	10.4	18.757	25	166.78	222.38	1/1а
Батон с маслом	20/3	25/4	1.5	1.9	2.9	3.6	9.75	12.18	72	90	50
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>373</b>	<b>409</b>	<b>6.8</b>	<b>9</b>	<b>10.71</b>	<b>14.02</b>	<b>35.607</b>	<b>47.38</b>	<b>267.78</b>	<b>353.38</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Сок	100	100	0,5	0,5	0,00	0,00	10.1	10.1	42,22	42.22	49
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10.1</b>	<b>10.1</b>	<b>42,22</b>	<b>42.22</b>	
<b>Обед</b>											
Салат из свежей капусты	40	60	0.62	0.92	2.8	3	2.72	4.09	38.54	47.02	36
Борщ на кур/б со сметаной	150	200	4.29	5.1	6.49	7.3	7.92	9.61	108.57	126.32	16
Бефстроганов из печени	50	60	6.97	8.364	2.09	2.508	2.61	3.132	57.145	68.574	24
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Компот из с//фруктов	150	180	0.33	0.40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>540</b>	<b>680</b>	<b>12.02</b>	<b>14.484</b>	<b>16.86</b>	<b>9.008</b>	<b>63.31</b>	<b>77.692</b>	<b>470.885</b>	<b>562.794</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Суп молочный ячневый	180	200	5.26	7.01	6.07	8.09	21.29	28.39	159.75	196.53	8
Булочка домашняя	60	60	6.4	6.4	5.6	5.6	43.7	43.7	249.90	249.90	47
Молоко	150	180	4.58	6.165	4.08	5.490	7.58	10.203	85	114.75	55
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>390</b>	<b>440</b>	<b>16.24</b>	<b>19.575</b>	<b>15.75</b>	<b>19.18</b>	<b>72.57</b>	<b>82.293</b>	<b>494.65</b>	<b>561.18</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1403</b>	<b>1629</b>	<b>35.56</b>	<b>43.559</b>	<b>43.32</b>	<b>42.208</b>	<b>181.587</b>	<b>217.465</b>	<b>1275.535</b>	<b>1519.574</b>	

Неделя первая  
 День недели вторник

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша молочная «Дружба»	150	200	4.66	6.21	5.80	7.73	20.79	27.71	150.75	201	2
Батон с маслом	20/3	25/4	1.5	1.9	2.9	3.6	9.75	12.18	72	90	50
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>323</b>	<b>409</b>	<b>6.23</b>	<b>8.23</b>	<b>8.71</b>	<b>11.35</b>	<b>37.64</b>	<b>50.09</b>	<b>251.75</b>	<b>332</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Банан	100	100	0.9	0.9	0.30	0.30	4.80	4.80	57.00	57.00	53
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0.9</b>	<b>0.9</b>	<b>0.30</b>	<b>0.30</b>	<b>4.80</b>	<b>4.80</b>	<b>57.00</b>	<b>57.00</b>	
<b>Обед</b>											
Салат из тушеных овощей	40	50	0.8	1.2	4.5	6.8	7.6	11.4	74.67	112	38
Суп картофельный с рыбой	180	250	18.48	24.64	1.99	2.66	9.9	13.19	145.6	194.1	17/17а
Макароны отварные	100	125	3.66	4.8	3.53	4.5	20.85	29	125.3	168.2	30
Котлета куриная, соус томатный	79.39	95/41	12.42	14.1	11.19	12.71	12.59	14.31	201.15	214.67	26
Компот из с/ф	150	180	0.33	0,40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>628</b>	<b>791</b>	<b>38.11</b>	<b>48.16</b>	<b>21.89</b>	<b>27.47</b>	<b>89</b>	<b>384.56</b>	<b>712.15</b>	<b>890.25</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Омлет	100	100	11.68	11.68	19.87	19.87	1.55	1.55	172.9	172.9	10
Кондитерские изделия (вафля)	20	20	0.56	0.56	0.66	0.66	15.46	15.46	71.13	71.13	44
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
<b>ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>270</b>	<b>300</b>	<b>14.58</b>	<b>15.09</b>	<b>22.43</b>	<b>22.94</b>	<b>30.866</b>	<b>31.37</b>	<b>334.52</b>	<b>335.03</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1321</b>	<b>1600</b>	<b>59.82</b>	<b>72.38</b>	<b>53.33</b>	<b>62.06</b>	<b>162.306</b>	<b>470.82</b>	<b>1355.42</b>	<b>1614.28</b>	

