

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "УКДП"

Директор Морозов Алексей Николаевич

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

СОГЛАСОВАНО

*Инверт...*  
*Ин/...*

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ  
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД  
2-х недельное**

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

**1-ая неделя понедельник**

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг.<br>ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                    |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6                  | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                    |         |
| Сыр порционный                    | 5          | 1,23                 | 1,19         | 0,00         | 16,00              | ДП00317 |
| Каша ячневая молочная вязкая      | 150        | 4,55                 | 6,77         | 20,48        | 171,00             | ДП00107 |
| Чай с сахаром                     | 180        | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00              | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25         | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 60,83              | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>         |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                    |         |
| Яблоки                            | 120        | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70                 | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>          |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                    |         |
| Огурец соленый порц.              | 30         | 0,24                 | 0,03         | 0,48         | 3                  | ДП00166 |
| Щи из свежей капусты              | 150        | 1,19                 | 3,86         | 5,50         | 143                | ДП0338А |
| Плов из говядины                  | 160        | 10,87                | 12,16        | 26,60        | 174                | ДПП0019 |
| Напиток яблочный                  | 180        | 0,09                 | 0,09         | 23,76        | 96                 | ДП00163 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32         | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30                 | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43                 | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>572</b> | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>         |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                    |         |
| Омлет натуральный                 | 130        | 6,79                 | 9,16         | 28,02        | 222                | ДП00171 |
| Чай с/с                           | 180        | 0,18                 | 0,05         | 3,63         | 15                 | ДП00333 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43                 | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>330</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>         |         |

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

**2-ая неделя вторник**

| Приём пищи, наименование блюда        | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|---------------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                       |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                     | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                      |            |                      |              |              |                 |         |
| Масло порционное                      | 5          | 0,04                 | 3,63         | 0,07         | 33,00           | ДП00151 |
| Каша рисовая молочная вязкая          | 150        | 6,47                 | 5,04         | 20,42        | 163,17          | ДП00101 |
| Чай с сахаром                         | 180        | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                        | 25         | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 60,83           | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>              | <b>360</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>               |            |                      |              |              |                 |         |
| Яблоки                                | 120        | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70,00           | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>       | <b>120</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                           |            |                      |              |              |                 |         |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 40         | 0,63                 | 1,83         | 4,45         | 36,67           | ДП00226 |
| Рассольник ленинградский              | 150        | 3,03                 | 3,28         | 21,01        | 116,00          | ДП0207А |
| Жаркое по-домашнему с филе кур        | 150        | 8,68                 | 11,03        | 12,16        | 188,90          | ДП00043 |
| Компот из смеси сухофруктами          | 180        | 0,05                 | 0,00         | 18,72        | 74,70           | ДП00124 |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 32         | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30,40           | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный     | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43,33           | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>                   | <b>572</b> | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                        |            |                      |              |              |                 |         |
| Суп молочный с макарон.изделиями      | 150        | 3,13                 | 5,79         | 10,32        | 74,22           | ДП00304 |
| Чай с/с                               | 180        | 0,18                 | 0,05         | 3,63         | 15,30           | ДП00333 |
| Пирог в ассортименте                  | 50         | 3,66                 | 3,37         | 17,70        | 147,14          | ВЫП0014 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный     | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43,33           | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>                | <b>400</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

1-ая неделя среда

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Повидло                           | 5,00       | 0,20                 | 0,00         | 0,60         | 10,50           | ДП00198 |
| Каша манная молочная              | 150,00     | 6,31                 | 8,67         | 19,88        | 185,67          | ДП00080 |
| Чай с сахаром                     | 180,00     | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25,00      | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 60,83           | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |         |
| Йогурт питьевой                   | 100,00     | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70,00           | ДП00059 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>100</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |         |
| Салат Степной                     | 40         | 0,45                 | 4,03         | 4,47         | 56              | ДП00434 |
| Борщ                              | 150        | 1,05                 | 3,47         | 5,35         | 57              | ДП0017А |
| Гуляш                             | 60         | 6,05                 | 4,33         | 3,89         | 89              | ДП36000 |
| Макаронные изделия отварные       | 120        | 4,71                 | 4,16         | 25,62        | 145             | ДП0144А |
| Компот из свежих плодов           | 180        | 0,14                 | 0,14         | 17,00        | 70              | ДП00122 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32         | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30              | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>602</b> | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |         |
| Рагу из овощей                    | 150,00     | 6,88                 | 9,18         | 23,46        | 213,67          | ДП0203А |
| Чай с сахаром                     | 180,00     | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20,00      | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43,33           | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>350</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

