



Устава
А.В. Косачова
11.01.2020

МЕНЮ

МБДОУ «Детский сад № 64»

18 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная рисовая № 236 (выход)	150	180
Рис	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	54	5
Кофейный напиток с молоком № 465 (выход)	170	180
Кофейный напиток	1,8	2
Сахар	9	9
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное, сыр № 63 (выход)	30/5	35/5
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый № 501 (выход)	150	160
ОБЕД		
Салат из огурцов консервированных № 16 (выход)	40	60
Огурец консервированный	20	25
Помидор в с/с	20	25
Горошек	15	-
Кукуруза	-	20
Борщ № 95 (выход)	150	180
Мясо кур (говядина)	33(20)	35(22)
Картофель	50	60
Капуста свежая	30	40
Лук	15	20
Морковь	15	20
Сметана	10	12
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
Запеканка картофельно-мясная № 334 (выход)	160	200
Мясо говядина	40	50
Лук	15	20
Яйцо	12	15
Картофель	110	130
Морковь	15	20
Масло сливочное	5	6
Масло растительное	2	3
Мука	5	10
Молоко	15	20
Компот из свежих фруктов №486 (выход)	170	200
Фрукты свежие	50	60
Сахар	10	10
Хлеб пшеничный №573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Умница	1 (200)	1 (200)
Зефир	20	50
УЖИН		
Пудинг творожный № 287 (выход)	160	190
Молоко	20	25
Творог	140	160
Сахар	5	7
Манка	5	10
Масло сливочное	5	6
Яблоко	20	30
Яйцо	15	15
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,52	0,63
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

13 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная геркулес № 212 (выход)	150	180
Геркулес	15	20
Молоко	130	150
Сахар	3	5
Масло сливочное	5	5
Чай с лимоном № 459 (выход)	170	180
Чай	0,52	0,64
Сахар	10	12
Лимон	5	5
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Яблоко № 82 (выход)	100	100
ОБЕД		
Салат из свежей капусты № 1 (выход)	(50)-40	(70)-60
Капуста свежая	60	70
Морковь	20	30
Лук	10	15
Масло растительное	3	3
Суп деревенский № 118 (выход)	150	180
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Крупа перловая	13	13
Картофель	50	60
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
Сметана	9	10
Жаркое по-домашнему № 382 (выход)	160	200
Говядина	45	50
Картофель	120	140
Морковь	20	30
Лук	15	20
Масло сливочное	4	5
Масло растительное	2	4
Консервированный компот № 493 (выход)	150	180
Консервированный компот	70	90
Сахар	8	8
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	20	35
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Молоко Умница (выход)	1 шт (200)	1 шт (200)
Ватрушка № 530 (выход)	40	50
Мука	55	60
Молоко	20	30
Сахар	5	5
Дрожжи	1	1
Яйцо	10	10
Повидло	25	30
Масло растительное	2	3
Масло сливочное	5	5
УЖИН		
Ленивые вареники № 289 (выход)	160	190
Творог	140	150
Сахар	5	7
Мука	25	30
Яйцо	12	15
Масло сливочное	5	7
Молоко сгущенное	25	30
Кофейный напиток с молоком № 465 (выход)	170	200
Кофейный напиток	1,35	1,43
Сахар	9	9
Молоко	100	100
Соль на весь день	3	5

