

Утверждаю
Заведующий МДОУ д/с №10
И.А. Кондратен

18.08.2021

1 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	Яйца	2,00	2,00	120	10,51	17,88	1,39	155,68	0,20	2	
		Молоко	41,00	41,00								
		Масло слив.	2,50	2,50								
	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым				160	1,57	9,84	5,97	118,72	26,82	70	
		помидоры свежие	90,40	76,80								
		огурцы свежие	70,08	56,00								
		лук репчатый	24,00	19,20								
		масло растит	9,60	9,60								
		Печенье с маслом				45	5,85	8,06	56,05	302,76	0,72	80/91
			печенье	36,00	36,00							
			масло сл	9,00	9,00							
		Чай с сахаром			190/10	200	0,07	0,02	11,10	44,44	0,03	79
			чай	1,10	1,10							
			вода	192,00	192,00							
		сахар	8,30	8,30								
	Хлеб пшеничный				50	2,81	3,80	17,08	113,53		74	
	Итого				535	20,81	39,6	91,59	735,13	0,75		
2 завтрак	Сок яблочный				190	0,95		19,19	80,22	3,80	58	
		сок яблочный	190,00	190,00								
	Итого				190	0,95	0	19,19	80,22	3,8		
Обед	Салат из моркови				80	1,17	0,08	11,47	51,36	3,65	66	
		морковь	96,00	76,80								
		сахар	2,00	2,00								
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне				200	2,15	2,27	13,71	163,75	6,60	7	
		куриные окорочка	25	24								
		картофель	80,00	60,00								
		вермишель	8,00	8,00								
		морковь	10,00	8,00								
	лук репчатый	9,60	8,00									

	масло растительное	2,00	2,00							
	бульон	140,00	140,00							
Капуста тушеная				150	3,10	4,86	14,14	112,65	25,74	29
	капуста свежая	214,95	171,90							
	масло растительное	5,25	5,25							
	томатное пюре	9,00	9,00							
	морковь	3,75	3,00							
	лук репчатый	7,20	6,00							
	мука пшеничная	0,45	0,45							
Котлеты рубленые из птицы				80	14,31	7,43	13,46	178,00	0,67	20
	куриные окорочка	101,00	59,00							
	хлеб пшеничный	15,00	15,00							
	молоко	21,00	21,00							
	сухари	8,00	8,00							
	масло сливочное	3,00	3,00							
Компот из сухофруктов				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	Смесь сухофруктов	21,00	45,00							
	вода	120,00	120,00							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный				50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
		50,00	50,00							
Итого				830	25,29	16,74	90,91	611,88	38,2154	
Уплотненный полдник	Суп молочный с крупой (ячневой)			200	5,56	5,16	18,35	142,20	0,91	42
	молоко	230,00	230,00							
	вода	60,00	60,00							
	крупя ячневая	16,00	16,00							
	сахар	1,60	1,60							
	масло сливочное	2,00	2,00							
Какао с молоком				200	6,09	5,42	10,08	163,11	2,73	90
	молоко	211,10	211,10							
	сахар	10,00	10,00							
	какао порошок	1,67	1,67							
Крендель сахарный				60	0,04	0,08	0,33	2,22		91
	мука пшеничная	50,31	50,31							
	сахар	1,60	1,60							
	масло сливочное	8,40	8,40							

	яйца	4,66	4,13							
	дрожжи	2,40	2,40							
	вода	12,00	12,00							
	масло растительное(для смазки листов)	0,30	0,30							
	яйца(для смазки кренделя)	0,48	0,43							
	Итого			510	13,08	11,96	33,35	307,53	3,87	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5						
	Всего за день			2070	60,13	68,3	235,04	1734,76	46,6354	

2 день



Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Суп молочный с крупой (рисовой)				200	4,81	5,08	16,83	132,40	0,90	47	
		молоко	230,00	230,00								
		вода	60,00	60,00								
		крупя рисовая	12,00	12,00								
		сахар	3,00	3,00								
		масло сливочное	2,00	2,00								
		Кофейный напиток с молоком			180/10/7	200	3,17	2,68	15,96	165,11	1,30	75
			кофейный напиток	3,00	3,00							
			молоко	220,00	220,00							
			сахар	8,30	8,30							
2 завтрак	Бутерброд с сыром				67	7,46	9,44	21,65	180,00	0,11	4	
		масло сливочное	5,58	5,58								
		батон	50,00	50,00								
		сыр	13,00	12,00								
	Итого				510	15,4	17,9	54,5	477,51	2,32		
2 завтрак	Фрукты				110	0,44		11,33	50,60	5,50	85	
			130	110								
	Итого				110	0,44	0	11,33	50,6	5,5		
Обед	Салат из свежих огурцов				80	0,61	4,87	1,90	53,84	7,60	63	
		огурцы свежие	95,04	76,00								
		масло растит	4,80	4,80								
	Борщ со свежей капустой и				200	1,45	3,93	10,19	82,00	8,23	1	

картофелем на м/б	свекла	40,00	32,00							
	капуста свежая	20,00	16,00							
	картофель	21,40	16,00							
	морковь	12,60	10,00							
	лук репчатый	9,60	8,00							
	томатное пюре	6,00	6,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
	сахар	2,00	2,00							
	бульон	160,00	160,00							
Сметана		10,00	10,00		0,26	1,50	0,36	16,00	0,00	61
Каша гречневая рассыпчатая				155	8,88	6,30	39,93	243,75	251,88	24
	крупа гречневая	60,00	60,00							
	вода	106,80	106,80							
	масло сливочное	5,43	5,43							
Гуляш из отварного мяса				130	16,76	13,24	4,26	253,13	0,90	11
	говядина	142,19	104,81							
	морковь	15,44	12,19							
	лук репчатый	13,81	11,38							
	томатное пюре	4,88	4,88							
	масло сливочное	4,06	4,06							
	мука пшеничная	3,25	3,25							
	вода	43,06	43,06							
Компот из яблок(фруктов)			0,00	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74