Неделя первая  
 День недели среда

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Суп молочный гречневый	150	200	4.24	5.48	4.57	5.9	12.74	17.82	109.09	141.06	7
Батон с джемом	20/10	25/12	2.31	3.06	0.87	1.16	25.82	30.96	120.37	146.54	52
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>417</b>	<b>6.62</b>	<b>8.66</b>	<b>5.45</b>	<b>7.08</b>	<b>45.66</b>	<b>58.98</b>	<b>258.46</b>	<b>328.6</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0,00	0,00	10.1	10.1	42,22	42.22	49
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10.1</b>	<b>10.1</b>	<b>42,22</b>	<b>42.22</b>	
<b>Обед</b>											
Огурец консервированный	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.50	0.75	2.8	4.2	42
Рассольник на кур/б-не со сметаной	150	200	3.9	5.14	4.4	5.8	11.8	15.9	106.6	136.3	19
Биточек рыбный с овощами в сметанном соусе	70	80	9.3	12.3	3.1	5.2	1.6	2.1	73.3	105.1	31
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Напиток из шиповника	150	180	0,23	0,31	0,1	0,1	18,28	24,37	72,57	96,76	56
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>ВСЕГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>670</b>	<b>18.21</b>	<b>23.71</b>	<b>13.08</b>	<b>17.61</b>	<b>61.41</b>	<b>78.99</b>	<b>437.15</b>	<b>561.54</b>	
Уплотненный полдник											
Каша молочная пшеничная	150	200	5.07	6.76	7.8	10.4	19.4	25.87	168.7	224.9	6/6а
Кисель	150	180	0.24	0.32	0.11	0.014	14.59	19.45	60.80	80	58
<b>ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>300</b>	<b>380</b>	<b>5.31</b>	<b>7.08</b>	<b>7.91</b>	<b>10.414</b>	<b>33.99</b>	<b>45.32</b>	<b>229.50</b>	<b>304.9</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1270</b>	<b>1567</b>	<b>30.64</b>	<b>39.95</b>	<b>26.44</b>	<b>35.104</b>	<b>150.26</b>	<b>1936.39</b>	<b>967.33</b>	<b>1237.26</b>	

Неделя первая  
 День недели четверг

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша молочная геркулесовая	150	180	4.99	5.99	8.24	9.89	16.98	20.38	162.33	194.76	4/4а
Батон с маслом, с сыром	20/4/8	25/5/15	3.24	5.06	4.48	7	9,36	14.82	92.8	145	51
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.15	0.18	0	0	9.75	11.7	37.8	45.36	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>332</b>	<b>405</b>	<b>8.38</b>	<b>11.23</b>	<b>12.72</b>	<b>16.89</b>	<b>36.09</b>	<b>46.9</b>	<b>292.93</b>	<b>385.12</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Ряженка	80	100	<b>2.32</b>	<b>2.90</b>	<b>2.56</b>	<b>3.2</b>	<b>3.2</b>	<b>4</b>	<b>46.93</b>	<b>58.67</b>	48
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>2.32</b>	<b>2.90</b>	<b>2.56</b>	<b>3.2</b>	<b>3.2</b>	<b>4</b>	<b>46.93</b>	<b>58.67</b>	
<b>Обед</b>											
Яйцо вареное	0.5	0.5	2.54	2.54	2.3	2.3	0.14	0.14	31.5	31.5	43
Суп с клецками на кур/б	180	200	7.065	7.85	3.99	4.43	40.39	44.88	225.68	250.75	21
Овощное рагу с курицей	150	200	6.81	9.08	12.36	14.56	17.1	20.3	272.01	296.5	34
Компот из с/ф	150	180	0.33	0.40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>520.5</b>	<b>630.5</b>	<b>19.165</b>	<b>22.89</b>	<b>19.33</b>	<b>22.09</b>	<b>95.69</b>	<b>111.98</b>	<b>694.62</b>	<b>780.03</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Салат «Здоровье»	70	70	0.86	0.86	4.3	4.3	4.37	4.37	57.81	57.81	41
Кондитерские изделия (печенье)	18	20	1.38	1.5	1.74	1.93	13.38	14.87	75.06	83.4	45
Коф. напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
<b>ВСЕГО ЗАПОЛДНИК</b>	<b>238</b>	<b>270</b>	<b>4.58</b>	<b>5.21</b>	<b>7.94</b>	<b>8.04</b>	<b>35.606</b>	<b>33.6</b>	<b>223.36</b>	<b>232.21</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1170.5</b>	<b>1405.5</b>	<b>206.93</b>	<b>42.23</b>	<b>42.55</b>	<b>50.82</b>	<b>166.586</b>	<b>196.48</b>	<b>1257.84</b>	<b>1456.03</b>	