5 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная геркулес № 212 (выход)	150	180
Геркулес	15	20
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Какао с молоком № 462 (выход)	170	180
Какао порошок	1,6	2
Сахар	10	10
Молоко	100	100
Батон, масло сливочное, сыр № 63(выход)	30\5\15	35\5\19
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый (выход) № 501	150	160
ОБЕД		
Винегрет № 47 (выход)	40	60
Свекла	30	35
Картофель	35	40
Огурец консервированный	20	25
Морковь	10	15
Горошек консервированный	15	20
Масло растительное	3	3
Суп кудрявый № 118 (выход)	150	180
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Яйцо	20	20
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
Голубцы ленивые в сметанном соусе № 333\416(выход)	160	200
Мясо говядина	50	60
Рис	13	15
Масло сливочное	4	5
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло растительное	4	5
Капуста свежая	130	150
Компот из свежих фруктов № 486 (выход)	150	180
Фрукты свежие	50	60
Сахар	10	13
Хлеб пшеничный №573(выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кефир (выход) № 470	170	200
Вафли № 580 (выход)	30	50
УЖИН		
Блины с вареньем № 523 (выход)	160	190
Молоко	90	100
Сахар	5	6
Яйцо	12	12
Мука	50	55
Повидло (джем, варенье)	25	30
Масло сливочное	4	5
Масло растительное	5	5
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,5	0,63
Сахар	9	9
Соль на весь день	3	5

2 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Вермишель на молоке №139 (выход)	150	180
Вермишель	20	25
Молоко	130	15042
Сахар	3	5
Масло сливочное	5	5
Кофейный напиток с молоком № 464 (выход)	160	180
Кофейный напиток	1,6	2
Сахар	9	9
Молоко	90	100
Батон с сыром № 63 (выход)	30/5/13	35/6/19
2 ЗАВТРАК		
Груша № 82 (выход)	½ шт. - 130	½ шт. - 130
ОБЕД		
Огурец консервированный №149 (выход)	(50)-45	(75)-60
Борщ со сметаной № 95 (выход)	150	200
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Капуста	40	40
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	3
Свекла	20	30
Фасоль консервированная	15	20
Сметана	14	15
Томатная паста	5	5
Домашнее жаркое № 328 (выход)	160	180
Мясо говядина	55	65
Картофель	130	150
Морковь	15	20
Лук	15	20
Масло сливочное	7	7
Масло растительное	4	5
Компот из сухофруктов № 495 (выход)	150	180
Сухофрукты	17	20
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кисломолочный продукт Йогурт № 470	150	200
Пряник № 581	50	50
УЖИН		
Оладьи из печени, рис отварной № 385\357 (выход)	110\50	130\70
Мука	8	10
Молоко	20	30
Яйцо	15	15
Рис	30	35
Масло сливочное	5	5
Печень	80	90
Лук	15	20
Морковь	15	15
Масло растительное	5	5
Чай с сахаром № 457 (выход)	200	200
Чай	0,52	0,63
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

1 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная пшеничная № 235 (выход)	150	180
Крупа пшено	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Какао с молоком № 462 (выход)	170	180
Какао	1,6	2
Сахар	9	9
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/5
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый № 501(выход)	160	190
ОБЕД		
Помидор в с\с № 149 (выход)	(50)-45	(75)-60
Помидор в с\с порционно	45	60
Суп деревенский со сметаной № 114 (выход)	150	200
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Крупа перловая	8	10
Морковь	15	20
Лук	15	20
Сметана	12	15
Масло сливочное	3	3
Масло растительное	2	2
Пельмени № 519 (выход)	160	190
Пельмени полуфабрикат (говядина)	110	130
Масло сливочное	5	5
Компот из свежих яблок № 486 (выход)	150	180
Фрукты свежие	60	80
Сахар	10	15
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Молоко № 469 (выход)	170	200
Печенье № 582 (выход)	30	50
УЖИН		
Картофель отварной, котлета рыбная (выход) № 307\153	120\60	130\70
Картофель	150	170
Рыба	100	120
Масло растительное	2	2
Масло сливочное	4	5
Лук	15	20
Морковь	15	20
Молоко	20	30
Яйцо	10	12
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,53	0,63
Сахар	9	9
Соль на весь день	3	5

