ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ПОНЕДЕЛЬНИК

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,89	6,70	20,11	160,70
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,16	0,00	5,17	21,27
БАНАН	90	1,35	0,45	18,90	86,40
		8,24	**9,02**	**51,66**	**311,17**
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	160	2,76	4,00	7,20	64,89
		2,76	**4,00**	**7,20**	**64,89**
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,63	4,03	7,79	70,94
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,17	4,52	14,35	107,39
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	4,98	1,07	1,22	34,52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,53	0,23	18,30	77,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99
		14,07	**12,98**	**66,26**	**473,09**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,05	13,43	21,62	275,89
СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	16,50	67,50
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,73	12,86	65,50
		14,71	**14,19**	**56,02**	**429,60**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**39,78**	**40,19**	**181,14**	**1 278,75**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ВТОРНИК

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,21	6,83	17,81	149,84
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,85	1,34	10,90	63,35
АПЕЛЬСИН	90	0,81	0,18	7,29	38,70
		7,93	**8,80**	**47,25**	**294,96**
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	5,10	1,70	6,80	68,00
		5,10	**1,70**	**6,80**	**68,00**
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,42	6,22	14,07	130,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	140	13,55	14,86	15,38	188,81
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	28,77	119,13
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
		19,87	**21,34**	**66,10**	**478,13**
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	1,64	6,09	5,25	82,61
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	3,89	15,68	107,22
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	19,80	81,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40
		6,57	**10,76**	**59,51**	**364,02**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**39,47**	**42,60**	**179,66**	**1 205,11**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

СРЕДА

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	120	8,29	12,71	4,90	167,62
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5/4	0,13	0,00	9,98	41,11
ГРУША	90	0,36	0,27	9,27	42,30
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30
		9,88	**13,48**	**31,85**	**290,33**
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94
		2,93	**4,25**	**7,65**	**68,94**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	30	0,34	0,85	1,14	14,02
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	6,52	6,26	1,77	89,31
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	100	4,00	2,65	20,01	119,65
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,38	0,58	10,30	52,50
		16,06	**14,08**	**62,32**	**453,44**
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/20	9,03	8,06	8,27	144,08
КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	1,42	2,74	9,47	68,86
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,53	0,23	18,30	77,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,48	40,79
		14,39	**12,28**	**61,79**	**481,71**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**43,26**	**44,09**	**163,61**	**1 294,42**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ЧЕТВЕРГ

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,84	2,37	9,57	71,60
МАНДАРИН	90	0,72	0,18	6,75	34,20
		8,48	**10,13**	**44,89**	**290,30**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	150	0,73	0,14	18,41	71,71
		0,73	**0,14**	**18,41**	**71,71**
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50	5,75	6,42	5,50	95,05
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,21	6,55	19,72	111,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	17,48	73,98
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	0,58	10,22	52,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
		15,11	**19,02**	**67,70**	**455,00**
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,20
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50	5,75	6,42	5,50	95,05
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	100	2,99	4,01	18,28	121,69
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3,71	3,25	21,89	125,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
		13,60	**13,87**	**60,25**	**409,63**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**37,92**	**43,16**	**191,25**	**1 226,64**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ПЯТНИЦА

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,51	5,84	23,75	165,84
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,14	0,04	9,54	37,41
ЯБЛОКО	90	0,36	0,36	8,82	37,56
		6,07	**6,69**	**53,36**	**283,88**
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	5,10	1,70	6,80	68,00
		5,10	**1,70**	**6,80**	**68,00**
Обед					
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,58	9,14	9,18	114,00
РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,55	4,54	9,93	89,90
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	14,94	61,32
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,73	12,86	65,50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,48	40,79
		14,17	**19,26**	**66,80**	**493,66**
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	2,00	6,31	2,62	75,55
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	130	4,64	4,97	8,73	173,91
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,54	0,18	17,16	72,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,08	0,90	14,39	125,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
		9,95	**12,49**	**49,26**	**477,63**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**35,29**	**40,14**	**176,22**	**1 323,17**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ПОНЕДЕЛЬНИК

