

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./

## МЕНЮ

### сегодня 1 день

### Ясли

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	4,8	18	136	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,4	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,6	81	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	54	0
<b>Итого</b>			<b>368</b>	<b>10,2</b>	<b>14,5</b>	<b>45,1</b>	<b>360</b>	<b>1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	138	4	4,3	5,3	76	0
<b>Итого</b>			<b>138</b>	<b>4</b>	<b>4,3</b>	<b>5,3</b>	<b>76</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА М/Б	150	1,6	2	12	72	3,9
2004	485	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (ЛЕНИВЫЕ)	140	13,1	13,1	10,3	211	14,7
	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	31	0,4		2,1	11	1,6
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,8	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	3	0,5	17,3	85	0
<b>Итого</b>			<b>512</b>	<b>18,4</b>	<b>15,6</b>	<b>56,5</b>	<b>444</b>	<b>20,2</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	17,5	12	16,8	248	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50			7	26	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,6	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,6	81	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	3,8	13,2	94	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>21,3</b>	<b>16,7</b>	<b>57,2</b>	<b>469</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>53,9</b>	<b>51,1</b>	<b>164,1</b>	<b>1349</b>	<b>21,3</b>

Бухгалтер Му Попова М.А.

Медицинская сестра Вая Васичева Т.В.

Повар Му

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
/Муранова Е.В./

## МЕНЮ

### сегодня 1 день

### Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,8	6,2	24,3	179	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,4	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3	1,2	20,9	108	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	54	0
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>12,4</b>	<b>16,2</b>	<b>56,7</b>	<b>430</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	166	4,9	5,1	6,4	92	0
<b>Итого</b>			<b>166</b>	<b>4,9</b>	<b>5,1</b>	<b>6,4</b>	<b>92</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ НА М/Б	200	2,2	2,6	16	96	5,3
2004	485	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (ЛЕНИВЫЕ)	155	14,9	15	11,8	243	16,8
2004	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	42	0,5		2,9	15	2,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		19	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,7	0,6	21,8	108	0
<b>Итого</b>			<b>629</b>	<b>21,6</b>	<b>18,2</b>	<b>71,5</b>	<b>545</b>	<b>24,2</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	22	13,5	21,5	297	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			8,7	32	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3	1,2	20,9	108	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	3,8	13,2	94	0
<b>Итого</b>			<b>471</b>	<b>26,5</b>	<b>18,5</b>	<b>69,3</b>	<b>553</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>65,4</b>	<b>58</b>	<b>203,9</b>	<b>1620</b>	<b>25,5</b>

Бухгалтер *Му* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Чес*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./

## МЕНЮ

### сегодня 2 день

### Ясли

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак I</b>								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,4	4,2	19,8	133	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	11,4	86	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,6	81	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	54	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		37	0,1
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>11,4</b>	<b>16,7</b>	<b>46,9</b>	<b>391</b>	<b>1,1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	130	3,8	4,1	5	72	0
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>3,8</b>	<b>4,1</b>	<b>5</b>	<b>72</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	150	1,3	3,9	6,3	66	5
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	8	4,4	8,8	107	0,1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,1	4,4	18,4	126	8,6
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,8	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	3,1	0,5	17,9	88	0
2004	564	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	21	0,6		1,3	9	0,8
<b>Итого</b>			<b>573</b>	<b>16,4</b>	<b>13,2</b>	<b>67,5</b>	<b>461</b>	<b>14,5</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	14,5	15,8	8,1	232	11,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	2,9	2,2	18,7	107	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,6	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,6	81	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>19,8</b>	<b>18,9</b>	<b>47</b>	<b>440</b>	<b>11,3</b>
<b>Всего</b>				<b>51,4</b>	<b>52,9</b>	<b>166,4</b>	<b>1364</b>	<b>26,9</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ *Су* \_\_\_\_\_ Попова М.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ *Вас* \_\_\_\_\_ Васичева Т.В.