16 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная манная № 214 (выход)	150	180
Крупа манная	20	25
Молоко	120	132
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Чай с молоком № 460 (выход)	170	180
Чай	0,53	0,63
Сахар	10	10
Молоко	100	100
Батон, масло сливочное, сыр № 63 (выход)	30/5/13	35/6/19
2 ЗАВТРАК		
Киви (выход) № 82	1 шт. - 100	1 шт. - 100
ОБЕД		
Томат в с\с № 149 (выход)	40	60
Томаты в с\с	40	60
Рассольник (выход) № 100	150	200
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Сметана	10	12
Картофель	50	60
Огурец консервированный	20	25
Морковь	15	20
Лук	15	20
Перловка	10	13
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
Плов с курицей № 375 (выход)	160	190
Курица (филе)	50	60
Лук	20	25
Рис	30	35
Масло сливочное	4	5
Морковь	15	20
Масло растительное	2	2
Томатная паста	4	5
Кисель ягодный № 479 (выход)	150	180
Ягода с\м	17	21
Сахар	9	9
Крахмал	5	10
Хлеб пшеничный №573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574(выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток Снежок	180	200
Вафли	20	50
УЖИН		
Оладьи с джемом № 526 (выход)	160	190
Молоко	50	70
Мука	50	60
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Дрожжи	1	1
Масло растительное	4	5
Джем	25	30
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,50	0,60
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

19 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная ячневая № 208 (выход)	150	180
Крупа ячневая	20	25
Молоко	130	150
Сахар	3	5
Масло сливочное	4	5
Какао с молоком № 462 (выход)	170	180
Какао	1,8	2
Сахар	10	10
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное №69 (выход)	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Виноград № 82 (выход)	140	160
ОБЕД		
Икра из свежих кабачков № 50 (выход)	40	60
Кабачки свежие	40	60
Морковь	15	20
Лук репчатый	10	10
Томатная паста	3	5
Масло растительное	2	2
Суп овощной № 116 (выход)	150	180
Мясо кур (говядина)	32 (20)	37(22)
Лук	15	20
Морковь	15	20
Картофель	50	60
Капуста (цветная)	60	70
Сметана	12	15
Горошек	15	20
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Бефстроганов из печени №356 (выход)	50	70
Печень	70	90
Масло растительное	3	3
Лук	15	20
Морковь	15	20
Сметана	9	10
Гречка отварная № 202 (выход)	110	130
Гречка	30	40
Масло сливочное	4	4
Компот консервированный № 493 (выход)	160	180
Фрукты консервированные	80	100
Сахар	10	10
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	20	30
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Молоко № 469 (выход)	150	190
Манник № 550 (выход)	60	60
Кефир	40	50
Масло сливочное	4	5
Масло растительное	2	2
Сахар	10	10
Манка	35	40
Яйцо	10	10
УЖИН		
Омлет № 268 (выход)	160	190
Яйцо	100	130
Молоко	80	100
Масло растительное	6	8
Масло сливочное	4	5
Салат картофельный с горошком № 42 (выход)	40	60
Картофель	40	50
Лук	15	20
Морковь	20	30
Огурец консервированный	20	25
Горошек	20	-
Кукуруза консервированная	-	25
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,53	0,64
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	10	15
Соль на весь день	3	5

6 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная гречневая № 213 (выход)	150	180
Крупа гречневая	20	20
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	4	5
Чай с сахаром № 457 (выход)	170	180
Чай	0,50	0,60
Сахар	9	9
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/5
2 ЗАВТРАК		
Банан № 82 (выход)	100	100
ОБЕД		
Огурец консервированный № (выход)	40	60
Суп рыбный №119 (выход)	150	180
Рыба (филе)	40	50
Картофель	50	60
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
Плов с мясом № 330 (выход)	160	190
Мясо кур (говядина)	55	60
Рис	35	40
Лук	10	15
Морковь	15	20
Томатная паста	4	5
Масло сливочное	5	6
Масло растительное	2	3
Компот из сухофруктов №495 (выход)	150	180
Сухофрукты	17	21
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный №573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кефир (выход) № 470	180	200
Зефир (выход)	20	50
УЖИН		
Макароны с сыром № 259 (выход)	160	200
Макароны	35	45
Сыр	22	30
Масло сливочное	4	5
Кофейный напиток № 464 (выход)	160	180
Кофейный напиток	1,4	1,43
Сахар	9	9
Соль на весь день	3	5