	Итого				845	31,17	30,08	87,57	754,84	270,15		
Уплотненный полдник	Пудинг из творога				135	24,74	18,31	18,31	248,00	0,66	39	
		творог	112,00	112,00								
		Сахар	2,00	2,00								
		Крупа манная	8,00	8,00								
		яйца	0,13	0,13								
		Сухари	4,00	4,00								
		сметана	4,00	4,00								
		масло растительное	5,40	5,40								
		Соус сметанный (сладкий)				60	1,17	2,71	7,95	60,90	0,20	63
			Сметана	15,60	15,60							
			мука пшеничная	4,80	4,80							
			вода	48,00	48,00							
			Сахар	5,00	5,00							
		Кефир				180	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	73
			кефир	186,50	180,00							
		Зефир				40	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00	81
	Итого				400	31,29	25,54	49,42	464,1	2,12		
На весь день	Соль		5,00	5,00	5							
	Всего за день				1871	77,93	72,82	203,05	1747,045	282,14		



Утверждаю:
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А. Кондратенко
 8.08.2022

3 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептур
						Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой				200	5,80	5,48	18,57	220,00	0,91	46
	(пшениной)	молоко	230,00	230,00							
		вода	60,00	60,00							
		пшено	15,00	15,00							
		сахар	2,50	2,50							
		масло сливочное	3,00	3,00							
	Кофейный напиток с молоком				200	3,17	2,68	15,96	152,22	1,30	75
		кофейный напиток	3,00	3,00							
		Молоко	220,00	220,00							
		сахар	10,00	10,00							
	Бутерброд с повидлом				65	2,94	4,64	32,57	184,36	0,12	79
		масло сливочное	5,91	5,91							
		хлеб пшеничный	40,00	40,00							
		повидло	23,87	23,64							
Итого					505	12,91	13,46	66,74	556,5836364	2,54	
2 завтрак	Сок яблочный				190	0,95		19,19	80,22	3,80	58
		сок яблочный	190,00	190,00							
Итого					190	0,95	0	19,19	80,22	3,8	
Обед	Салат из свежих помидоров				80 #	0,79		2,99	59,36	13,41	69
	в с луком репчатым	помидоры свежие .	67,76	57,60							
		лук репчатый	23,04	19,36							

	масло растит	4,80	4,80							
Суп картофельный с крупой (рисовой) на м/б				200	1,58	2,19	11,66	190,75	6,60	16
	картофель	80,00	60,00							
	крупя рисовая	4,00	4,00							
	морковь	10,00	8,00							
	лук репчатый	9,60	8,00							
	масло растительное	2,00	2,00							
	бульон	150,00	150,00							
Каша пшенная рассыпчатая				150	7,04	6,11	40,41	244,80	0,00	25
	крупя пшенная	62,08	62,08							
	вода	111,68	111,68							
	масло сливочное	5,60	5,60							
Шницель рубленый	Говядина	80,00	60,00		12,44	9,24	12,56	183	0,12	12
	Хлеб пшеничный	14,00	14,00							
	Молоко или вода	19,00	19,00							
	Сухари	8,00	8,00							
	Масло сливочное	5,00	5,00							
Компот из яблок(фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
Итого				720	23,89	2,97	98,55	784,03	21,68	

Уплотненный полдник	Картофель отварной				.140	2,75	3,77	21,75	131,87	19,85	21
		картофель	243,87	182,32							
		масло сливочное	5,81	5,81							
	Рыба, запеченная в омлете				120	19,61	6,56	3,86	153,00	0,26	33
		рыба	100,00	80,00							
		мука	4,50	4,50							
		яйца	40,00	40,00							
		молоко	12,00	12,00							
		масло сливочное	4,50	4,50							
	Свежий огурец		50,43	40,00	40	0,46	1,68	1,43	29,91	5,74	71
	Хлеб пшеничный		40,00	40,00	40	2,81	3,80	17,08	113,53	0,00	
	Чай с лимоном	лимон	8,12	8,12	200	0,06	0,02	5,92	24,17	1,18	78
		чай	0,60	0,60							
		сахар	7,00	7,00							
		вода	185,18	185,18							
	Итого			580	25,689	15,8197	50,0395	490,16	27,027		
На весь день	Соль	5,00	5,00	5							
	Всего за день			2001	63,44	32,2497	234,519	1812	55,043		



Утверждаю:
Заведующий МДОУ д/с №10
И.А.Кондратен

Ирина Александровна Кондратен

4 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Запеканка из творога с морковью				160	18,66	16,46	38,05	374,40	1,14	36	
		творог	88,16	86,40								
		крупа манная	9,60	9,60								
		сахар	6,00	6,00								
		морковь	38,40	28,80								
		яйца	8,00	6,40								
		молоко	28,80	28,80								
		сметана	6,40	6,40								
		сухари	6,40	6,40								
		Повидло		20,00	20,00	20	1,44	1,70	7,20	64,00	0,00	62
		Кофейный напиток с молоком				200	3,17	2,68	15,96	101,00	1,30	75
			Кофейный напиток	3,00	3,00							
			Молоко	220,00	220,00							
			Сахар	8,30	8,30							
Бутерброд маслом					50	3,38	10,45	20,22	188,34	0,00	5	
		Масло сливочное	10,00	10,00								
		Хлеб пшеничный	40,00	40,00								
Пряник		30,00	30,00		1,85	2,2	41,6	115	0,00	73		
Итого					430	28,50	33,49	123,03	842,74	2,44		
2 завтрак	Фрукты		130	110	110	1,65	0,55	23,10	104,50	11,00	86	
	Итого				110	1,65	0,55	23,10	104,50	11,00		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов				60	0,59	3,69	2,24	44,52	10,06	70	
	огурцов с луком репчатым	помидоры свежие	33,90	28,80								

	огурцы свежие	26,28	21,00							
	лук репчатый	9,00	7,20							
	масло растит	3,60	3,60							
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным) на м/б				200	4,39	4,22	13,06	107,80	4,65	6
	картофель	53,40	40,00							
	горох лущеный	16,20	16,00							
	морковь	12,80	10,00							
	лук репчатый	9,60	8,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
	бульон	140,00	140,00							
Жаркое по-домашнему				220	27,53	7,47	21,95	265,00	8,97	14
	говядина	175,00	129,00							
	картофель	150,00	90,00							
	лук репчатый	13,00	11,00							
	масло сливочное	6,00	6,00							
	томатное пюре	10,00	10,00							
Компот из яблок(фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
Хлеб пшеничный		50,00	50,00	50	3,51	4,75	21,35	141,91	0,00	76
Итого				780	34,81	20,34	89,53	630,58	25,22	
Уплотненный полдник	Каша рисовая вязкая с изюмом			205	6,12	6,65	53,13	297,00	0,87	50
	крупа рисовая	39,00	39,00							
	молоко	100,00	100,00							
	вода	44,00	44,00							
	сахар	7,70	7,70							
	изюм	25,50	25,00							

