

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 1

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок с мякотью	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/8
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00585	0.00784	0.02861	209.56000	7.8/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.445	0.01176	0.01599	0.06411	445.46000	
Обед						
Салат из отварной свеклы с солёным огурцом и растительным маслом 60 гр.	0.06	0.00096	0.00307	0.00726	55.11000	7.23/1
Суп картофельный со сметаной 0,200	0.2	0.00136	0.00252	0.01032	73.39000	7.12/2
Плов из отварного мяса говядины 180 гр.	0.18	0.01355	0.01435	0.02771	312.48000	7.5/8/2
Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2	0.00049	0.00003	0.01799	78.35000	7.6/10,
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.69	0.01986	0.02051	0.08584	619.83000	
Полдник						
Биокефир 200 г	0.2	0.00560	0.00640	0.00800	112.00000	7.403/12
Суфле творожное 120 гр	0.12	0.01297	0.02099	0.01627	336.80000	7.19/6
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.34	0.02012	0.02913	0.04359	543.20000	
Всего:	1.585	52.24000	65.73000	203.64000	1661.86700	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

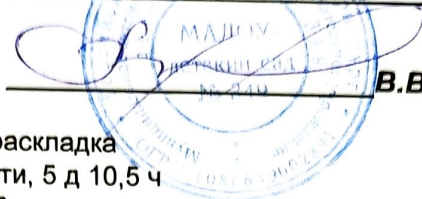
В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 2

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Яблоко 110 гр.	0.11	0.00039	0.00039	0.01142	43.65000	7.344
Итого:	0.11	0.00039	0.00039	0.01142	43.65000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00645	0.00631	0.03231	231.48000	7.8/4
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	7.14/10
Итого:	0.445	0.01485	0.01668	0.06632	509.43000	
Обед						
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	0.2	0.00173	0.00306	0.01198	88.27000	7.20/2
Суфле из мяса кур паровое 70 гр	0.07	0.01310	0.01759	0.00308	251.22000	7.8/9/1
Рагу из овощей 150г	0.15	0.00244	0.00380	0.01701	114.10000	7.18/3
Компот из кураги и изюма .	0.2	0.00037	0.00000	0.01870	76.41000	7.4/10/4
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.67	0.02114	0.02499	0.07333	630.50000	
Полдник						
Чай с лимоном*1	0.18	0.00006	0.00001	0.00829	36.42000	4.11/10
Картофель отварной .	0.15	0.00266	0.00485	0.02310	156.88000	7.1/3/4
Итого:	0.32	0.00728	0.01167	0.05755	395.26000	
Всего:	1.605	43.66000	53.73000	208.62000	1576.34300	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ- детский сад № 349



В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 3

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Яйцо вареное	1	0.00479	0.00405	0.00027	62.80000	7.328
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	0.13	0.00606	0.00527	0.02828	196.25000	7.43-2/3/2
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Чай с молоком 200 гр	0.2	0.00132	0.00141	0.01122	67.40000	7.12/10
Итого:	1.375	0.01528	0.01606	0.06113	457.85000	
Обед						
Борщ со сметаной 200гр	0.2	0.00174	0.00455	0.01216	99.49000	7.2/2
Биточки(котлеты) рыбные 80 гр.	0.08	0.01312	0.00425	0.00615	125.36000	7.9/7
Картофельное пюре 150г	0.15	0.00272	0.00460	0.01988	141.20000	7.3/3
Напиток из шиповника	0.2	0.00032	0.00000	0.01817	75.16000	7.063
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.74	0.02193	0.01798	0.08568	602.98000	
Полдник						
Биокефир 200 гр	0.2	0.00560	0.00640	0.00800	112.00000	7.403/12
Запеканка из творога с яблоками 120	0.12	0.01285	0.02316	0.02379	346.42000	7.16/5/2
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.34	0.02224	0.03802	0.07454	718.42000	
Всего:	2.595	59.95000	72.16000	231.45000	1834.88000	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