Неделя первая  
 День недели пятница

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша молочная манная	150	200	4.39	5.86	7.46	9.95	20.11	26.8	166	221.38	5/5a
Батон с маслом/ с сыром	20/4/8	25/5/15	3.24	5.06	4.48	7	9,36	14.82	92.8	145	51
Какао на молоке	150	180	3.15	3.67	2.72	3.19	12.96	15.82	89	107	61
<b>Всего за завтрак</b>	<b>332</b>	<b>425</b>	<b>10.78</b>	<b>14.59</b>	<b>14.66</b>	<b>20.14</b>	<b>42.43</b>	<b>57.44</b>	<b>347.8</b>	<b>473.38</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Яблоко	100	100	<b>0,35</b>	0,35	0	0	9,91	9.91	41.04	41.04	54
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9,91</b>	<b>9.91</b>	<b>41.04</b>	<b>41.04</b>	
<b>Обед</b>											
Свекольник на кур/.б-не	150	250	1,15	1.92	3.8	6.33	7.47	10.05	62.49	104.12	22
Плов с курицей	150	200	14.5	17.8	13.86	18.48	25.09	33.46	285	380	32
Сок фруктовый	140	140	0.7	0.7	0	0	14.14	14.14	59.108	59.108	49/a
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,4 2	0,36/0,42	8,86/8,3 7	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>480</b>	<b>640</b>	<b>18.77</b>	<b>23.44</b>	<b>18.32</b>	<b>25.59</b>	<b>63.93</b>	<b>79.32</b>	<b>487.278</b>	<b>642.808</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Творожно-рисовая запеканка со сгущенкой	90/15	100/15	7.2	7.29	7.2	7.3	35.9	36.2	229.5	239.6	12
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.15	0.18	0	0	9.75	11.7	37.8	45.36	60
<b>ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>255</b>	<b>295</b>	<b>7.35</b>	<b>7.47</b>	<b>7.2</b>	<b>7.3</b>	<b>45.65</b>	<b>47.9</b>	<b>267.3</b>	<b>284.96</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1167</b>	<b>1460</b>	<b>37.25</b>	<b>45.85</b>	<b>40.18</b>	<b>53.03</b>	<b>161.92</b>	<b>194.57</b>	<b>1143.418</b>	<b>1142.188</b>	

Неделя вторая  
 День недели понедельник

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Макароны с сыром	100	110	2.68	3.46	5.76	6.6	16.3	22.81	146.24	188.5	1/1а
Батон с маслом	20/3	25/4	1.5	1.9	2.9	3.6	9.75	12.18	72	90	50
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>273</b>	<b>319</b>	<b>4.25</b>	<b>5.48</b>	<b>8.67</b>	<b>10.22</b>	<b>33.15</b>	<b>45.19</b>	<b>247.24</b>	<b>319.5</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Сок	100	100	0,5	0,5	0,00	0,00	10.1	10.1	42,22	42.22	49
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10.1</b>	<b>10.1</b>	<b>42,22</b>	<b>42.22</b>	
<b>Обед</b>											
Салат витаминный	40	60	056	0.84	2.43	3.64	3.6	5.41	34.96	52.44	37
Щи на кур/б со сметаной	150	250	1.04	1.74	2.93	4.88	5.09	9.21	35	85	15
Бефстроганов из печени	50	60	6.97	8.364	2.09	2.508	2.61	3.132	57.145	68.574	24
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Компот из с//фруктов	150	180	0.33	0.40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>540</b>	<b>730</b>	<b>13.62</b>	<b>17.064</b>	<b>12.93</b>	<b>17.528</b>	<b>61.36</b>	<b>106.8</b>	<b>393.735</b>	<b>526.894</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Творожный пирог с посыпкой	100	120	13.6	16.32	9.26	11.112	9.92	11.904	183.13	219.7	13
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>250</b>	<b>300</b>	<b>15.94</b>	<b>19.17</b>	<b>11.16</b>	<b>13.522</b>	<b>23.776</b>	<b>26.264</b>	<b>273.62</b>	<b>310.7</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1163</b>	<b>1449</b>	<b>34.31</b>	<b>42.214</b>	<b>32.76</b>	<b>41.27</b>	<b>128.386</b>	<b>188.354</b>	<b>956.815</b>	<b>1199..314</b>	