15 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная гречневая № 213 (выход)	150	180
Гречка	15	20
Молоко	120	140
Сахар	3	5
Масло сливочное	4	5
Кофейный напиток с молоком № 465 (выход)	160	180
Какао	1,5	1,9
Сахар	10	10
Молоко	100	100
Батон, масло сливочное № 69(выход)	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый № 501 (выход)	150	160
ОБЕД		
Салат овощной № 42 (выход)	40	60
Картофель	30	40
Морковь	20	30
Зеленый горошек	15	20
Лук репчатый	15	20
Огурец	30	40
Масло растительное	2	2
Суп из бобовых № 113 (выход)	150	180
Курица (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Лук	15	20
Морковь	15	20
Фасоль	20	30
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Суфле мясное № 346 (выход)	50	70
Мясо говядина	55	65
Рис	12	14
Масло сливочное	5	5
Яйцо	15	15
Мука	15	20
Лук	30	40
Молоко	15	20
Масло растительное	3	3
Хлеб пшеничный	20	30
Макароны отварные № 256 (выход)	110	130
Макароны	30	35
Масло сливочное	5	5
Компот из свежих фруктов № 486 (выход)	170	200
Фрукты свежие	60	80
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный 573 (выход)	10	20
Хлеб ржаной 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Молоко № 469 (выход)	150	200
Шарлотка с яблоком № 527 (выход)	50	50
Мука пшеничная	45	50
Яблоки	20	30
Сахар	6	7
Масло растительное	2	2
Масло сливочное	6	7
Молоко	30	30
Яйцо	10	10
Корица	-	1
УЖИН		
Картошка отварная, сельдь с горшком №153\ 316 (выход)	110\40	130\60
Картофель	130	150
Масло сливочное	5	5
Масло растительное	3	3
Горошек	20	25
Сельдь	80	90
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,53	0,64
Сахар	10	10
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	10	15
Соль на весь день	3	5

10 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная пшеничная № 232 (выход)	150	180
Крупа пшеничная	20	25
Молоко	130	150
Сахар	3	5
Масло сливочное	4	5
Какао с молоком № 462 (выход)	170	180
Какао	1,8	2
Сахар	10	10
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Виноград № 82 (выход)	100	100
ОБЕД		
Суп гречневый № 114 (выход)	160	180
Мясо кур (говядина)	32(20)	37(22)
Картофель	50	60
Лук	15	20
Морковь	15	20
Гречка	10	10
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Тефтели мясные № 348 (выход)	50	70
Мясо говядины	50	55
Морковь	15	20
Лук	15	20
Мука пшеничная	5	5
Масло растительное	3	3
Масло сливочное	5	5
Рис	10	13
Томатная паста	4	5
Макароньы отварные № 256 (выход)	110	130
Макароньы	35	40
Масло сливочное	5	5
Компот из сухофруктов № 495 (выход)	150	180
Сухофрукты	17	21
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Сок (выход)	150	200
Кекс детский № 549 (выход)	50	50
Молоко	20	30
Мука	30	30
Яйцо	13	15
Сахар	10	13
Масло сливочное	10	12
Масло растительное	2	2
Изюм	8	10
УЖИН		
Омлет №268 Икра кабачковая № 150 (выход)	160\40	190\60
Яйцо	80	95
Молоко	50	60
Масло сливочное	3	4
Икра кабачковая	40	70
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,5	0,58
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