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39
АПЕЛЬСИН	90	0,81	0,18	7,29	38,70
		6,12	**9,58**	**44,18**	**287,78**
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94
		2,93	**4,25**	**7,65**	**68,94**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,23	1,83	0,71	20,19
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	6,75	5,45	5,08	110,02
КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	1,21	2,14	6,77	51,66
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,25	0,06	12,06	50,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30
		14,26	**13,05**	**67,69**	**442,91**
Полдник					
СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	20/20	2,19	3,61	1,69	53,64
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18
ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68
		11,12	**13,39**	**63,90**	**405,13**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**34,43**	**40,27**	**183,42**	**1 204,76**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ВТОРНИК

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	10	0,30	0,02	0,63	3,88
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	6,42	11,08	1,92	172,60
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	5,02	20,44
ГРУША	90	0,36	0,27	9,27	42,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
		7,86	**11,50**	**23,20**	**269,81**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	2,93	4,25	7,65	68,00
		2,93	**4,25**	**7,65**	**68,00**
Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ	50	4,22	4,81	9,68	101,53
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,98	3,41	22,69	104,10
СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	180	0,88	0,17	22,18	86,40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60
		14,72	**14,44**	**80,63**	**473,01**
Полдник					
СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	3,69	5,30	1,12	78,08
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	110	2,47	5,97	3,11	76,61
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	3,23	4,07	50,22	170,38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68
		10,56	**15,55**	**73,77**	**403,59**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**36,07**	**45,74**	**185,25**	**1 214,41**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

СРЕДА

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,41	1,82	10,86	69,96
МАНДАРИН	90	0,72	0,18	6,75	34,20
		6,26	**8,17**	**49,15**	**293,25**
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94
		2,93	**4,25**	**7,65**	**68,94**
Обед					
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	30	1,80	3,30	2,31	45,16
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	5,80	6,30	22,42	140,29
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,43	3,64	12,19	91,68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,83	36,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99
		14,48	**16,25**	**66,15**	**464,02**
Полдник					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,37	0,03	3,41	15,69
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,86	14,32	21,59	308,86
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,28	52,40
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,80	0,00	19,10	82,50
		24,40	**14,94**	**54,38**	**459,45**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,07**	**43,61**	**177,33**	**1 285,66**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ЧЕТВЕРГ

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,02	1,43	8,74	56,12
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,11	2,56	9,35	73,85
ЯБЛОКО	90	0,36	0,36	8,82	37,56
		7,89	**10,53**	**49,83**	**309,16**
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	4,50	1,50	6,00	60,00
		4,50	**1,50**	**6,00**	**60,00**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	1,83	3,66	2,04	48,72
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	2,41	3,35	4,03	57,96
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,13	3,36	17,30	99,74
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,06	23,48	92,22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79
		13,45	**17,25**	**81,57**	**501,80**
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,45
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,67	9,28	12,13	202,65
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,00	0,00	4,84	19,35
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	40	2,37	2,30	19,09	107,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79
		15,62	**13,99**	**44,68**	**400,44**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**41,46**	**43,27**	**182,08**	**1 271,40**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ПЯТНИЦА

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,59	0,68	16,88	64,61
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	130	3,27	3,64	18,75	120,88
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34
АПЕЛЬСИН	90	0,81	0,18	7,29	38,70
		7,81	**6,67**	**54,43**	**284,53**
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,10	4,50	8,10	73,00
		3,10	**4,50**	**8,10**	**73,00**
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	6,72	9,60	10,66	238,88
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40
		13,11	**15,78**	**53,39**	**486,42**
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130	5,80	12,70	15,01	219,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,30	6,00	24,20	134,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79
		9,82	**19,00**	**60,07**	**431,26**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**33,84**	**45,95**	**175,99**	**1 275,21**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.