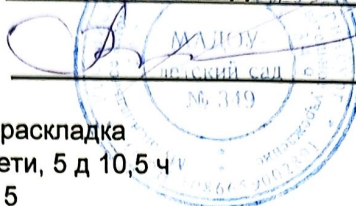
В.В.Власова

**Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 4**

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Апельсин 180 гр	0.18	0.00113	0.00025	0.01298	122.40000	7.321
Итого:	0.18	0.00113	0.00025	0.01298	122.40000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	286.20000	4.4/13
Каша манная молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00523	0.00543	0.02842	394.48000	7.5/4
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	269.70000	7.14/10
Итого:	0.445	0.01363	0.01580	0.06243	950.38000	
Обед						
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 60гр.	0.06	0.00085	0.00538	0.00658	168.88000	7.29/1
Суп из овощей со сметаной 0,200	0.2	0.00156	0.00545	0.00958	202.24000	7.14/2
Биштекс рубленый паровой 80 гр.	0.08	0.01864	0.01683	0.00030	515.10000	7.13/8/4
Капуста тушеная 150г	0.15	0.00352	0.00283	0.01755	208.38000	7.8/3
Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2	0.00049	0.00003	0.01799	156.70000	7.6/10,
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	108.60000	7.002/1
Итого:	0.726	0.02704	0.03088	0.06454	1359.90000	
Полдник						
Гренки	0.02	0.00171	0.00019	0.01094	110.88000	4.32/2
Суп-пюре из картофеля 200 гр	0.2	0.00241	0.00281	0.01290	185.40000	7.25/2
Чай с сахаром .	0.2	0.00000	0.00000	0.01181	98.54000	7.032/1
Итого:	0.44	0.00564	0.00318	0.04567	487.22000	
Всего:	1.791	47.44000	50.11000	185.62000	1442.53700	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349



В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 5

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша гречневая молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00619	0.00628	0.03216	210.28000	7.2/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.445	0.01210	0.01443	0.06766	446.18000	
Обед						
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60г	0.06	0.00078	0.00445	0.00594	68.05000	8.20/1
Компот из яблок и изюма	0.18	0.00009	0.00001	0.01567	67.96000	4.2/10
Щи из свежей капусты со сметаной 200гр	0.2	0.00151	0.00276	0.00755	61.81000	7.6/2
Соус сметанный 50 гр	0.05	0.00059	0.00405	0.00197	59.02000	7.6/11
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 200 гр	0.2	0.01488	0.01397	0.03130	338.32000	7.36/8/1
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.74	0.02135	0.02578	0.08499	695.66000	
Полдник						
Омлет натуральный 150 гр.	0.15	0.01157	0.01491	0.00378	217.75000	7.н038/5
Чай с лимоном.	0.2	0.00004	0.00000	0.01203	50.92000	4.11/10
Итого:	0.35	0.01691	0.01873	0.04958	475.06000	
Всего:	1.64	50.86000	59.04000	212.33000	1652.79100	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 6

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00589	0.00561	0.03318	221.88000	7.14/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	7.14/10
Итого:	0.445	0.01277	0.01453	0.07396	488.13000	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми 0,200	0.2	0.00425	0.00399	0.01761	130.32000	7.17/2
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) 130 гр	0.18	0.00895	0.01072	0.00855	185.56000	7.31/8
Компот из сухофруктов и шиповника 200 гр,	0.2	0.00040	0.00000	0.01935	79.60000	7.7/10
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Гренки 20 гр	0.02	0.00171	0.00019	0.01094	55.44000	4.34/2
Итого:	0.64	0.01792	0.01935	0.07636	568.56000	
Полдник						
Биокефир 200 г	0.2	0.00560	0.00640	0.00800	112.00000	7.403/12
Запеканка из творога 120 гр	0.12	0.01535	0.01903	0.01516	324.85000	7.9/5/1
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.355	0.02302	0.03310	0.04276	586.20000	
Всего:	1.54	54.21000	67.08000	203.18000	1686.13800	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 7

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологическо й карты
Второй завтрак						
Яблоко 140 гр	0.14	0.00049	0.00049	0.01454	118.35000	7.131
Итого:	0.14	0.00049	0.00049	0.01454	118.35000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	286.20000	4.4/13
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00618	0.00686	0.03756	498.74000	7.7/4/4
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	209.00000	7.13/10
Итого:	0.445	0.01361	0.01646	0.06629	993.94000	
Обед						
Рассольник с крупой и сметаной 200 гр	0.2	0.00192	0.00468	0.01430	228.76000	7.11/2
Рагу из отварного мяса говядины 180 гр.	0.18	0.01357	0.01307	0.01639	523.43000	7.6/8/1
Компот из сухофруктов 200 гр,	0.2	0.00049	0.00003	0.01799	156.70000	7.6/10,
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	108.60000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	92.40000	7.05
Итого:	0.696	0.02051	0.02238	0.07856	1238.35000	
Полдник						
Напиток из клюквы*1	0.2	0.00013	0.00000	0.01361	60.34000	4.15/
Суфле из рыбы 80 гр	0.08	0.01174	0.00281	0.00282	379.29000	7.14/7
Итого:	0.28	0.01593	0.00890	0.04132	820.72000	
Всего:	1.621	50.54000	48.23000	200.71000	1525.90400	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 8