	масло сливочное	5,00	5,00							
Йогурт					105	4,6	4,6	250,6		73
	Йогурт	185,00	180,00	180						
Вартушка с повидлом				60	0,08	0,05	0,25	1,73	0,00	93
	мука пшеничная	67,87	67,87							
	сахар	1,69	1,69							
	масло сливочное	1,44	1,44							
	яйца	1,89	1,69							
	дрожжи	0,94	0,94							
	вода	12,83	12,83							
	мука пшеничная	1,49	1,49							
	масло раст.	0,21	0,21							
	яйца(для смазки)	1,44	1,29							
	соль	0,50	0,50							
	повидло	23,53	23,30							
	яйца	1,29	1,03							
	мука пшеничная	1,03	1,03							
	ванилин	0,00	0,00							
	Итого			505	111,20	11,30	57,98	549,33	0,87	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5						
	Всего за день			1791	176,16	65,68	293,6367	2127,15	39,534	



Утверждаю:
Заведующий МДОУ д/с №10
И.А.Кондратен

Принят 15.05.09.08.2019 г.

5 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры
						Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневой)	молоко	225,00	225,00	200	7,20	8,29	22,85	224,00	1,46	87
		вода	60,00	60,00							
		крупка гречневая	16,00	16,00							
		сахар	2,50	2,50							
		масло сливочное	2,00	2,00							
	Какао с молоком				200	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	74
		какао порошок	1,67	1,67							
		молоко	211,00	211,00							
		вода	80,00	80,00							
		сахар	10,00	10,00							
	Бутерброд с сыром				67	6,68	8,45	19,38	180,00	0,11	4
		масло сливочное	5,00	5,00							
		батон	40,00	40,00							
		Сыр российский	13,00	12,00							
	Итого			460	17,55	19,93	58,05	511	3		
2 завтрак	Фрукты		130	110	110	0,82	0,21	22,34	93,87	39,01	87
	Итого				110	0,82	0,21	22,34	93,87	39,01	
Обед	Салат из свеклы с черносливом				60	0,94	3,11	11,80	78,90	5,18	71
		свекла	63,00	49,20							
		чернослив	5,82	6,60							
		масло растит	3,00	3,00							
	Суп картофельный с крупой (пшеничной) на м/б				200	1,74	2,27	11,43	73,20	6,60	10
		картофель	80,00	60,00							
	пшено	4,00	4,00								

	морковь	10,00	8,00							
	лук репчатый	9,60	8,00							
	масло растительное	2,00	2,00							
	бульон	150,00	150,00							
Плов из говядины				220	20,34	19,69	35,99	370,90	2,25	34
	говядина	130,00	95,40							
	морковь	19,00	15,00							
	масло сливочное	5,00	5,00							
	лук репчатый	18,00	15,00							
	вода	67,00	67,00							
	рис	42,00	42,00							
Компот из яблок(фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
Итого				800	29,33	19,14	90,15	629,12	15,58	
Уплотненный полдник	Картофельное пюре			140	2,86	4,48	19,08	128,10	16,95	22
	картофель	159,60	119,70							
	молоко	22,12	21,00							
	масло сливочное	4,90	4,90							
Рыба, тушеная с овощами				80	7,93	4,55	2,20	81,00	1,80	32
	рыба	100,00	80,00							
	вода	17,00	17,00							
	морковь	28,00	22,00							
	томатное пюре	2,00	2,00							
	лук репчатый	11,00	9,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
Свежий огурец		50,43	40,00	40	0,46	1,68	1,43	29,91	5,74	71
Чай с лимоном			180/10	200	0,06	0,02	5,92	24,17	1,18	78
	чай	0,60	0,60							
	вода	185,18	185,18							
	сахар	7,50	7,50							

	лимон	8,12	8,12							
	Хлеб пшеничный	40,00	40,00	40	2,81	3,80	17,08	113,53	0,00	76
	Итого				14,94	14,5297	51,16	413,31	30,51	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5						
	Всего за день			1922	62,64	55,09	232,51	1785	89,39	

Утверждаю:
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А.Кондратен

Средств №8 от 01.08.2022

6 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептур	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный с маслом				90	10,51	17,88	1,39	155,68	0,20	2	
		яйца	1,50	1,50								
		молоко	41,00	41,00								
		масло сливочное	2,50	2,50								
		Салат из свежих помидоров и				100	0,98	6,15	3,73	74,20	16,76	70
		огурцов с луком репчатым	помидоры свежие	56,50	48,00							
			огурцы свежие	43,80	35,00							
			лук репчатый	15,00	12,00							
			масло растит	6,00	6,00							
		Чай с сахаром				200	0,06	0,02	10,52	42,11	0,03	52
			чай	0,60	0,60							
			вода	192,00	192,00							
			сахар	8,30	8,30							
		Печенье с маслом				37	4,81	6,63	46,09	248,94	0,59	80/
			печенье	30,00	30,00							
		масло сл	7,00	7,00								
	Хлеб пшеничный		40,00	40,00		2,81	3,8	17,08	113,53	0,00	76	
	Итого				485	20,41	37,14	78,805	634,451	21,06		
2 завтрак	Сок яблочный				100	0,50	0,00	10,10	42,22	2,00	58	
		сок яблочный	100,00	100,00								

	Итого				190	0,5	0	10,1	42,2222	2		
Обед	Салат из моркови и яблок				60	0,52	3,13	4,73	49,14	4,17	68	
		морковь	39,78	31,80								
		яблоки	29,34	25,80								
		масло растит	3,00	3,00								
		Суп с гренками на кур. Бульоне				200	1,20	0,01	1,30	10,50	0,47	184
			масло сливочное	5	5							
			куры	25	24							
			крупа манная	25,00	21,20							
			морковь	27,00	19,00							
			лук	15,00	13,00							
			гренки	62,00	47,80							
			вода	112,00	112,00							
		Макаронные изделия отварные				150	5,54	3,39	26,57	158,78	0,00	27
		с маслом										
			макаронные изделия	51,22	51,22							
			масло сливочное	3,66	3,66							
		Птица отварная				70	6,17	4,64	0,00	66,59	3,31	13
			куры	109,00	71,37							
			лук репчатый	1,02	0,85							
		Компот из сухофруктов				180	0,40	0,02	24,38	102,00	0,36	89
		Кислота лимонная	0,18	0,18								
		Вода	120,00	120,00								
		Смесь из сухофруктов	18,00	45,00								
		Сахар	10,00	10,00								
	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74	
	Итого				810	16,89	11,29	66,41	405,28	8,31		
Уплотненный полдник	Суп молочный с крупой				200	8,75	13,05	32,21	280,35	1,93	87	
	(гречневой)	молоко	150,00	150,00								
		крупа гречневая	22,00	22,00								