Повар \_\_\_\_\_ *Сев* \_\_\_\_\_

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
*Муранова Е.В.* /Муранова Е.В./

## МЕНЮ

### сегодня 2 день

### Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,5	5,5	26,2	175	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	11,1	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	20,9	108	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,5	4,4		54	0
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>19,6</b>	<b>58,3</b>	<b>475</b>	<b>1,1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	156	4,6	4,9	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>156</b>	<b>4,6</b>	<b>4,9</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200	1,5	5,1	8,9	88	6,6
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	9,2	4,7	10,2	120	0,1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,7	19,7	134	9,2
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		19	84	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,9	0,6	22,7	112	0
2004	564	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	31	1	0,1	1,9	13	1,2
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>19,2</b>	<b>15,2</b>	<b>82,4</b>	<b>551</b>	<b>17,1</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17,5	16,9	9,6	259	13,7
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	3,8	30,2	173	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	20,9	108	0
<b>Итого</b>			<b>471</b>	<b>25,4</b>	<b>21,9</b>	<b>65,7</b>	<b>562</b>	<b>13,7</b>
<b>Всего</b>				<b>63,6</b>	<b>61,6</b>	<b>212,4</b>	<b>1674</b>	<b>31,9</b>

Бухгалтер *Му* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Тас*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./



## МЕНЮ

### сегодня 3 день

### Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак I</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	4,3	15,6	118	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	10,7	83	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	2,4	0,9	16,4	84	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,6	0,1	51	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>9,6</b>	<b>13,5</b>	<b>42,8</b>	<b>336</b>	<b>1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	135	3,9	4,2	5,2	75	0
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>3,9</b>	<b>4,2</b>	<b>5,2</b>	<b>75</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	140	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,7	1,7	11,9	68	3,7
2004	451	КОТЛета ( ИЗ ГОВЯДИНЫ )	50	8,8	7,1	6,4	126	0,2
2004	537	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,4	5,6	12,2	108	4,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,8	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	3	0,5	17,4	86	0
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>16,2</b>	<b>14,9</b>	<b>62,7</b>	<b>453</b>	<b>8</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	10,4	13	14,9	219	7,3
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ ( УЛИТКА )	80	6,9	4,9	46,6	260	0,1
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>17,4</b>	<b>17,9</b>	<b>66</b>	<b>499</b>	<b>7,4</b>
<b>Всего</b>				<b>47,1</b>	<b>50,5</b>	<b>176,7</b>	<b>1363</b>	<b>16,4</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Попова М.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Васичева Т.В.

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
/Муранова Е.В./



## МЕНЮ сегодня 3 день Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак I</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,2	5,9	21,1	159	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	11	84	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	43	3,2	1,2	22	113	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>11,7</b>	<b>15,6</b>	<b>54,2</b>	<b>409</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	162	4,8	5	6,3	89	0
<b>Итого</b>			<b>162</b>	<b>4,8</b>	<b>5</b>	<b>6,3</b>	<b>89</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	140	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,2	2,2	15,6	92	5
2004	451	КОТЛЕТА ( ИЗ ГОВЯДИНЫ )	55	10,4	8,5	7,5	150	0,2
2004	537	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2,7	6,8	13,3	125	4,9
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,9	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,7	0,6	21,8	108	0
<b>Итого</b>			<b>627</b>	<b>19,3</b>	<b>18,1</b>	<b>77,1</b>	<b>558</b>	<b>10,1</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,8	15,1	17	252	8,3
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ ( УЛИТКА )	90	7,8	5	51,8	286	0,1
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>19,7</b>	<b>20,1</b>	<b>73,8</b>	<b>560</b>	<b>8,4</b>
<b>Всего</b>				<b>55,5</b>	<b>58,8</b>	<b>211,4</b>	<b>1616</b>	<b>19,7</b>

Бухгалтер  Попова М.А.

Медицинская сестра  Васичева Т.В.