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок с мякотью	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/8
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00495	0.00643	0.02420	189.78000	7.16/4
Чай с молоком 200 гр	0.2	0.00132	0.00141	0.01122	67.40000	7.12/10
Итого:	0.445	0.01090	0.01462	0.05001	400.28000	
Обед						
Салат овощной с яблоками, яйцом и растительным маслом 60 гр.	0.06	0.00102	0.00368	0.00608	66.71000	7.16/1
Свекольник со сметаной 200гр	0.2	0.00129	0.00452	0.01031	90.52000	7.5/2
Каша гречневая рассыпчатая с овощами 150г	0.15	0.00735	0.00740	0.04545	272.46000	7.44/3/2
Бефстроганов из отварного мяса говядины (вариант 2) 80 гр.	0.08	0.01305	0.01324	0.00632	216.87000	7.8/8
Компот из кураги	0.2	0.00049	0.00000	0.01871	76.46000	7.11
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.74	0.02670	0.02938	0.10943	823.52000	
Полдник						
Биокефир 200 гр	0.2	0.00600	0.01200	0.00820	168.00000	7.365
Запеканка из творога с морковью 120 гр	0.12	0.01333	0.02395	0.01745	331.75000	7.13/5/2
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.34	0.02288	0.03873	0.05248	655.35000	
Всего:	1.645	60.98000	82.83000	222.02000	1927.08800	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 9

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Груша 180 гр.	0.18	0.00065	0.00049	0.01669	76.14000	7.305/1
Итого:	0.18	0.00065	0.00049	0.01669	76.14000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00458	0.00632	0.02219	179.74000	7.4/4
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	7.14/10
Итого:	0.445	0.01298	0.01669	0.05620	457.69000	
Обед						
Суп картофельный с крупой 0,200	0.2	0.00255	0.00439	0.01830	125.74000	7.16/2
Бигус с мясом куры	0.23	0.02166	0.00811	0.01396	221.97000	7н350
Компот из чернослива и изюма 200 гр	0.2	0.00033	0.00000	0.02341	96.37000	7.5/10
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Итого:	0.68	0.02804	0.01304	0.07823	544.58000	
Полдник						
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Тефтели рыбные с рисом в соусе 80 гр.	0.08	0.00732	0.00259	0.00687	98.57000	7.12/7/3
Чай с лимоном*1	0.18	0.00006	0.00001	0.00829	36.42000	4.11/10
Итого:	0.28	0.01220	0.00844	0.04493	353.11000	
Всего:	1.635	53.87000	38.66000	196.05000	1421.24100	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 10

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша пшенная молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00645	0.00631	0.03129	231.48000	7.11/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.445	0.01236	0.01446	0.06679	467.38000	
Обед						
Соус молочный с овощами	0.02	0.00041	0.00137	0.00166	17.60000	4.4/11
Бульон мясной	0.2	0.00372	0.00320	0.00000	43.60000	4.1-1/2
Щи из свежей капусты с крупой и сметаной 200гр	0.2	0.00165	0.00459	0.00849	84.19000	7.7/2
Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые 80 гр.	0.08	0.01137	0.01145	0.00550	188.44000	7.14/8
Макаронные изделия отварные	0.15	0.00589	0.00348	0.04093	232.12000	7н151-2
Компот из яблок и чернослива	0.2	0.00020	0.00008	0.01726	71.72000	7.3/8/4
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Итого:	0.9	0.02674	0.02471	0.09640	738.17000	
Полдник						
Омлет с картофелем (запеченный) - 80 гр.	0.08	0.00609	0.00546	0.00792	116.39000	7.4/6
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Чай с сахаром	0.2	0.00000	0.00000	0.01181	49.27000	7.032/1
Итого:	0.28	0.00609	0.00546	0.01973	165.66000	
Всего:	1.725	45.69000	44.73000	193.02000	1418.25500	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 11