8 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная ячневая № 227 (выход)	150	180
Крупа ячневая	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Какао с молоком (выход) № 462	170	180
Какао	1,6	2
Сахар	5	5
Молоко	90	100
Вода		
Батон, масло сливочное, сыр № 63 (выход)	30/5\15	35/5\20
2 ЗАВТРАК		
Апельсин № 82 (выход)	100	100
ОБЕД		
Икра из кабачков свежих № 30 (выход)	40	50
Кабачки	60	70
Лук	10	15
Морковь	15	20
Масло растительное	3	3
Суп овощной со сметаной № 116 (выход)	160/5	180\8
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Горошек консервированный	8	10
Лук	15	20
Морковь	15	20
Сметана	12	15
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	1	2
Капуста	30	40
Шницель мясной № 319 (выход)	50	70
Говядина	50	70
Яйцо	10	10
Масло растительное	2	3
Лук	15	20
Молоко	20	30
Макароны отварные № 256 (выход)	110	130
Макароны	30	35
Масло сливочное	5	5
Компот из свежих фруктов № 486 (выход)	150	180
Яблоки свежие	45	55
Сахар	10	10
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Молоко № 469 (выход)	160	190
Булочка ванильная № 541 (выход)	40	60
Молоко	20	30
Мука	40	60
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Дрожжи	1	1
Яйцо	10	10
Ванилин	1	1
УЖИН		
Сырники творожные с вареньем № 286 (выход)	160	190
Творог	150	170
Сахар	7	7
Мука	20	27
Масло растительное	5	7
Яйцо 40 гр.	15 гр	15 гр
Варенье или повидло	20	30
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,50	0,58
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

4 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная манная (выход) № 230	150	180
Крупа манная	15	20
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Чай с лимоном (выход) № 459	150/4	180/7
Чай	0,47	0,57
Сахар	7	10
Лимон	4	8
Батон, масло сливочное (выход) № 69	30/5	35/5
2 ЗАВТРАК		
Яблоко (выход) №82	100	100
ОБЕД		
Салат из капусты № 1 (выход)	45	60
Капуста свежая	60	80
Морковь	15	20
Лук	10	10
Масло растительное	3	3
Суп Харчо (выход) № 109	150	180
Мясо кур (говядина)	32(20)	37(22)
Рис	10	13
Чеснок	5	10
Картофель	50	60
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло сливочное	2	3
Томатная паста	3	5
Масло растительное	1	2
Гуляш из мяса (выход) № 327	50	70
Мясо говядина	50	60
Мука	10	10
Морковь	15	20
Лук	15	20
Гречка отварная (выход) № 202	110	130
Гречка	30	35
Масло сливочная	5	5
Компот из сухофруктов (выход) № 495	150	180
Сухофрукты	15	20
Сахар	9	11
Хлеб пшеничный (выход)	20	30
Хлеб ржаной (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Ряженка (выход) № 470	180	200
Мармелад (выход) №	20	50
УЖИН		
Рыба в омлете (выход) №300	160	200
Рыба (филе)	80	100
Яйцо (1 шт 50г)	40	50
Молоко	20	30
Масло сливочное	5	5
Мука	5	5
Масло растительное	2	3
Кофейный напиток с молоком (выход) № 465	160	180
Кофейный напиток	1,6	2
Сахар	9	9
Молоко	100	100
Вода		
Соль на весь день	3	5

17 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная кукурузная № 233 (выход)	150	180
Крупа кукурузная	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Чай с молоком № 460 (выход)	170	180
Какао порошок	2	2,6
Сахар	10	10
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/5
2 ЗАВТРАК		
Апельсин № 82 (выход)	100	100
ОБЕД		
Салат из капусты № 1 (выход)	40	60
Капуста	60	70
Морковь	15	20
Масло растительное	2	3
Перец свежий	15	20
Суп картофельный гороховый с гренками № 127 (выход)	150/20	180/30
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Горох	20	30
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Хлеб для гренок пшеничный	20	30
Рис отварной № 205 (выход)	110	130
Рис	30	35
Масло сливочное	5	5
Поджарка рыбная № 298 (выход)	50	70
Рыба (филе)	70	90
Масло растительное	2	3
Сметана	10	10
Мука	5	6
Лук	15	15
Морковь	15	20
Кисель из свежих ягод № 479(выход)	150	180
Ягода с/м	15	20
Сахар	9	9
Крахмал	5	6
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кефир (выход) № 470	170	190
Вафли	1 шт	1 шт
УЖИН		
Котлеты мясо-картофельные (зразы картофельные) № 364	160	190
Говядина	40	55
Картофель	120	140
Яйцо	10	10
Лук	15	20
Масло растительное	3	4
Хлеб пшеничный (сухари)	10	10
Масло сливочное	4	4
Молоко	20	30
Помидор в с/с № 149 (выход)	40	60
Кофейный напиток с молоком № 465 (выход)	200	200
Кофейный напиток	1,6	2
Молоко	90	100
Вода		
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	10	15
Соль на весь день	3	5