Повар

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

# МЕНЮ

## сегодня 4 день

### Ясли

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	4,9	14,7	122	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	10,8	84	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,8	81	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	54	0
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>9,6</b>	<b>14,4</b>	<b>41,4</b>	<b>341</b>	<b>1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	141	4,1	4,4	5,4	78	0
<b>Итого</b>			<b>141</b>	<b>4,1</b>	<b>4,4</b>	<b>5,4</b>	<b>78</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	3,2	3,2	11,4	88	2,7
2010	47	РЫБА ( ФИЛЕ ПРИПУЩЕННАЯ )	70	13,2	1,7	0,5	70	0,4
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	80	1,9	2,1	20,2	108	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,8	0,5	16,2	80	0
2004	572	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	10	0,1		0,3	1	1
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>21,5</b>	<b>7,5</b>	<b>63,3</b>	<b>412</b>	<b>4,1</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2004	451	ШНИЦЕЛЬ ( ИЗ ГОВЯДИНЫ )	50	9,5	7,4	6,8	134	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,7	9,6	95	26,5
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,7	21	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,8	81	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,8	20	143	0
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>16,9</b>	<b>18,8</b>	<b>56,9</b>	<b>474</b>	<b>26,5</b>
<b>Всего</b>				<b>52,1</b>	<b>45,1</b>	<b>167</b>	<b>1305</b>	<b>31,6</b>

Бухгалтер *Лу* Попова М.А.Медицинская сестра *Вал* Васичева Т.В.Повар *Анна* *Тимова, А.А.*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В.

## МЕНЮ

сегодня 4 день

Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,3	6,5	20	162	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	11	84	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21	108	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>11,7</b>	<b>16,3</b>	<b>52,1</b>	<b>407</b>	<b>1,1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	169	4,9	5,2	6,6	93	0
<b>Итого</b>			<b>169</b>	<b>4,9</b>	<b>5,2</b>	<b>6,6</b>	<b>93</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,3	4,4	15,2	117	3,7
2010	47	РЫБА ( ФИЛЕ ПРИПУЩЕННАЯ )	90	17,1	2,2	0,5	91	0,4
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,8	3,4	30	162	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	82	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,4	0,6	20	98	0
2004	572	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
<b>Итого</b>			<b>658</b>	<b>28,1</b>	<b>10,6</b>	<b>85</b>	<b>553</b>	<b>6,1</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2004	451	ШНИЦЕЛЬ ( ИЗ ГОВЯДИНЫ )	60	11,4	9	8	162	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	5,5	10,5	106	30,7
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	23	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21	108	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,8	20	143	0
<b>Итого</b>			<b>481</b>	<b>20</b>	<b>21,5</b>	<b>64,5</b>	<b>542</b>	<b>30,7</b>
<b>Всего</b>				<b>64,7</b>	<b>53,6</b>	<b>208,2</b>	<b>1595</b>	<b>37,9</b>

Бухгалтер

*Му*

Попова М.А.

Медицинская сестра

*Вас*

Васичева Т.В.

Повар

*Муранова Е.В.*



Утверждаю

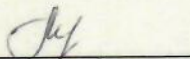
Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

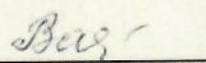
## МЕНЮ

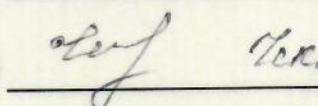
### сегодня 5 день

### Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	4	20,3	134	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,4	2,8	11,2	87	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,6	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,7	0,1	52	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,2		41	0,1
<b>Итого</b>			<b>379</b>	<b>12,1</b>	<b>16,6</b>	<b>47,2</b>	<b>394</b>	<b>1,1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	144	4,2	4,5	5,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>144</b>	<b>4,2</b>	<b>4,5</b>	<b>5,6</b>	<b>80</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	123	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	150	1,4	4,1	4,5	61	8,3
2004	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ	140	13,1	12,8	19,3	243	9,3
2004	595	СОУС МОЛОЧНЫЙ	58	1,9	3,4	4,6	58	0,3
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,7	0,4	15,7	78	0
2004	556	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	21	0,3		1,7	8	0,8
<b>Итого</b>			<b>556</b>	<b>19,7</b>	<b>20,7</b>	<b>60,5</b>	<b>513</b>	<b>18,7</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	44	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	110	14,8	10	18,9	227	0
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50			11,1	43	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>17,2</b>	<b>10,9</b>	<b>50,1</b>	<b>370</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>53,2</b>	<b>52,7</b>	<b>163,4</b>	<b>1357</b>	<b>19,8</b>

Бухгалтер  Попова М.А.