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00585	0.00784	0.02861	209.56000	7.8/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	7.14/10
Итого:	0.445	0.01273	0.01676	0.06939	475.81000	
Обед						
Рассольник с крупой и сметаной 200 гр	0.2	0.00192	0.00468	0.01430	114.38000	7.11/2
Бигус с мясом.	0.23	0.02268	0.02201	0.01624	373.75000	
Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2	0.00049	0.00003	0.01799	78.35000	7.061/1
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.68	0.02859	0.02726	0.07109	666.98000	
Полдник						
Биокефир 200 г	0.2	0.00560	0.00640	0.00800	112.00000	7.403/12
Суфле творожное 120 гр	0.12	0.01297	0.02099	0.01627	336.80000	7.19/6
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.34	0.02534	0.03295	0.06951	719.19000	
Всего:	1.625	67.16000	77.07000	220.09000	1916.88200	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ - Детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 12

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Банан 140 гр	0.14	0.00147	0.00010	0.02136	87.22000	7.01
Итого:	0.14	0.00147	0.00010	0.02136	87.22000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	0.18	0.00581	0.00569	0.02908	212.84000	7.15/4
Кофейный напиток с молоком 2	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.425	0.01324	0.01529	0.05781	460.44000	
Обед						
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	0.2	0.00173	0.00306	0.01198	88.27000	7.20/2
Каша гречневая рассыпчатая с овощами 130г	0.13	0.00643	0.00641	0.03987	239.11000	7.44/3/2
Мясо кур отварное в соусе 80 гр	0.08	0.00971	0.01071	0.00203	154.54000	7.2/9/1
Компот из кураги и изюма .	0.2	0.00037	0.00000	0.01870	76.41000	7.4/10/4
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.66	0.02174	0.02072	0.09514	658.83000	
Полдник						
Гренки	0.02	0.00171	0.00019	0.01094	55.44000	4.34/2
Суп-пюре из картофеля 200 гр	0.2	0.00241	0.00281	0.01290	92.70000	7.25/2
Чай с сахаром .	0.2	0.00000	0.00000	0.01181	49.27000	7.031/1
Итого:	0.42	0.00412	0.00300	0.03565	197.41000	
Всего:	1.645	40.57000	39.11000	209.96000	1399.91400	

Утверждаю

Заведующий - МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 13

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Омлет натуральный 150 гр.	0.15	0.01157	0.01491	0.00378	217.75000	7.н038/5
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Чай с молоком	0.2	0.00132	0.00141	0.01122	67.40000	7.118/2
Итого:	0.395	0.01600	0.02165	0.03636	416.55000	
Обед						
Борщ со сметаной 200гр	0.2	0.00174	0.00455	0.01216	99.49000	7.2/2
Суфле из мяса говядины 70 гр.	0.07	0.01557	0.01383	0.00203	219.27000	7.26/8
Картофельное пюре с морковью 150г	0.15	0.00279	0.00455	0.01953	136.50000	7.4/3
Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2	0.00049	0.00003	0.01799	78.35000	7.6/10,
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.67	0.02409	0.02350	0.07427	634.11000	
Полдник						
Биокефир 200 гр	0.2	0.00600	0.01200	0.00820	168.00000	7.365
Запеканка из творога с рисом 120	0.12	0.01399	0.02146	0.02150	322.60000	7.14/5/2
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.34	0.02146	0.03520	0.04117	554.60000	
Всего:	1.505	62.05000	80.45000	161.90000	1660.50200	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 14

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Яблоко 100гр	0.1	0.00035	0.00035	0.01038	39.60000	7.346
Итого:	0.1	0.00035	0.00035	0.01038	39.60000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша манная молочная с маслом сливочным 180г	0.18	0.00471	0.00489	0.02559	182.68000	7.5/4
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.425	0.01214	0.01449	0.05432	430.28000	
Обед						
Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной 0,200	0.2	0.00495	0.01237	0.01558	210.75000	7.15/2
Зразы или рулет из говядины 80 гр.	0.08	0.00956	0.01077	0.00941	189.65000	7.18/8
Рагу из овощей 150г	0.15	0.00236	0.00379	0.01633	110.90000	7.18/3
Напиток из шиповника	0.2	0.00032	0.00000	0.01817	75.16000	7.063
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.68	0.02069	0.02747	0.08205	686.96000	
Полдник						
Сельдь 30 гр	0.03	0.00513	0.00257	0.00000	43.50000	7.н125/2
Картофель отварной .	0.15	0.00266	0.00485	0.02310	156.88000	7.1/3/4
Чай с лимоном 150 гр	0.15	0.00003	0.00000	0.00679	27.85000	7.11/10/2
Итого:	0.33	0.00782	0.00742	0.02989	228.23000	
Всего:	1.535	41.00000	49.73000	176.64000	1381.23300	