1-ая неделя четверг

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда    | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |              | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2            | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |              |                      |              |              |                 |         |
| Сыр порционный                    | 5,00         | 1,23                 | 1,19         | 0,00         | 16,00           | ДП00317 |
| Каша овсян. "Геркулес"            | 150,00       | 4,75                 | 7,37         | 20,48        | 171,17          | ДП00087 |
| Чай с сахаром                     | 180,00       | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25,00        | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 60,83           | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360,0</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |              |                      |              |              |                 |         |
| Яблоки                            | 120,00       | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70,00           | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120,0</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |              |                      |              |              |                 |         |
| Маринад овощной                   | 40,00        | 0,87                 | 1,81         | 4,28         | 37,00           | ДП00150 |
| Суп картофельный с пшеном         | 150,00       | 7,63                 | 1,50         | 12,97        | 126,90          | ДП0289А |
| Биточки рыбные с соусом           | 100,00       | 0,78                 | 3,11         | 4,94         | 51,00           | СРС0021 |
| Картофельное пюре                 | 120,00       | 3,06                 | 9,72         | 15,43        | 132,00          | ДП00067 |
| Компот из смеси сухофруктов       | 180,00       | 0,05                 | 0,00         | 18,72        | 74,70           | ДП00124 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32,00        | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30,40           | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20,00        | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43,33           | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>642</b>   | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |              |                      |              |              |                 |         |
| Запеканка из творога              | 130,00       | 6,39                 | 9,16         | 26,82        | 200,37          | ДП00045 |
| Повидло                           | 10,00        | 0,40                 | 0,00         | 1,20         | 21,00           | ДП00198 |
| Чай                               | 180,00       | 0,18                 | 0,05         | 3,63         | 15,30           | ДП00333 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20,00        | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43,33           | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>340</b>   | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

**1-ая неделя пятница**

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Масло порционное                  | 5,00       | 0,04                 | 3,63         | 0,07         | 33              | ДП00151 |
| Каша пшеничная молочная           | 150,00     | 6,47                 | 5,04         | 20,42        | 163             | ДП00093 |
| Чай с сахаром                     | 180,00     | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25,00      | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 61              | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |         |
| Яблоки                            | 120,00     | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70              | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |         |
| Винегрет овощной                  | 40,00      | 0,66                 | 3,51         | 3,76         | 49              | ДПП0029 |
| Суп-лапша домашняя                | 150,00     | 4,80                 | 6,31         | 8,61         | 83              | ДП00310 |
| Куриное филе, тушеное с овощами   | 60,00      | 4,46                 | 1,79         | 11,11        | 88              | ДП00170 |
| Каша гречневая                    | 120,00     | 2,42                 | 4,53         | 14,13        | 122             | ДП74000 |
| Напиток яблочный                  | 180,00     | 0,05                 | 0,00         | 18,72        | 75              | ДП00124 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32,00      | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30              | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20,00      | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>602</b> | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |         |
| Каша рисовая молочная вязкая      | 130,00     | 6,70                 | 8,55         | 20,77        | 154             | ДП00101 |
| Чай с сахаром                     | 180,00     | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20,00      | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43              | ДП00005 |
| Пирог с яблоками                  | 60,00      | 0,18                 | 0,63         | 2,69         | 60              | ВЫП0014 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>390</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

2-ая неделя понедельник

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Сыр порционный                    | 5          | 1,23                 | 1,19         | 0,00         | 16              | ДП00317 |
| Каша пшенная молочная             | 150        | 5,28                 | 7,48         | 20,48        | 181             | ДП00097 |
| Чай с сахаром                     | 180        | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25         | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 61              | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |         |
| Яблоки                            | 120        | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70              | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |         |
| Огурец соленый порц.              | 30         | 0,24                 | 0,03         | 0,48         | 3               | ДП00166 |
| Свекольник                        | 150        | 3,38                 | 0,49         | 14,55        | 78              | ДП0263А |
| Котлета "Мясные" с соусом         | 100        | 4,53                 | 11,51        | 11,33        | 234             | СМС0007 |
| Макаронные изделия отварные       | 120        | 4,19                 | 4,11         | 11,25        | 27              | ДП0144А |
| Компот из смеси сухофр.           | 180        | 0,05                 | 0,00         | 18,72        | 75              | ДП00124 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32         | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30              | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1,43                 | 0,20         | 8,96         | 44              | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>632</b> | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |         |
| Каша гречневая                    | 130        | 2,74                 | 2,04         | 15,23        | 105             | ДП74000 |
| Чай с сахаром                     | 180        | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
| Плюшка "Новомосковская"           | 50         | 4,14                 | 7,14         | 8,23         | 109             | ДП00197 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>380</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