Медицинская сестра  Васичева Т.В.

Повар  Чкаловская Т.А.

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
/Муранова Е.В./

## МЕНЮ

**сегодня 5 день**

**Сад**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	5,3	26,8	178	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,4	2,8	11,4	88	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,7	107	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	3,8	4,8		61	0,1
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>15,2</b>	<b>19,9</b>	<b>59</b>	<b>487</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	173	5	5,3	6,7	96	0
<b>Итого</b>			<b>173</b>	<b>5</b>	<b>5,3</b>	<b>6,7</b>	<b>96</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	123	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	200	1,8	5,5	5,9	80	11,3
2004	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ	170	15,9	14,8	23,4	290	11,2
2004	595	СОУС МОЛОЧНЫЙ	58	1,9	3,5	4,8	60	0,3
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,9	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,4	0,6	20	98	0
2004	556	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ )	31	0,5		2,6	13	1,2
<b>Итого</b>			<b>687</b>	<b>23,8</b>	<b>24,4</b>	<b>75,6</b>	<b>624</b>	<b>24</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	44	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	140	19,2	12,4	23,8	287	0
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			13	49	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	23	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,7	107	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>22,3</b>	<b>13,6</b>	<b>62,5</b>	<b>466</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>66,3</b>	<b>63,2</b>	<b>203,8</b>	<b>1673</b>	<b>25,2</b>

Бухгалтер

*М.А.*

Попова М.А.

Медицинская сестра

*Т.В.*

Васичева Т.В.

Повар

*Т.А.*

Чернышова Т.А.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Мураманова /Муранова Е.В./

**МЕНЮ**  
**сегодня 6 день**

**Ясли**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,8	5	14,2	119	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	10,9	84	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,9	82	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,8	3,5		44	0,1
Итого			381	12,3	17,9	41,1	382	1,1
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	138	4	4,3	5,3	76	0
Итого			138	4	4,3	5,3	76	0
<b>Обед</b>								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/Б	150	1,1	2,7	6,3	54	5,8
2010	55	ГУЛЯШ ( ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА )	30/30	11,4	8,6	1,8	132	0,2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	80	1,8	2,2	19,8	107	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		15	66	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,3		1,4	7	1
Итого			500	17,8	14	61,1	449	7
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	18,1	12,4	17,1	254	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50			10,5	40	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,9	82	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,8	20	142	0
Итого			401	22,6	19,1	68	538	0,1
<b>Всего</b>				<b>56,7</b>	<b>55,3</b>	<b>175,5</b>	<b>1445</b>	<b>8,2</b>

Бухгалтер *М.А.* Попова М.А.

Медицинская сестра *Т.В.* Васичева Т.В.

Повар *Л.А.* *Мурманова Л.А.*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./

# МЕНЮ

## сегодня 6 день

### Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,1	6,4	19,1	157	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	11,1	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21,1	109	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	18	4,2	5,3		66	0,1
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>15,8</b>	<b>21,4</b>	<b>51,4</b>	<b>470</b>	<b>1,3</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	165	4,9	5,1	6,4	91	0
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>4,9</b>	<b>5,1</b>	<b>6,4</b>	<b>91</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/Б	200	1,5	3,6	8,3	73	7,6
2010	55	ГУЛЯШ ( ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА )	40/40	15,1	11,5	2,1	176	0,3
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,3	2,7	24,7	134	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,9	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,4		2	10	1,5
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>23,2</b>	<b>18,4</b>	<b>77</b>	<b>580</b>	<b>9,4</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	22,8	14,1	21,4	306	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			12,3	46	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21,1	109	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,8	20	142	0
<b>Итого</b>			<b>481</b>	<b>28,1</b>	<b>21,1</b>	<b>79,8</b>	<b>625</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>72</b>	<b>66</b>	<b>214,6</b>	<b>1766</b>	<b>10,8</b>

Бухгалтер

*Лу*

Попова М.А.