14 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша кукурузная № 233 (выход)	150	180
Крупа кукурузная	15	20
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	1,5	2
Какао с молоком № 462 (выход)	150	180
Какао	1,8	2
Сахар	9	9
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное, джем № 72 (выход)	30/5/13	35/5/19
2 ЗАВТРАК		
Банан № 82 (выход)	130	130
ОБЕД		
Икра свекольная № 53 (выход)	40	60
Свекла	45	50
Морковь	15	20
Лук	10	15
Томатная паста	5	5
Суп вермишелевый № 129 (выход)	150	180
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	60	70
Вермишель	13	15
Лук	15	20
Морковь	15	20
Масло растительное	2	3
Масло сливочное	2	3
Рыбная котлета № 307 (выход)	50	70
Рыба	55	75
Яйцо	15	15
Лук	15	20
Молоко	15	20
Масло сливочное	4	5
Масло растительное	3	3
Мука	10	10
Картофельное пюре № 377 (выход)	110	130
Картофель	130	150
Масло сливочное	5	5
Молоко	15	20
Компот из сухофруктов № 495 (выход)	150	180
Сухофрукты	15	20
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	20	30
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток Кефир (выход) № 470	160	200
Вафли № 580 (выход)	20	50
УЖИН		
Рис отварной с мясом № 385\321	110\50	130\60
Рис	35	40
Говядина (сердце говяжье)	40	50
Масло сливочное	5	5
Масло растительное	2	3
Лук	15	20
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,50	0,60
Сахар	10	10
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	10	15
Соль на весь день	3	5

12 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная пшеничная № 235 (выход)	150	180
Крупа пшено	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Какао с молоком № 462 (выход)	170	180
Какао	2,2	2,6
Сахар	9	11
Молоко	104	122
Вода	74	89
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый № 501 (выход)	180	200
ОБЕД		
Огурец консервированный № 149 (выход)	40	60
Суп с клецками № 115 (выход)	150	200
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Яйцо (40 гр 1 шт)	15	15
Морковь	15	20
Лук	15	20
Мука	20	30
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Капуста тушенная № 380 (выход)	110	130
Капуста свежая	150	170
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Лук	15	20
Морковь	15	15
Рулет с яйцом № 345 (выход)	50	70
Говядина	50	60
Яйцо	20	25
Лук	15	20
Молоко	10	15
Компот из свежих фруктов № 486 (выход)	150	180
Свежие фрукты	50	60
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток Ряженка № 470 (выход)	160	190
Пряник	40	60
УЖИН		
Макароны с сыром № 259 (выход)	160	190
Макароны	35	40
Масло сливочное	4	5
Сыр	20	30
Кисель фруктовый № 476 (выход)	180	200
Фрукты	40	50
Сахар	10	10
крахмал	9	9
Соль на весь день	3	5