Неделя вторая  
 День недели вторник

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
<b>Омлет</b>	100	100	11.68	11.68	19.87	19.87	1.55	1.55	172.9	172.9	10
Батон с маслом	20/3	25/4	1.5	1.9	2.9	3.6	9.75	12.18	72	90	50
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>273</b>	<b>309</b>	<b>13.25</b>	<b>13.7</b>	<b>22.78</b>	<b>23.49</b>	<b>18.4</b>	<b>23.93</b>	<b>273.9</b>	<b>303.9</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Фрукт (Банан)	100	100	0.9	0.9	0.30	0.30	4.80	4.80	57.00	57.00	53
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0.9</b>	<b>0.9</b>	<b>0.30</b>	<b>0.30</b>	<b>4.80</b>	<b>4.80</b>	<b>57.00</b>	<b>57.00</b>	
<b>Обед</b>											
Салат из свеклы с чесноком	35	40	0.408	0.61	1.98	2.04	2.48	3.58	24.94	35.11	39
Суп картофельный с рыбой	180	250	18.48	24.64	1.99	2.66	9.9	13.19	145.6	194.1	17/17a
Гречка отварная	110	150	3.05	4.58	3.34	5.01	13.68	20.52	97	145.50	27
Гуляш куриный	80	80	4	4	11	11	14	14	173	173	25
Компот из с/ф	150	180	0.33	0,40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>595</b>	<b>750</b>	<b>28.688</b>	<b>37.25</b>	<b>18.99</b>	<b>21.51</b>	<b>78.12</b>	<b>97.95</b>	<b>605.97</b>	<b>748.99</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											10
Каша молочная пшенная	150	200	5.07	6.76	7.8	10.4	19.4	25.87	168.7	224.9	3/3a
Кондитерское изделие (вафля)	18	20	0.504	0.560	0.594	0.66	13.914	15.46	64.02	71.13	44
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>318</b>	<b>400</b>	<b>7.914</b>	<b>10.17</b>	<b>10.294</b>	<b>13.47</b>	<b>47.17</b>	<b>55.69</b>	<b>323.21</b>	<b>387.03</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1286</b>	<b>1559</b>	<b>50.752</b>	<b>62.02</b>	<b>52.364</b>	<b>58.77</b>	<b>148.49</b>	<b>181.47</b>	<b>1260.08</b>	<b>1496.92</b>	

Неделя вторая

День недели среда

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Суп молочный вермишелевый	150	200	4.95	6.58	6.75	9.0	27	26.12	140.28	187.04	9/9а
Батон с джемом	20/10	25/12	2.31	3.06	0.87	1.16	25.82	30.96	120.37	146.54	52
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>417</b>	<b>7.33</b>	<b>9.76</b>	<b>7.63</b>	<b>10.18</b>	<b>59.92</b>	<b>67.28</b>	<b>289.75</b>	<b>374.58</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0,00	0,00	10.1	10.1	42,22	42.22	49
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10.1</b>	<b>10.1</b>	<b>42,22</b>	<b>42.22</b>	
<b>Обед</b>											
Огурец консервированный	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.50	0.75	2.8	4.2	42
Суп «Метелица» на кур/б-не со сметаной	150	200	4.8	6.2	4.1	5.4	12.2	16.9	105.7	142.3	18
Рыбная котлета в сметанном соусе	70	80	9.3	12.3	3.1	5.2	1.6	2.1	73.3	105.1	31
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Напиток из шиповника	150	180	0,23	0,31	0,1	0,1	18,28	24,37	72,57	96,76	56
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>540</b>	<b>670</b>	<b>19.21</b>	<b>24.77</b>	<b>12.78</b>	<b>17.21</b>	<b>61.81</b>	<b>79.99</b>	<b>436.25</b>	<b>567.54</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Пирожок с картошкой	70	70	3.10	3.10	1.60	1.60	21.10	21.10	110.70	110.70	46
Молоко	150	180	4.58	6.165	4.08	5.490	7.58	10.203	85	114.75	55
<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	<b>7.68</b>	<b>9.265</b>	<b>5.68</b>	<b>7.09</b>	<b>28.68</b>	<b>31.303</b>	<b>195.7</b>	<b>225.45</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1190</b>	<b>1437</b>	<b>34.72</b>	<b>44.295</b>	<b>26.09</b>	<b>34.48</b>	<b>160.51</b>	<b>188.673</b>	<b>963.92</b>	<b>1209.79</b>	