Медицинская сестра

*Вал*

Васичева Т.В.

Повар

*Муранова Е.В.*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

## МЕНЮ

сегодня 7 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	4,3	15,9	120	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,4	2,8	11,4	88	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,9	82	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,7	0,1	52	0
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>9,9</b>	<b>13,7</b>	<b>43,3</b>	<b>342</b>	<b>1,1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	145	4,3	4,5	5,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>4,3</b>	<b>4,5</b>	<b>5,6</b>	<b>80</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	134	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ	150	1,4	4,1	6,3	67	5,2
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	95	12	7,9	12,2	168	0,6
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,1	4,5	18,5	127	8,6
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,8	0,5	16,5	82	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
2004	564	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,6		1,3	9	0,8
<b>Итого</b>			<b>594</b>	<b>20,2</b>	<b>17</b>	<b>69,5</b>	<b>518</b>	<b>15,2</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	56	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	50/50	13,2	9,9	2,8	153	10,6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	70	4	2,6	21,2	120	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,9	82	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,8	20	143	0
<b>Итого</b>			<b>411</b>	<b>21,7</b>	<b>19,2</b>	<b>64,4</b>	<b>518</b>	<b>10,6</b>
<b>Всего</b>				<b>56,1</b>	<b>54,4</b>	<b>182,8</b>	<b>1458</b>	<b>26,9</b>

Бухгалтер *М.А.* Попова М.А.

Медицинская сестра *Т.В.* Васичева Т.В.

Повар *И.И.* /Иванов И.И./

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

**МЕНЮ**  
**сегодня 7 день**  
**Сад**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак I</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,4	6,1	21,3	162	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,4	2,8	11,3	88	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21,2	110	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>12</b>	<b>15,9</b>	<b>53,9</b>	<b>413</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	174	5	5,4	6,8	96	0
<b>Итого</b>			<b>174</b>	<b>5</b>	<b>5,4</b>	<b>6,8</b>	<b>96</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	134	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ	200	1,7	5,2	8,5	88	7
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	105	13,3	9	13,5	188	0,8
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	4,6	19,8	134	9,2
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	564	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	31	0,9	0,1	1,9	13	1,2
<b>Итого</b>			<b>716</b>	<b>23,2</b>	<b>19,5</b>	<b>83,5</b>	<b>610</b>	<b>18,2</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	56	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	70/70	18,4	14,7	3,9	221	14,9
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	5	3,3	27,2	152	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21,2	110	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,8	20	143	0
<b>Итого</b>			<b>501</b>	<b>28,7</b>	<b>25</b>	<b>77,3</b>	<b>648</b>	<b>14,9</b>
<b>Всего</b>				<b>68,9</b>	<b>65,8</b>	<b>221,5</b>	<b>1767</b>	<b>34,3</b>

Бухгалтер *Су* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Чу / Макашова*

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
/Муранова Е.В./

**МЕНЮ**  
**сегодня 8 день**  
**Ясли**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	4,5	20,2	139	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	11,7	92	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	31	2,3	0,9	15,9	82	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>10</b>	<b>14,4</b>	<b>47,9</b>	<b>366</b>	<b>1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	150	4,4	4,7	5,8	83	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,4</b>	<b>4,7</b>	<b>5,8</b>	<b>83</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	114	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	150	1,4	4	8,5	75	3,7
2004	451	БИТОЧЕК ( ИЗ ГОВЯДИНЫ )	50	10	7,7	6,9	138	0,2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	2,9	2,4	18,5	107	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,9	66	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>17,5</b>	<b>14,6</b>	<b>65,6</b>	<b>469</b>	<b>3,9</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2004	440	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	14,7	21,3	6,6	278	15,5
2004	572	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	9	0,1		0,4	2	2,3
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ ( ПЛЮШКА )	80	6,8	4,6	47,1	262	0,1
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>21,7</b>	<b>25,9</b>	<b>58,6</b>	<b>562</b>	<b>17,9</b>
<b>Всего</b>				<b>53,6</b>	<b>59,6</b>	<b>177,9</b>	<b>1480</b>	<b>22,8</b>

Бухгалтер *Лу* Попова М.А.