	сахар	2,70	2,70							
	масло сливочное	6,00	6,00							
Кисель					0,40	0,02	25,24	102,72	0,36	89
	Кисель	25	25	180						
	Сахар	3	3							
	Вода	200	200							
Ватрушка с повидлом				70	0,05	0,09	0,38	2,50	0,00	92
	мука пшеничная	60,00	60,00							
	сахар	2,00	2,00							
	масло сливочное	9,80	9,80							
	яйца	6,12	4,90							
	дрожжи	1,20	1,20							
	вода	14,00	14,00							
	повидло	24,00	20,00							
	масло растительное(для	0,25	0,25							
	соль	0,50	0,50							
Итого					9,1978	13,1564	57,8304	385,57	2,29	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5						
	Всего за день			1490	46,9996	61,5901	213,15	1815	33,6554	

Утверждаю:

Заведующий МДОУ д/с №10

И.А.Кондратен

приказ № 81 от 01.08.2022.

7 день



Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры
						Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой (рисовой)				200	5,45	5,13	18,62	132,40	0,91	47
		молоко	230,00	230,00							
		вода	60,00	60,00							
		рис	15,00	15,00							
		сахар	3,00	3,00							
		масло сливочное	3,00	3,00							
	Какао с молоком	вода	80	80	200	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	56
		какао	1,67	1,67							
		молоко	211,00	211,00							
		сахар	10,00	10,00							
	Бутерброд с повидлом				55	2,49	3,39	27,56	156,00	0,00	79
		масло сливочное	5,00	5,00							
		хлеб пшеничный	40,00	40,00							
	повидло	20,20	20,20								
	Итого			505	12,98	13	66,65	395,4	2,57		
2 завтрак	Фрукты		130	110	110	0,44	0,33	11,33	50,60	5,50	85
	Итого				110	0,44	0,33	11,33	50,6	5,5	
Обед	Салат из белокачанной капусты				60	0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	64
		капуста белокачанная	59,16	47,34							
		морковь	7,50	6,00							
		кислота лимонная	0,18	0,18							
		вода кипяченая	5,82	5,82							
		масло растительное	3,00	3,00							

Рассольник ленинградский на м/б				200	1,79	4,28	12,98	97,60	6,03	3
	картофель	80,00	60,00							
	Крупа овсяная	4,00	4,00							
	морковь	10,00	8,00							
	лук репчатый	4,80	4,00							
	огурцы соленые	13,40	12,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
	бульон	150,00	150,00							
Сметана		10,00	10,00		0,26	1,50	0,36	16,00	0,00	61
Пюре картофельное с морковью				150	2,86	4,62	18,02	125,10	15,75	23
	картофель	138,00	103,50							
	морковь	39,00	31,20							
	молоко	18,90	18,00							
	масло сливочное	5,25	5,25							
Котлеты рубленые				70	10,89	8,09	10,99	160,13	0,11	15
	говядина(котлетное мясо)	100,00	79,00							
	хлеб пшеничный	12,25	12,25							
	молоко	16,63	16,63							
	сухари	7,00	7,00							
	масло сливочное	4,38	4,38							
Компот из яблок(фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
Итого				820	19,85	21,78	88,92	557,38	42,90	
Уплотненный полдник										
Запеканка из творога				150	24,74	18,31	28,80	248,53	0,66	39
	творог	112,80	112,00							
	крупа манная или	8,00	8,00							
	мука пшеничная	9,60	9,60							

	сахар	2,00	2,00							
	яйца	13,50	12,00							
	сухари	4,00	4,00							
	сметана	4,00	4,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
Соус сладкий сметанный				50	1,17	2,71	7,95	60,90	0,20	89
	сметана	15,60	15,60							
	сахар	3,00	3,00							
	мука пшеничная	4,80	4,80							
	вода	48,00	48,00							
Кефир				180	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26	59
	кефир	186,50	180,00							
Печенье		30,00	30,00	30	59,00	9,70	3,10	52,60	0,00	83
Итого				380	90,13	35,22	47,05	452,03	2,12	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5						
	Всего за день			1820	123,4	70,3281	213,95	1799	53,0885	



Утверждаю:
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А. Кондратен

И.А. Кондратен

8 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры
						Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой				200	5,45	5,13	18,62	142,40	0,91	48
	(пшеничной)	молоко	180,00	180,00							
		вода	35,00	35,00							
		крупка пшеничная	15,00	15,00							
		сахар	3,00	3,00							
		масло сливочное	3,00	3,00							
	Кофейный напиток с молоком				200	3,17	2,68	15,96	101,11	1,30	75
		кофейный напиток	3,00	3,00							
		Молоко	220,00	220,00							
		Сахар	8,30	8,30							
Завтрак	Бутерброд с сыром				61	6,79	8,59	19,71	179,95	0,11	77,00
		масло сливочное	7,00	7,00							
		батон	40,00	40,00							
		сыр	15,00	14,00							
	Итого				510	15,41	16,40	54,29	423,46	2,32	
2 завтрак	Сок яблочный				100 #	0,50	0,00	10,10	42,22	2,00	58
		сок яблочный	100,00	100,00							
	Итого				190	0,5	0	10,1	80,22	2	
Обед	Салат из свежих огурцов				60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,70	63
		огурцы свежие	71,28	57,00							
		масло растительное	3,60	3,60							
	Борщ с картофелем на м/б				200	1,63	4,00	11,29	87,80	7,03	2