**2-ая неделя вторник**

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Масло порционное                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Каша овсян. "Геркулес"            | 5          | 0,04                 | 3,63         | 0,07         | 33              | ДП00151 |
| Чай с сахаром                     | 150        | 1,75                 | 7,37         | 20,48        | 171,17          | ДП00087 |
| Батон нарезной                    | 180        | 0,09                 | 0,03         | 8,19         | 23,00           | ДП00334 |
|                                   | 25         | 1,80                 | 0,70         | 11,93        | 61              | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |         |
| Яблоки                            |            |                      |              |              |                 |         |
|                                   | 120        | 2,10                 | 2,35         | 10,15        | 70              | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120</b> | <b>2,10</b>          | <b>2,35</b>  | <b>10,15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |         |
| Маринад овощной                   |            |                      |              |              |                 |         |
| Суп картофельный с бобовыми       | 40         | 0,63                 | 1,83         | 4,45         | 37              | ДП00150 |
| Биточки рыбные с соусом           | 150        | 7,78                 | 1,34         | 14,51        | 126             | ДП0277а |
| Картофельное пюре                 | 100        | 0,78                 | 3,11         | 4,94         | 51,00           | СРС0021 |
| Компот из свежих плодов           | 120        | 3,06                 | 9,72         | 15,43        | 132,00          | ДП00067 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 180        | 0,14                 | 0,14         | 17,00        | 70              | ДП00122 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 32         | 0,88                 | 0,12         | 5,76         | 30              | ДП00004 |
|                                   | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>642</b> | <b>14,70</b>         | <b>16,45</b> | <b>71,05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |         |
| Омлет натуральный                 |            |                      |              |              |                 |         |
| Чай с/с                           | 130        | 6,79                 | 9,16         | 28,02        | 222             | ДП00171 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 180        | 0,18                 | 0,05         | 3,63         | 15              | ДП00333 |
|                                   | 20         | 1,43                 | 0,19         | 8,95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>330</b> | <b>8,40</b>          | <b>9,40</b>  | <b>40,60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 104

2-ая неделя среда

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Повидло                           | 5.00       | 0.20                 | 0.00         | 0.60         | 10.50           | ДП00198 |
| Каша манная молочная              | 150.00     | 6.31                 | 8.67         | 19.88        | 185.67          | ДП00080 |
| Чай с сахаром                     | 180.00     | 0.09                 | 0.03         | 8.19         | 23.00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25.00      | 1.80                 | 0.70         | 11.93        | 60.83           | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8.40</b>          | <b>9.40</b>  | <b>40.60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |         |
| Яблоки                            | 120        | 2.10                 | 2.35         | 10.15        | 70              | ДП00340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120</b> | <b>2.10</b>          | <b>2.35</b>  | <b>10.15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |         |
| Винегрет овощной                  | 40         | 0.66                 | 3.51         | 3.76         | 49              | ДП00029 |
| Суп из овощей                     | 150        | 1.19                 | 2.99         | 6.32         | 57              | ДП0276А |
| Плов из говядины                  | 160        | 10.87                | 12.16        | 26.60        | 174             | ДП00019 |
| Напиток яблочный                  | 180        | 0.09                 | 0.09         | 23.76        | 96              | ДП00163 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32         | 0.88                 | 0.12         | 5.76         | 30              | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1.43                 | 0.19         | 8.95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>582</b> | <b>14.70</b>         | <b>16.45</b> | <b>71.05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |         |
| Макаронные изделия отварные       | 130        | 6.88                 | 9.18         | 23.46        | 214             | ДП0144А |
| Чай с сахаром                     | 180        | 0.09                 | 0.03         | 8.19         | 23.00           | ДП00334 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1.43                 | 0.19         | 8.95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>330</b> | <b>8.40</b>          | <b>9.40</b>  | <b>40.60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