Медицинская сестра *Васи* Васичева Т.В.

Повар *Тимо* *Линькова. Л.А.*

**\*Свежие фрукты, соки,**

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./

**МЕНЮ**  
**сегодня 8 день**  
**Сад**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,1	5,5	27,3	183	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	11,8	93	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	41	3,1	1,2	21,3	110	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>12</b>	<b>15,6</b>	<b>60,5</b>	<b>439</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	180	5,2	5,6	7	100	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,2</b>	<b>5,6</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	114	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200	1,7	4,9	11,6	98	5
2004	451	БИТОЧЕК ( ИЗ ГОВЯДИНЫ )	60	12,1	9,2	8,2	168	0,2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,9	30,5	175	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		19	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>22,5</b>	<b>18,6</b>	<b>90,3</b>	<b>628</b>	<b>5,2</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2004	440	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	170	16,8	24,3	7,8	318	17,7
2004	572	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	18	0,2		0,7	4	4,5
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ ( ПЛЮШКА )	90	7,9	5	52,3	289	0,2
<b>Итого</b>			<b>478</b>	<b>25</b>	<b>29,3</b>	<b>65,8</b>	<b>633</b>	<b>22,4</b>
<b>Всего</b>				<b>64,7</b>	<b>69,1</b>	<b>223,6</b>	<b>1800</b>	<b>28,8</b>

Бухгалтер *Лу* Попова М.А.

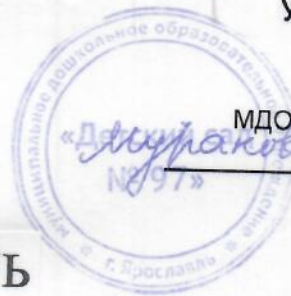
Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Тимова* *Тимова С.А.*

**\*Свежие фрукты, соки, овощи при наличии денежных средств**



Утверждаю



Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
/Муранова Е.В./

# МЕНЮ сегодня 9 день

## Ясли

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	4,7	18,1	134	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	10,8	83	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15,2	78	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	2	2,5		31	0,1
<b>Итого</b>			<b>376</b>	<b>11,7</b>	<b>16,6</b>	<b>44,2</b>	<b>379</b>	<b>1,1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	151	4,4	4,7	5,8	83	0
<b>Итого</b>			<b>151</b>	<b>4,4</b>	<b>4,7</b>	<b>5,8</b>	<b>83</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	124	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАТОФЕЛЕМ	150	1,3	2,5	5,3	50	8,3
2010	58	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150	14,2	12,6	29,9	293	0,4
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,8	0,5	16,4	81	0
<b>Итого</b>			<b>489</b>	<b>18,6</b>	<b>15,6</b>	<b>66,3</b>	<b>489</b>	<b>8,7</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	8,7	4,4	7,3	104	0,1
2004	525	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	3,7	2,9	13,6	98	10,6
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15,2	78	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,7</b>	<b>8,2</b>	<b>40,6</b>	<b>300</b>	<b>10,7</b>
<b>Всего</b>				<b>49,4</b>	<b>45,1</b>	<b>156,9</b>	<b>1251</b>	<b>20,5</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Попова М.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Васичева Т.В.