	свекла	41,00	32,00							
	картофель	53,40	40,00							
	морковь	12,60	10,00							
	лук репчатый	9,60	8,00							
	томатное пюре	6,00	6,00							
	масло растительное	4,00	4,00							
	бульон	140,00	140,00							
Яйцо		20,00	20,00	20						
Сметана		10,00	10,00	10	0,26	1,50	0,36	16,00	0,00	61
				160	7,04	6,11	40,41	244,80	0,00	25
	крупа пшеничная	62,08	62,08	#						
	вода	111,68	111,68	#						
	масло сливочное	5,60	5,60	#						
Макаронник с мясом				200	17,93	14,00	33,34	311,00	0,39	18
	Говядина	98,00	72,00							
	Масло сливочное	4,00	4,00							
	Макарроны	44,00	125,00							
	лук репчатый	17,00	17,00							
	яйцо	0,25	0,25							
	масло сливочное	3,00	3,00							
	сухари	4,00	4,00							
Компот из яблок(Фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
Итого				830	25,59	29,51	117,75	806,10	14,67	
Уплотненный полдник	Картофельное пюре			150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	22

	картофель	171,00	128,25							
	молоко	23,70	22,50							
	масло сливочное	5,25	5,25							
Рыба, запеченная в молочном соусе				90	11,04	7,31	3,47	123,75	0,14	31
	рыба	100,00	75,00							
	масло растительное	3,38	3,38							
	яйца	8,44	7,88							
	сыр	4,84	4,50							
	соус молочный		35,00							
	молоко	30,00	30,00							
	масло сливочное	6,00	6,00							
	мука пшеничная	6,00	6,00							
	вода	30,00	30,00							
Свежий помидор		27,00	23,00	23	0,25	1,55	0,87	19,00	5,75	73
Хлеб пшеничный		40,00	40,00	40	2,81	3,80	17,08	113,53	0,00	76
Чай с сахаром				200	0,07	0,02	11,10	44,44	0,03	79
	Чай	1,10	1,10							
	вода	192,00	192,00							
	Сахар	8,30	8,30							
Итого				543 #	17,23	17,48	52,96	437,97	24,08	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5 4						
	Всего за день			2079 #	64,42	65,13	235,1	1747,745	43,06533333	

9 день



Утверждаю:

Заведующий МДОУ д/с №10

И.А. Кондратеня

приказ № 62 от 01.08.2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептур	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Пудинг из творога				150	26,81	19,84	31,20	269,24	0,71	39	
		творог	100,00	100,00								
		крупа манная	8,67	8,67								
		или мука	10,40	10,40								
		сахар	6,00	6,00								
		яйца	0,09	3,47								
		масло растительное	4,33	4,33								
		сухари	4,33	4,33								
		сметана	4,33	4,33								
		Соус сметанный (сладкий)										
			сметана	15,6	15,6	60	0,84	2,45	3,52	44,40	0,02	63
			мука пшеничная	4,80	4,80							
			вода	48,00	48,00							
			сахар	3,00	3,00							
		Йогурт		185,00	180,00		105,00	4,6	4,6	27		60
		Печенье		20,00	20,00		1,88	2,95	18,73	104,3		80
		Итого				380	134,53	29,84	58,05	444,94	0,73	
2 завтрак	Фрукты		130	110	110	1,65	0,55	23,10	104,50	11,00	86	
	Итого				110	1,65	0,55	23,1	104,5	11		

Обед	Салат из свеклы с яблоками			60	0,67	3,10	6,86	58,02	5,58	67	
	свекла	51,48	40,20								
	яблоки свежие	17,76	15,60								
	масло растит	3,00	3,00								
	Суп картофельный вегетарианский	вода	187,5	187,5	200	1,66	5,59	9,14	93,50	9,33	8
	картофель	66,75	50,00								
	морковь	20,00	18,00								
	лук репчатый	14,00	11,00								
	масло сливочное	2,50	2,50								
	бульон	175,00	175,00								
	сметана	8,00	8,00								
	помидоры	17,50	15,00								
							0,00	0,00	0,00	0,00	
	Картофельное пюре				150	1,99	5,11	16,92	121,75	7,53	13
	Картофель	170,00	130,00								
	Молоко	25,00	23,00								
	Масло сливочное	6,00	6,00								
	Печень тушеная					14,4	5,78	3,55	125,62	0,05	17
	Печень	100,00	100,00								
	Масло растительное	6,00	6,00								
Масло сливочное	4,00	4,00									
лук репчатый	13,16	13,16									
Морковь	13,00	10,40									
Томатная паста	7,00	7,00									
мука пшеничная	13,16	13,16									
Компот из яблок(фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51	
яблоки	40,86	36,00									
вода	154,80	154,80									
сахар	10,00	10,00									

	кислота лимонная	0,18	0,18								
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74	
	Хлеб пшеничный	50,00	50,00	50	3,51	4,75	21,35	141,91	0,00	76	
	Итого			790	25,43	20,37	88,75	646,92	24,04		
Уплотненный полдник	Суп молочный с крупой манной			200	5,21	5,08	16,42	132,20	0,91	49	
		молоко	180,00	180,00							
		вода	60,00	60,00							
		крупка манная	15,00	15,00							
		сахар	3,00	3,00							
		масло сливочное	2,00	2,00							
		Кофейный напиток с молоком			200	3,17	2,68	15,96	101,11	1,30	75
		кофейный напиток	2,50	2,50							
		молоко	220,00	220,00							
		сахар	8,30	8,30							
		вода	108,00	108,00							
		Булочка домашняя									
		мука пшеничная	45,00	45,00							
		сахар	2,00	2,00	70	5,09	8,76	37,94	250,60	0,00	61
		масло сливочное	2,00	2,00							
		яйца	0,25	0,25							
		дрожжи	1,50	1,50							
		соль	0,30	0,30							
		растительное масло	1,50	1,50							
	Итого			520	13,47	16,52	70,32	483,91	2,21		
На весь день	Соль	6,00	6,00	6							
	Всего за день			1806	175,08	67,28	240,222	1860	37,978		