Утверждаю

Заведующий -МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 15

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	0.2	0.00546	0.00814	0.02402	205.91000	7.7/4/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.14/10
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	7.035
Итого:	0.445	0.01234	0.01706	0.06480	472.16000	
Обед						
Щи из свежей капусты со сметаной 200гр	0.2	0.00151	0.00276	0.00755	61.81000	7.6/2
Соус молочный (для запекания) 30 гр	0.03	0.00110	0.00305	0.00321	50.07000	7.3/11/1
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 150 гр	0.15	0.01114	0.01047	0.02347	250.95000	7.36/8/1
Компот из яблок 180г	0.18	0.00007	0.00006	0.01331	56.92000	7.197/1
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.61	0.01732	0.01688	0.07010	520.25000	
Полдник						
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60г	0.06	0.00078	0.00445	0.00594	68.05000	8.20/1
Чай с лимоном 180 гр	0.18	0.00003	0.00000	0.00679	27.85000	7.11/10/2
Пряник 40	0.04	0.00456	0.00681	0.02616	88.96000	7.412
Итого:	0.28	0.00537	0.01126	0.03889	297.86000	
Всего:	1.44	35.53000	45.30000	183.89000	1337.75000	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 16

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша гречневая молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00619	0.00628	0.03216	210.28000	7.2/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.445	0.01210	0.01443	0.06766	446.18000	
Обед						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом 60гр.	0.06	0.00059	0.00444	0.00410	61.37000	7.23/1
Гренки	0.02	0.00171	0.00019	0.01094	55.44000	4.34/2
Суп картофельный с бобовыми 0,200	0.2	0.00425	0.00399	0.01761	130.32000	7.17/2
Биточки (котлеты) из мяса говядины с рисом паровые 150 гр.	0.15	0.02195	0.02265	0.00759	358.23000	7.15/8/3
Компот из сухофруктов и шиповника 200 гр.	0.2	0.00040	0.00000	0.01935	79.60000	7.7/10
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Итого:	0.66	0.03088	0.03163	0.07213	739.26000	
Полдник						
Биокефир 200 г	0.2	0.00560	0.00640	0.00800	112.00000	7.403/12
Сгущенное иолоко 20г	0.02	0.00006	0.00000	0.01095	42.40000	7.351
Сырники из творога 100	0.1	0.01323	0.01618	0.02030	311.02000	7.6/5
Итого:	0.3	0.01889	0.02258	0.03925	465.42000	
Всего:	1.52	62.37000	68.74000	189.14000	1692.82500	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 17

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Апельсин 140 гр	0.14	0.00088	0.00020	0.01009	39.20000	7.202
Итого:	0.14	0.00088	0.00020	0.01009	39.20000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180г	0.18	0.00530	0.00505	0.02987	204.20000	7.14/4
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	7.14/10
Итого:	0.425	0.01370	0.01542	0.06388	482.15000	
Обед						
Суп из свежей рыбы с крупой	0.2	0.00736	0.00229	0.01211	116.44000	7.424
Тефтели из мяса говядины 70гр	0.07	0.00993	0.01018	0.00707	180.14000	7.20/8
Картофельное пюре 150г	0.15	0.00255	0.00456	0.01842	134.00000	7.3/3
Компот из сухофруктов 200 гр,	0.2	0.00049	0.00003	0.01799	78.35000	7.6/10,
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.67	0.02383	0.01760	0.07815	609.43000	
Полдник						
Суп молочный с лапшой .	0.2	0.00439	0.00615	0.01858	160.53000	7.21/2/4
Чай с сахаром .	0.2	0.00000	0.00000	0.01181	49.27000	7.032/1
Итого:	0.4	0.00439	0.00615	0.03039	209.80000	
Всего:	1.635	42.80000	39.37000	182.51000	1331.42700	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ- детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 18