2-ая неделя четверг

| Прием пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.  |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|---------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |         |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7       |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |         |
| Сыр порционный                    | 5          | 1.96                 | 1.90         | 0.00         | 25.00           | ДП00317 |
| Каша ячневая молочная вязкая      | 150        | 4.55                 | 6.77         | 20.48        | 171.00          | ДП00107 |
| Чай с сахаром                     | 180        | 0.09                 | 0.03         | 8.19         | 23.00           | ДП00334 |
| Батон нарезной                    | 25         | 1.80                 | 0.70         | 11.93        | 60.83           | ДП00371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8.40</b>          | <b>9.40</b>  | <b>40.60</b> | <b>280</b>      |         |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |         |
| Йогурт питьевой                   | 100        | 2.10                 | 2.35         | 10.15        | 70              | ДП00059 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>100</b> | <b>2.10</b>          | <b>2.35</b>  | <b>10.15</b> | <b>70</b>       |         |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |         |
| Салат Степной                     | 40         | 0.18                 | 4.03         | 4.47         | 56              | ДП00434 |
| Суп картофельный с пшеном         | 150        | 7.63                 | 1.50         | 12.97        | 126.90          | ДП0289А |
| Котлеты куриные с соусом          | 100        | 2.11                 | 6.08         | 6.04         | 37              | СКС0001 |
| Каша гречневая вязкая             | 120        | 2.42                 | 4.53         | 14.13        | 122             | ДП74000 |
| Компот из смеси сухофруктов       | 180        | 0.05                 | 0.00         | 18.72        | 75              | ДП00124 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32         | 0.88                 | 0.12         | 5.76         | 30              | ДП00004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1.43                 | 0.19         | 8.95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>642</b> | <b>14.70</b>         | <b>16.45</b> | <b>71.05</b> | <b>490</b>      |         |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |         |
| Суп молочный с крупой рисовой     | 150        | 6.79                 | 9.16         | 28.02        | 221             | ДП00298 |
| Чай с/с                           | 180        | 0.18                 | 0.05         | 3.63         | 15              | ДП00333 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1.43                 | 0.19         | 8.95         | 43              | ДП00005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>350</b> | <b>8.40</b>          | <b>9.40</b>  | <b>40.60</b> | <b>280</b>      |         |

Сезон: : весна-лето

Возрастная категория: ясли 10ч

2-ая неделя пятница

| Приём пищи, наименование блюда    | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерг. ценность | № рец.   |
|-----------------------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------|----------|
|                                   |            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                 |          |
| 1                                 | 2          | 3                    | 4            | 5            | 6               | 7        |
| <b>1 Завтрак</b>                  |            |                      |              |              |                 |          |
| Масло порционное                  | 5          | 0.04                 | 3.63         | 0.07         | 33              | ДП000151 |
| Каша пшеничная молочная           | 150        | 6.47                 | 5.04         | 20.42        | 163             | ДП000093 |
| Чай с сахаром                     | 180        | 0.09                 | 0.03         | 8.19         | 23.00           | ДП000334 |
| Батон нарезной                    | 25         | 1.80                 | 0.70         | 11.93        | 61              | ДП000371 |
| <b>Всего в 1 Завтрак</b>          | <b>360</b> | <b>8.40</b>          | <b>9.40</b>  | <b>40.60</b> | <b>280</b>      |          |
| <b>2 Второй завтрак</b>           |            |                      |              |              |                 |          |
| Яблоки                            | 120        | 2.10                 | 2.35         | 10.15        | 70              | ДП000340 |
| <b>Всего в 2 Второй завтрак</b>   | <b>120</b> | <b>2.10</b>          | <b>2.35</b>  | <b>10.15</b> | <b>70</b>       |          |
| <b>Обед</b>                       |            |                      |              |              |                 |          |
| Салат Здоровье                    | 40         | 0.29                 | 1.74         | 7.67         | 15              | ДП000227 |
| Рассольник ленинградский          | 150        | 3.03                 | 3.28         | 21.01        | 116.00          | ДП0207А  |
| Жаркое по-домашнему с филе кур    | 150        | 8.68                 | 11.03        | 12.16        | 188.90          | ДП000044 |
| Напиток яблочный                  | 180        | 0.09                 | 0.09         | 15.50        | 96              | ДП000163 |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 32         | 0.88                 | 0.12         | 5.76         | 30              | ДП000004 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1.43                 | 0.19         | 8.95         | 43              | ДП000005 |
| <b>Всего в Обед</b>               | <b>572</b> | <b>14.40</b>         | <b>16.45</b> | <b>71.05</b> | <b>490</b>      |          |
| <b>Полдник</b>                    |            |                      |              |              |                 |          |
| Пудинг творожный                  | 130        | 6.79                 | 9.16         | 28.02        | 221             | ДП000205 |
| Чай с/с                           | 180        | 0.18                 | 0.05         | 3.63         | 15              | ДП000333 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20         | 1.43                 | 0.20         | 8.96         | 44              | ДП000005 |
| <b>Всего в Полдник</b>            | <b>330</b> | <b>8.40</b>          | <b>9.40</b>  | <b>40.60</b> | <b>280</b>      |          |