Утверждаю:
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А.Кондратен

16.05.01.08.2022

10 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры
						Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой (хлопьями (хлопьями овсяными "Геркулес"))				200	8,71	8,32	25,58	213,50	1,30	45
		молоко	140,00	140,00							
		вода	60,00	60,00							
		хлопья овсяные	12,00	12,00							
		сахар	3,00	3,00							
		масло сливочное	5,00	5,00							
	Какао с молоком				200	0,07	0,02	11,10	44,00	0,03	74
		какао порошок	1,67	1,67							
		молоко	210,00	110,00							
		сахар	10,00	10,00							
		вода	80,00	80,00							
	Бутерброд с сыром				62	6,68	8,54	19,39	177,00	0,11	77
		масло сливочное	7,00	7,00							
		батон	40,00	40,00							
	сыр	16,00	15,00								
	Итого				510	15,46	16,88	56,07	434,5	1,442727	
2 завтрак	Фрукты	фрукты	130	110	110	1,65	0,55	23,10	104,50	11,00	86
	Итого				190	1,65	0,55	23,1	104,5	11	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым				60	0,59	3,69	2,24	44,52	10,06	70
		помидоры свежие	33,90	28,80							
		огурцы свежие	26,28	21,00							
		лук репчатый	9,00	7,20							

	масло растит	3,60	3,60							
Суп крестьянский с крупой	сметана	10	10	200	2,21	5,95	12,90	114,00	5,00	62
	картофель	35,00	25,00							
	морковь	20,00	18,00							
	лук репчатый	14,00	11,00							
	масло растительное	3,00	3,00							
	говядина	15,00	15,00							
	пшено	10,00	10,00							
	вода	187,50	187,50							
Голубцы ленивые				220	16,35	10,47	23,46	253,58	23,19	16
	капуста свежая белока	121,00	96,00							
	говядина	93,79	69,47							
	крупя рисовая	9,26	26,63							
	лук репчатый	18,53	15,05							
	масло сливочное	4,63	4,63							
	соус			30						
	сметана	7,50	7,50							
	мука пшеничная	2,25	2,25							
	вода	22,50	22,50							
	томатное пюре	3,00	3,00							
Компот из яблок(фруктов)				180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	51
	яблоки	40,86	36,00							
	вода	154,80	154,80							
	сахар	10,00	10,00							
	кислота лимонная	0,18	0,18							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	74
Итого				780	22,36	20,35	69,53	518,21	39,80	
Уплотненный полдник	Икра свекольная			140	3,29	6,44	17,27	140,14	9,41	88

	свекла	142,94	112,00							
	лук репчатый	27,44	23,10							
	масло растительное	7,00	7,00							
	томатное пюре	10,00	10,00							
	сахар	1,00	1,00							
Котлеты рыбные				60	10,15	2,51	5,25	84,00	0,69	30
	рыба	100,00	52,50							
	хлеб пшеничный	9,75	9,75							
	молоко	12,00	12,00							
	масло сливочное	2,25	2,25							
Чай с лимоном			180/10/7	200	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	53
	чай	1,11	1,11							
	вода	182,40	182,40							
	лимон	7,00	7,00							
	сахар	11,11	11,11							
Хлеб пшеничный		40,00	40,00	40	2,81	3,80	17,08	113,53	0,00	76
Итого				530	16,36	12,77	49,80	378,67	12,93	
На весь день	Соль	5,00	5,00	5						
	Всего за день			2015	55,8311	50,5497	198,494	1785	65,16736	



1 день

Прием пищи	Наименование блюда		Брутто	Нетто	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Суп молочный манный				200	4,08	3,68	0,24	50,40	0,00	44	
		Крупа манная	48,00	32,00								
		Молоко	0,00	0,00								
		Вода	0,80	0,80								
		Масло сливочное	8,00	8,00								
		Сахар	0,00	0,00								
		Кофейный напиток с молоком				200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	75
			Кофейный напиток	0,00	0,00							
			Сахар	0,00	0,00							
			Молоко	150,00	150,00							
			Вода	60,00	60,00							
		Печенье с маслом				32	1,70	2,30	17,10	95,70	0,51	6
			печенье	25,60	25,60							
			Масло сл	6,40	6,40							
	Итого:				632	5,78	5,98	17,34	146,10	0,51		
2 завтрак	Сок яблочный		95,83	95,00	150	1,00	0,33	14,00	64,00	6,67	83	
Обед	Борщ на м/б со сметаной.				200	1,36	3,86	5,34	61,60	16,03	11	
		свекла	24,00	14,40								
		картофель	32,00	22,40								
		капуста белокачанная	32,00	20,80								
		морковь	9,60	6,40								
		лук репч	8,00	5,60								
		томат	1,60	1,60								
		сметана	8,00	8,00								
		масло сл	2,40	2,40								
		говядина	12,00	12,00								
		вода	160,00	160,00								
		Картофельное пюре.				150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	23
			картофель	170,00	130,00							
			молоко	25,00	23,00							

Котлета рубленая	масло сл	6,00	6,00								
				80	12,44	9,24	12,56	183,00	0,12	27	
	Говядина(покромка,ло	100,00	59,00								
	Хлеб пшеничный	14,00	14,00								
	Молоко или вода	19,00	19,00								
	Лук репчатый	20,00	13,33								
	Помидор консерв	Помидор консерв	55,00	50,00		1,00	0,40	2,30	21,00	5,00	92
	Напиток из лимона				0,40	0,02	24,38	102,00	0,36	89	
		Лимон	25,00	20,00							
	Вода	162,00	162,00								
	Сахар	10,00	10,00								
Хлеб пшеничный		3,00	3,00	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	97	
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3	
Итого:				680	21,32	18,42	74,46	523,13	39,67		
Уплотненный полдн	Яйцо варёное			40	0,77	0,81	2,69	21,18	0,14	47	
	Икра кабачковая	Икра кабачковая	120,00	100,00		0,96	3,76	6,16	62,37		
	Хлеб пшеничный		8,00	8,00	40	0,00	0,00	0,00	0,00	97	
	Чай с сахаром.			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	79	
	Булочка « Домашняя »			60	5,09	8,76	37,74	250,60	0,00	61	
		Мука пшеничная	45,00	45,00							
	Сахар	2,40	2,40								
	Масло сливочное	2,00	2,00								
	Яйца	2,40	2,40								
	Соль	0,70	0,70								
	Дрожжи (сухие)	1,50	1,50								
	Вода для замеса теста	18,06	18,06								
	Масса теста	69,00	69,00								
	Сахар для посыпки	2,00	2,00								