20 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная геркулес №212	150	180
Крупа пшеничная	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Чай с молоком № 460	170	180
Чай	0,47	0,57
Сахар	7	9
Молоко	91	120
Батон, масло сливочное, джем № 72 (выход)	20/5/11	35/6/19
2 ЗАВТРАК		
Киви № 82 (выход)	1 шт. – 80	1 шт. – 80
ОБЕД		
Щи со сметаной № 104 (выход)	150\5	200\8
Мясо кур (говядина)	32(20)	37 (22)
Картофель	50	60
Капуста	40	50
Морковь	15	20
Лук	15	20
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
Сметана	12	15
Перец сладкий свежий	10	15
Гуляш мясной № 327 (выход)	50	70
Говядина	50	60
Морковь	20	30
Лук	15	20
Масло растительное	2	2
Макароны № 256 (выход)	110	130
Макароны	30	35
Масло сливочное	5	5
Компот из сухофруктов № 495 (выход)	150	180
Сухофрукты	15	20
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	20	30
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток Ряженка № 470 (выход)	160	200
Блины № 523 (выход)	50	50
Мука	50	50
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	5
Яйцо	12	12
Молоко	20	30
Дрожжи	2	2
Масло растительное	2	2
УЖИН		
Гречка отварная №202 (выход)	110	130
Гречка	30	35
Масло сливочное	5	5
Сердце говяжье в соусе № 361(выход)	50	70
Лук	15	20
Сердце говяжье	50	60
Томатная паста	5	5
Масло сливочное	4	5
Масло растительное	3	4
Сметана	9	10
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,57	0,57
Сахар	10	10
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	10	15
Соль на весь день	3	5

3 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная пшеничная № 232	150	180
Крупа пшеничная	30	38
Молоко	126	159
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Кофейный напиток с молоком № 465	170	180
Кофейный напиток	2	2,6
Сахар	7	9
Молоко	75	100
Батон, масло сливочное № 69	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый №501 (выход)	160	190
ОБЕД		
Салат из свеклы с соленым огурцом № 31	45	60
Свекла	45	60
Лук	10	15
Морковь	15	20
Масло растительное	3	3
Огурец консервированный	20	25
Суп картофельный с мясными фрикадельками № 123 (выход)	150	200
Мясо говядина	20	22
Лук	15	20
Яйцо (1 шт 50 гр)	8	8
Морковь	15	20
Картофель	50	60
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Суфле мясное, макароны отварные № 256\303	110\50	130\60
Мясо (говядина)	70	90
Макароны	30	35
Лук	25	35
Молоко	40	40
Яйцо (1 шт 50 гр)	15	15
Масло растительное	3	3
Рис	13	15
Масло сливочное	6	6
Кисель фруктовый № 479	150	180
Фрукты свежие	15	15
Сахар	9	9
Крахмал	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Молоко Умница (выход)	1 (200)	1 (200)
Булочка домашняя №542 (выход)	1 (40)	1 (60)
Мука	40	60
Молоко	20	20
Яйцо	15	15
Дрожжи	1	1
Масло сливочное	5	5
Масло растительное	3	3
УЖИН		
Запеканка из творога № 279 (выход)	160	190
Творог	150	170
Яйцо	12	12
Сахар	4	5
Повидло	11	12
Масло сливочное	4	5
Чай с сахаром № 457 (выход)	200	200
Чай	0,57	0,57
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

ЗАВТРАК	Если	Сад
Каша молочная рисовая №236 (выход)	150	180
Крупа рис	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Кофейный напиток с молоком № 465 (выход)	170	180
Кофе (напиток)	1,8	2
Сахар	7	10
Молоко	90	100
Батон, джем № 72	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый №501 (выход)	160	180
ОБЕД		
Помидор в с/с № 149 (выход)	40	50
Рассольник со сметаной № 100 (выход)	160	180
Мясо кур (говядина)	32(20)	37(22)
Крупа перловая	5	10
Картофель	90	100
Лук	15	20
Морковь	15	20
Огурец консервированный	20	25
Сметана	12	15
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Поджарка рыбная № 298	50	70
Рыба	55	75
Лук	15	20
Морковь	15	20
Сметана	5	8
Масло растительное	2	3
Пюре картофельное № 377 (выход)	110	130
Картофель	130	150
Молоко	20	30
Масло сливочное	5	5
Кисель ягодный № 479 (выход)	150	180
Ягода	20	30
Сахар	9	9
Крахмал	4	5
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Йогурт № 470 (выход)	150	200
Зефир (выход)	50	50
УЖИН		
Голубцы ленивые в соусе № 333 (выход)	160	190
Яйцо	10	10
Капуста	100	120
Сметана	9	10
Масло растительное	3	3
Лук	15	20
Морковь	15	20
Говядина (курица)	55	60
Рис	10	13
Чай с сахаром № 457 (выход)	160	180
Чай	0,5	0,6
Сахар	10	10
Соль на весь день	3	5