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./



# МЕНЮ

## сегодня 9 день

### Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак 1</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	5,9	23,8	173	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	11,1	84	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	39	2,9	1,1	20,2	104	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3	3,8		47	0,1
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>14,8</b>	<b>19,3</b>	<b>55,2</b>	<b>461</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	181	5,2	5,6	7	100	0
<b>Итого</b>			<b>181</b>	<b>5,2</b>	<b>5,6</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	124	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАТОФЕЛЕМ	200	1,6	3,6	7,4	69	11,5
2010	58	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	160	15	13,2	32	311	0,5
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>20,5</b>	<b>17,4</b>	<b>79,2</b>	<b>567</b>	<b>12</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	10	4,9	8,1	116	0,1
2004	525	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,8	2,9	13,8	99	11,2
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	39	2,9	1,1	20,2	104	0
<b>Итого</b>			<b>469</b>	<b>16,8</b>	<b>8,9</b>	<b>47,1</b>	<b>341</b>	<b>11,3</b>
<b>Всего</b>				<b>57,3</b>	<b>51,2</b>	<b>188,5</b>	<b>1469</b>	<b>24,5</b>

Бухгалтер  Попова М.А.

Медицинская сестра  Васичева Т.В.

Повар 

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад № 97"  
/Муранова Е.В./

## МЕНЮ

### сегодня 10 день

#### Ясли

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак I</b>								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	4,5	16,2	123	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	90	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	29	2,2	0,8	15,1	78	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,9	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>367</b>	<b>9,8</b>	<b>14,1</b>	<b>42,9</b>	<b>344</b>	<b>1</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	162	4,8	5	6,3	90	0
<b>Итого</b>			<b>162</b>	<b>4,8</b>	<b>5</b>	<b>6,3</b>	<b>90</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/Б, СО СМЕТАНОЙ	150	1,5	3,6	9,3	76	3,6
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	11,7	15,4	15,8	250	7,9
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	22	0,2		0,4	3	1,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,9	66	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	3,1	0,5	17,8	88	0
<b>Итого</b>			<b>504</b>	<b>16,8</b>	<b>19,5</b>	<b>58,2</b>	<b>483</b>	<b>12,6</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	110	9,4	6	23,4	188	0
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50			13,1	51	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4,5	20	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	29	2,2	0,8	15,1	78	0
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>11,7</b>	<b>6,8</b>	<b>56,1</b>	<b>337</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>43,1</b>	<b>45,4</b>	<b>163,5</b>	<b>1254</b>	<b>13,6</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ *Му* \_\_\_\_\_ Попова М.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ *Васи* \_\_\_\_\_ Васичева Т.В.

Повар \_\_\_\_\_ *Тел / Чекашова* \_\_\_\_\_

**\*Свежие фрукты, соки, овощи при наличии денежных средств**

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

/Муранова Е.В./

## МЕНЮ

сегодня 10 день

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак I</b>								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,3	5,8	21,7	163	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,4	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	39	2,9	1,1	20	103	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>427</b>	<b>11,8</b>	<b>15,6</b>	<b>53,2</b>	<b>408</b>	<b>1,2</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2010	103	КЕФИР	195	5,6	6	7,6	108	0
<b>Итого</b>			<b>195</b>	<b>5,6</b>	<b>6</b>	<b>7,6</b>	<b>108</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/Б, СО СМЕТАНОЙ	200	2	4,6	12,2	99	5
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	13,4	17,6	18,1	284	8,8
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	21	0,2		0,4	3	1,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,9	83	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,8	0,6	22,4	110	0
<b>Итого</b>			<b>614</b>	<b>19,7</b>	<b>22,8</b>	<b>72</b>	<b>579</b>	<b>14,9</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2010	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	140	12,4	7,8	29,8	240	0
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	75			15,8	60	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	39	2,9	1,1	20	103	0
<b>Итого</b>			<b>454</b>	<b>15,4</b>	<b>8,9</b>	<b>70,6</b>	<b>425</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>52,5</b>	<b>53,3</b>	<b>203,4</b>	<b>1520</b>	<b>16,1</b>

Бухгалтер *Лу* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Чел / Чернышова*

\*Свежие фрукты, соки, овощи при наличии денежных средств