2 день

Прием пищи	Наименование блюда			Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептуры	
					Б	Ж	У				
Завтрак	Каша рисовая на молоке			200	7,00	10,44	25,77	224,28	1,54	87	
		рис	22,00	22,00							
		Молоко	150,00	150,00							
		Сахар	5,00	5,00							
		Масло сливочное	6,00	6,00							
	Какао на молоке				200	3,17	2,68	15,96	101,11	1,30	75
		Какао	1,50	1,50							
		Сахар	10,00	10,00							
		Молоко	200,00	200,00							
	Бутерброд с маслом				47	1,84	5,68	11,00	102,42	0,00	5
		батон	40,00	40,00							
		масло сл	7,00	7,00							
	Итого:				447	5,00	8,36	26,95	203,53	1,30	80
2 завтрак	Сок яблочный		95,83	95,00	150	1,00	0,33	14,00	64,00	6,67	83
Обед	Суп картофельный с бобовыми на м/б			200	4,39	4,21	13,04	107,80	4,65	10	
		Картофель	56,00	40,00							
		Морковь	20,00	12,00							
		Лук репчатый	12,00	8,00							
		Фасоль или горох	16,00	14,40							
		Масло растительное	4,00	4,00							
		Бульон или вода	140,00	140,00							
	каша гречневая				150	6,77	8,12	38,96	256,20	0,00	20
		гречка	45,00	45,00							
		вода	103,50	103,50							
		масло сл	4,00	4,00							

Гуляш из печени			80/50	100	9,36	10,79	13,77	189,77	0,87	56
	Печень говяжья	115,00	100,00							
	мука	5,00	5,00							
	Масло сливочное	2,20	2,20							
	Масло растительное	10,80	10,80							
	соль	22,00	2,00							
Помидор консерв.	Помидор консерв.	55,00	50,00		1,00	0,40	2,30	21,00	5,00	92
Компот из сушеных фруктов.				200	0,44	0,02	27,09	113,33	0,40	89
	Вода	200,00	200,00							
	Смесь сухофруктов	18,00	18,00							
	Сахар	5,00	5,00							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3
Итого:				700	25,03	23,64	104,60	706,38	10,92	
Уплотненный подд Запеканка из творога.				150	30,93	22,89	36,00	310,66	0,82	39
	Творог	112,00	112,00							
	Крупа манная	10,00	10,00							
	или мука пшеничная	10,00	10,00							
	Сахар	6,00	6,00							
	Яйца	0,10	4,00							
	Масло растительное	4,00	4,00							
				50						
Соус сметанный сладкий.					0,84	2,45	3,52	44,40	0,02	63
	Сметана	15,60	15,60							
	Мука пшеничная	4,80	4,80							
	Вода	48,00	48,00							
	Сахар	6,00	6,00							
кефир	кефир	206,00	200,00	200	5,80	5,00	8,00	106,00		27

зефир	зефир	30	30	30	1,2	3	13,8	110	85
Яблоко	Яблоко	110	100	100	0,4	0,4	9,8	47	47
Итого:				200	37,57	30,34	47,52	461,06	0,84
				1497	68,60	62,67	193,07	1434,97	19,73



Утверждаю:
 Заведующий МДОУ д/с общеразвивающего вида №10
 И.А.Кондратен

01.08.2018

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход			Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Номер рецептуры	
					Б	Ж	У				
Завтрак	Суп молочный с крупой (геркулесовый)			200	6,97	6,66	20,70	170,40	1,04	45	
		крупка "Геркулес"	15,00	15,00							
		молоко	150,00	150,00							
		вода	40,00	40,00							
		сахар	4,00	4,00							
		масло сл	4,00	4,00							
	Кофейный напиток с			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	75	
		Кофейный напиток	0,00	0,00	200						
		Сахар	0,00	0,00							
		Молоко	0,00	0,00							
		Вода	166,67	166,67	200						
					47	5,68	11,00	102,42	0,00	5,00	
	бутерброд с маслом	батон	40,00	40,00							
		масло сл	7,00	7,00						70	
				600	12,65	17,65	123,12	170,40	6,04		
2 завтрак	Сок яблочный	150,00	150,00	150	0,08	0,00	15,15	63,33	3,00	83	
Обед	Свекольник на м/б со			200	1,63	4,00	11,28	87,80	7,02	12	
		свекла	40,00	32,00							
		картофель	56,00	40,00							
		морковь	8,00	6,40							
		лук репч	8,00	6,40							
		томат	1,60	1,60							
		масло раст	2,40	2,40							
		сметана	6,40	6,40							

Утверждаю:
Заведующий МДОУ №10
И.А. Кондратен



И.А. Кондратен № 10 от 08.10.2022

4 день

Прием пищи	Наименование блюда			Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептуры
		Б	Ж	У	Б	Ж	У				
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшеничной)				200	5,56	5,16	18,35	142,20	0,91	43
		Крупа пшено	20,00	20,00							
		Молоко	184,00	184,00							
		Вода	28,00	28,00							
		Сахар	4,00	4,00							
	Какао на молоке				200	3,17	2,68	15,96	101,11	1,30	75
		Какао	1,50	1,50							
		Сахар	10,00	10,00							
	Бутерброд с сыром				64	7,50	9,49	21,77	202,11	0,12	4
		Сыр российский	16,00	15,00							
		Масло сливочное	7,00	7,00							
		Хлеб пшеничный	40,00	40,00							
					464	16,23	17,33	56,08	445,42	2,34	
2 завтрак	Сок яблочный		95,83	95,00	150	1,00	0,33	14,00	64,00	6,67	83
Обед	Суп вермишелевый на к/б				200	1,74	2,27	11,43	73,20	6,60	14
		Картофель	80,00	60,00							
		Масло сливочное	3,00	3,00							
		вермишель	10,00	8,00							
		Морковь	10,00	8,00							
		Лук репчатый	10,00	8,00							
		Бульон	160,00	160,00							
	Суфле из мяса птицы				70	10,82	11,21	1,39	149,49	0,00	28
		Мясо птицы	110,00	50,00							
		хлеб пшен.	11,00	11,00							
		Молоко	16,00	16,00							
		Масло сливочное	2,00	2,00							
	Каша рисовая	Яйцо 1/4 шт.	10,00	10,00							
		рис	45,00	45,00		2,91	4,29	29,34	167,76		32
		Масло сливочное	4,00	4,00							
	Салат из свежей капусты				60	0,84	3,04	5,19	105,30	3,33	71
		капуста	70,00	60,00							
Морковь		10,00	6,00								
Лук репчатый		10,00	8,00								
	Масло растительное	3,00	3,00								