Неделя вторая

День недели четверг

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Каша молочная пшеничная	150	200	5.07	6.76	7.81	10.41	19.4	25.86	168.7	224.94	6/6а
Батон с маслом	20/3	25/4	1.5	1.9	2.9	3.6	9.75	12.18	72	90	50
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
<b>Всего за завтрак</b>	<b>323</b>	<b>409</b>	<b>6.64</b>	<b>8.78</b>	<b>10.72</b>	<b>14.03</b>	<b>36.25</b>	<b>48.24</b>	<b>269.7</b>	<b>355.94</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Снежок	80	100	2.32	2.90	2.56	3.2	3.2	4	46.93	58.67	48
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>2.32</b>	<b>2.90</b>	<b>2.56</b>	<b>3.2</b>	<b>3.2</b>	<b>4</b>	<b>46.93</b>	<b>58.67</b>	
<b>Обед</b>											
Яйцо вареное	0.5	0.5	2.54	2.54	2.3	2.3	0.14	0.14	31.5	31.5	43
Суп вермишелевый на кур/б	150	250	1.61	2.68	1.70	2.83	10.2	17.14	62.8	104.7	20
Капуста тушеная с мясом	150	200	14.29	19.7	11.71	15.0	9.73	13.65	201.0	269.0	35
Компот из сухофруктов	150	180	0.33	0.40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,4 2	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>490.5</b>	<b>680.5</b>	<b>21.19</b>	<b>28.34</b>	<b>16.39</b>	<b>20.93</b>	<b>58.13</b>	<b>77.59</b>	<b>460.73</b>	<b>606.48</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Винегрет	70	70	0.87	0.87	6.1	6.1	4.59	4.59	75.37	75.37	40
Кондитерское изделие (печенье)	18	20	1.38	1.5	1.74	1.93	13.38	14.87	75.06	83.4	45
Кофейный напиток на молоке	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>238</b>	<b>270</b>	<b>4.59</b>	<b>5.22</b>	<b>9.74</b>	<b>10.44</b>	<b>31.826</b>	<b>33.82</b>	<b>240.92</b>	<b>249.77</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1131.5</b>	<b>1459.5</b>	<b>34.74</b>	<b>45.24</b>	<b>39.41</b>	<b>48.6</b>	<b>129.406</b>	<b>163.65</b>	<b>1018.28</b>	<b>1270.86</b>	

Неделя вторая

День недели пятница

	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Творожно-манная запеканка со сгущенкой	120	150	21.04	26.31	14.46	18.09	20.58	25.74	296	372	11
Батон с маслом/с сыром	20/4/8	25/5/15	3.24	5.06	4.48	7	9,36	14.82	92.8	145	51
Какао с молоком	150	180	3.15	3.67	2.72	3.19	12.96	15.82	89	107	61
<b>Всего за завтрак</b>	<b>302</b>	<b>375</b>	<b>27.43</b>	<b>35.04</b>	<b>21.66</b>	<b>28.28</b>	<b>42.9</b>	<b>56.38</b>	<b>477.8</b>	<b>624</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Фрукт (яблоко)	100	100	<b>0,35</b>	0,35	0	0	9,91	9.91	41.04	41.04	54
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9,91</b>	<b>9.91</b>	<b>41.04</b>	<b>41.04</b>	
<b>Обед</b>											
Суп гороховый на кур.б-не	150	200	6.77	8.46	1.87	2.34	18.78	23.49	119.06	148.82	23
Картофель тушеный с курицей	150	200	8.20	10.93	11.25	15.0	16.68	20.91	196.77	262.36	33
Кисель	150	180	0.24	0.32	0.11	0.014	14.59	19.45	60.80	80	58
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>490</b>	<b>630</b>	<b>17.63</b>	<b>22.73</b>	<b>13.89</b>	<b>18.134</b>	<b>67.28</b>	<b>85.85</b>	<b>457.31</b>	<b>590.76</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Каша молочная манная	150	200	4.39	5.86	7.46	9.95	20.11	26.8	166	221.38	5/5a
Компот из сухофруктов	150	180	0.33	0,40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	57
<b>ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>300</b>	<b>380</b>	<b>4.72</b>	<b>6.26</b>	<b>7.48</b>	<b>9.97</b>	<b>40.94</b>	<b>51.79</b>	<b>250.75</b>	<b>323.08</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1192</b>	<b>1485</b>	<b>50.13</b>	<b>64.38</b>	<b>43.03</b>	<b>56.384</b>	<b>161.03</b>	<b>174.51</b>	<b>1226.9</b>	<b>1578.88</b>	