11 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная ячневая № 208 (выход)	150	180
Крупа ячневая	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Какао с молоком № 462 (выход)	150	180
Какао	2,2	2,6
Сахар	9	11
Молоко	104	122
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/6
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый № 501 (выход)	160	190
ОБЕД		
Салат из свеклы № 31 (выход)	40	60
Свекла	40	55
Масло растительное	2	3
Горошек	15	20
Огурец консервированный	15	25
Морковь	10	15
Щи зеленые № 106 (выход)	150	200
Морская капуста	50	70
Картофель	90	100
Лук	15	20
Морковь	15	20
Сметана	10	10
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	1	2
Яйцо	20	25
Пельмени № 519 (выход)	160	190
Пельмени (полуфабрикат)	110	130
Масло сливочное	5	6
Компот из свежих фруктов № 486 (выход)	150	180
Фрукты свежие	50	60
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	20	30
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток Кефир № 470 (выход)	180	200
Печенье № 582 (выход)	20	50
УЖИН		
Рагу овощное с мясом № 322 (выход)	160	190
Говядина	45	50
Масло сливочное	5	5
Капуста	80	100
Лук	10	15
Морковь	15	20
Картофель	45	50
Горошек (фасоль)	20	25
Чай с лимоном № 459 (выход)	160	180
Чай	0,57	0,57
Сахар	10	10
Лимон	5	5
Соль на весь день	3	5

7 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша молочная кукурузная № 233 (выход)	150	180
Крупа кукурузная	20	25
Молоко	130	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Чай с сахаром, молоком № 457 (выход)	150	180
Чай	0,47	0,57
Сахар	10	10
Молоко	90	100
Батон, масло сливочное № 69 (выход)	30/5	35/5
2 ЗАВТРАК		
Сок фруктовый №501 (выход)	150	160
ОБЕД		
Салат витаминный №2 (выход)	40	60
Капуста	40	50
Морковь	10	15
Морковь	10	10
Масло растительное	2	3
Яблоко свежее	15	20
Свекольник со сметаной и яйцом № 98 (выход)	150/5	200\8
Мясо кур (говядина)	32(20)	37(22)
Свекла	50	60
Картофель	50	60
Морковь	15	20
Лук	15	20
Масло сливочное	2	3
Масло растительное	2	3
Яйцо	25	25
Сметана	9	12
Томатная паста	5	5
Гречка отварная № 202 (выход)	110	130
Гречка	30	35
Масло сливочное	4	5
Печень по-строгановский № 356 (выход)	50	70
Масло растительное	3	3
Печень говяжья	80	90
Морковь	15	20
Лук	10	15
Сметана	9	10
Компот из сухофруктов № 495 (выход)	150	180
Сухофрукты	15	20
Сахар	9	9
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	30	45
Хлеб ржаной № 574 (выход)	40	50
ПОЛДНИК		
Ряженка (выход) № 470	170	200
Печенье № 583 (выход)	30	50
УЖИН		
Картофель, тушенный с мясом №392,324 (выход)	160	190
Мясо говядина	45	50
Картофель	120	130
Лук	15	20
Масло сливочное	5	5
Кофейный напиток с молоком № 465 (выход)	180	200
Кофейный напиток	1,8	2
Сахар	9	9
Молоко	90	100
Хлеб пшеничный № 573 (выход)	10	15
Соль на весь день	3	5