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным 200г	0.2	0.00488	0.00642	0.02444	183.95000	7.18/4
Чай с молоком, с сахаром	0.2	0.00316	0.00338	0.01421	108.70000	7.118/2
Итого:	0.445	0.01267	0.01658	0.05324	435.75000	
Обед						
Компот из яблок и изюма	0.18	0.00009	0.00001	0.01567	67.96000	4.2/10
Свекольник со сметаной 200гр	0.2	0.00125	0.00451	0.01002	88.92000	7.5/2
Бефстроганов из отварного мяса говядины (вариант 2) 80 гр.	0.08	0.01305	0.01324	0.00632	216.87000	7.8/8
Каша перловая	0.15	0.00457	0.00552	0.03487	218.76000	7.142/1
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Итого:	0.66	0.02246	0.02382	0.08944	693.01000	
Полдник						
Биокефир 200 гр	0.2	0.00600	0.01200	0.00820	168.00000	7.403/12
Запеканка из творога 120 гр	0.12	0.01535	0.01903	0.01516	324.85000	7.9/5/1
Сгущенное молоко 20 гр	0.02	0.00147	0.00174	0.01147	64.00000	7.351
Итого:	0.34	0.02282	0.03277	0.03483	556.85000	
Всего:	1.545	58.45000	73.27000	187.61000	1730.98900	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 19

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Яблоко 110 гр.	0.11	0.00039	0.00039	0.01142	43.65000	7.346
Итого:	0.11	0.00039	0.00039	0.01142	43.65000	
Завтрак						
Батон с маслом и сыром*1	0.045	0.00463	0.00678	0.01459	143.10000	4.4/13
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00458	0.00632	0.02219	179.74000	7.4/4
Кофейный напиток с молоком 200 гр	0.2	0.00280	0.00282	0.01414	104.50000	7.13/10
Итого:	0.445	0.01201	0.01592	0.05092	427.34000	
Обед						
Суп-пюре из разных овощей 200 гр	0.2	0.00207	0.00389	0.00923	86.75000	7.27/2
Котлета из мяса куры.	0.08	0.01538	0.00394	0.00621	131.76000	7.н347
Капуста тушеная 150г	0.15	0.00352	0.00283	0.01755	104.19000	7.8/3
Компот из кураги	0.2	0.00049	0.00000	0.01871	76.46000	7.11
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Гренки 20 гр	0.02	0.00171	0.00019	0.01094	55.44000	4.34/2
Итого:	0.68	0.02515	0.01121	0.07518	508.90000	
Полдник						
Салат из отвар. картофеля, моркови с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 60гр.	0.06	0.00086	0.00803	0.00660	111.91000	7.30/1
Яйцо вареное	1	0.00479	0.00405	0.00027	62.80000	7.328
Чай с сахаром	0.2	0.00000	0.00000	0.01181	49.27000	7.032/1
Итого:	1.26	0.00891	0.01473	0.05577	428.81000	
Всего:	2.555	46.46000	42.25000	193.29000	1401.80800	

Утверждаю

Заведующий МАДОУ-детский сад № 349

В.В.Власова

Меню-раскладка
д/с 349, Дети, 5 д 10,5 ч
День 20

Блюдо	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	7.031/1
Итого:	0.1	0.00050	0.00010	0.01010	46.00000	
Завтрак						
Каша пшенная молочная с маслом сливочным 200гр	0.2	0.00645	0.00631	0.03129	231.48000	7.11/4
Батон с маслом	0.045	0.00311	0.00533	0.02136	131.40000	7.035
Какао с молоком 200 гр	0.2	0.00377	0.00359	0.01942	134.85000	4.14/10
Итого:	0.445	0.01333	0.01523	0.07207	497.73000	
Обед						
Щи из свежей капусты с крупой и сметаной 200гр	0.2	0.00165	0.00459	0.00849	84.19000	7.7/2
Печень по-строгановски 80 гр.	0.08	0.01063	0.01238	0.00219	173.63000	7.10/8/2
Макаронные изделия отварные	0.15	0.00589	0.00348	0.04093	232.12000	7.н151-2
Компот из чернослива и изюма 200 гр	0.2	0.00033	0.00000	0.02341	96.37000	7.5/10
Хлеб ржаной 30 гр.	0.03	0.00198	0.00036	0.01254	54.30000	7.002/1
Итого:	0.68	0.02200	0.02099	0.09758	686.81000	
Полдник						
Хлеб пшеничный 20 гр	0.02	0.00152	0.00018	0.01002	46.20000	7.05
Напиток из клюквы	0.18	0.00013	0.00000	0.01361	60.34000	4.15/
Рыба с овощами в омлете 140 гр.	0.14	0.01950	0.01060	0.00349	236.93000	7.н016/6
Итого:	0.34	0.01963	0.01060	0.01710	297.27000	
Всего:	1.545	55.46000	46.92000	196.85000	1531.00100	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 199463268973859046802120201682333540321177793264

Владелец Ренева Оксана Валентиновна

Действителен с 21.02.2025 по 21.02.2026