	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50		3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3
	Компот из сушеных фруктов.				200		0,44	0,02	27,09	113,33	0,40	89
		Кислота лимонная	0,20	0,20								
		Вода	133,33	133,33								
		Смесь сухофруктов	20,00	50,00								
		Сахар	16,67	16,67								
					580		19,82	20,94	83,87	627,35	10,33	
Уплотненный полдн	рыба тушеная с овощами				120		11,88	6,84	3,08	122,00	0,66	39
		Рыба	110,00	78,00								
		Лук репчатый	20,00	15,00								
		Морковь	30,00	20,00								
		Томатная паста	5,00	5,00								
		Вода	35,00	35,00								
		Масло растительное	10,00	10,00								
	Картофельное пюре.				150		3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	23
		картофель	170,00	130,00								
		молоко	25,00	23,00								
		масло сл	6,00	6,00								
	чай с лимоном.			200,00	200		0,10	0,00	5,90	24,50		73
		чай	1,00	1,00								
		вода	175,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		лимон	8,00	7,10								
	Печенье	печенье	25,00	25,00	25		1,70	2,30	17,10	95,70	0,01	6
	Яблоко	Яблоко	110	100	100		0,4	0,4	9,8	47		47
					495		17,14	14,34	56,32	426,45	18,83	
					1689		54,19	52,94	210,27	1563,22	38,16	

	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50		3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3
	Компот из сушеных фруктов.				200		0,44	0,02	27,09	113,33	0,40	89
		Кислота лимонная	0,20	0,20								
		Вода	133,33	133,33								
		Смесь сухофруктов	20,00	50,00								
		Сахар	16,67	16,67								
					580		19,82	20,94	83,87	627,35	10,33	
Уплотненный полдн	рыба тушеная с овощами				120		11,88	6,84	3,08	122,00	0,66	39
		Рыба	110,00	78,00								
		Лук репчатый	20,00	15,00								
		Морковь	30,00	20,00								
		Томатная паста	5,00	5,00								
		Вода	35,00	35,00								
		Масло растительное	10,00	10,00								
	Картофельное пюре.				150		3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	23
		картофель	170,00	130,00								
		молоко	25,00	23,00								
		масло сл	6,00	6,00								
	чай с лимоном.			200,00	200		0,10	0,00	5,90	24,50		73
		чай	1,00	1,00								
		вода	175,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		лимон	8,00	7,10								
	Печенье	печенье	25,00	25,00	25		1,70	2,30	17,10	95,70	0,01	6
	Яблоко	Яблоко	110	100	100		0,4	0,4	9,8	47		47
					495		17,14	14,34	56,32	426,45	18,83	
					1689		54,19	52,94	210,27	1563,22	38,16	



Утверждаю:
Заведующий МДОУ №10 с. Таврово
И.А. Кондратен

Иванова И.И. 01.08.2022

5 день

Прием пищи	Наименование блюда			Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры	
					Б	Ж	У				
Завтрак	Рыба, запеченная в омлете			100	9,81	3,15	1,75	75,00	0,52	45	
		минтай	110,00	90,00							
		мука	5,00	5,00							
		яйцо	1,00	1,00							
		молоко	30,00	30,00							
		масло слив.	3,00	3,00							
					100						
	Икра кабачковая чай с лимоном	Икра кабачковая	120,00	100,00		0,96	3,76	6,16	62,37		59
				200,00		0,10	0,00	5,90	24,50		73
		чай	1,00	1,00							
		вода	175,00	0,00							
	Гренки с сыром	сыр	16,00	15,00	64	6,68	8,45	19,39	180,00		4
		батон	40,00	40,00							
		масло сл	7,00	7,00							
				264	17,55	15,36	33,20	341,87	0,52		
2 завтрак	Сок яблочный		150,00	150,00	150	0,08	0,00	15,15	63,33	3,00	83
Обед	Суп-рассольник со сметаной			200							
		картофель	80,00	60,00		1,59	4,09	13,54	97,40		55
		крупа	6,00	6,00							
		морковь	10,00	8,00							
		огурцы конс.	20,00	18,00							
		говядина	15,00	15,00							
		масло слив	3,00	3,00							
		вода	152,00	152,00							
		сметана	10,00	10,00							
	лук репч	5,00	4,00								
	жаркое по-домашнему				220	25,65	6,96	20,45	246,93		49
		говядина	115,00	89,00							
		картофель	152,00	114,00							
	Салат из свежей капусты	масло слив	4,00	4,00							
		лук репч	20,00	16,00							
		томат.паста	7,00	7,00							
						0,84	3,04	5,19	105,30	3,33	71
		капуста	70,00	60,00							
		Морковь	10,00	6,00							
	Лук репчатый	10,00	8,00								

	Масло растительное	3,00	3,00							
	Хлеб пшеничный	15,00	15,00	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	97
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3
	Компот из сушеных фруктов.			200	0,44	0,02	27,09	113,33	0,40	89
	Вода	133,33	133,33							
	Смесь сухофруктов	20,00	50,00							
	Сахар	16,67	16,67							
				670	31,59	14,21	75,71	581,24	3,73	
Уплотненный полдн	Сырники со сметанным соусом			150	24,74	18,31	28,80	248,53	15,38	26
	Творог	112,00	112,00							
	Сахар	6,00	6,00							
	мука пшеничная	10,00	10,00							
	Масло растительное	4,00	4,00							
	Яйца	0,10	4,00							
	Масло растительное	4,00	4,00							
	Соус сметанный сладкий.			50	0,48	1,49	1,76	22,23	0,30	51
	Сметана	15,60	15,60							
	Мука пшеничная	4,80	4,80							
	Вода	48,00	48,00							
	Сахар	6,00	6,00							
	масло сливочное	0,83	0,83							
	Яблоко	110	100	100	0,4	0,4	9,8			47
	Вафли	30,00	30,00	30	1,13	9,15	18,75	162,75	0,00	72
	Йогурт	206,00	200,00	300	6,80	5,10	11,10	116,30	15,68	15
				1384	56,01	34,67	135,16	1102,74	22,93	



Утверждаю
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А. Кондратен

применено в 82 акте от 01.08.2022

6 день

Прием пищи	Наименование блюда				Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры	
						Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая на молоке				200	5,74	4,82	15,92	129,92	0,44	1	
		гречка	16,00	16,00								
		молоко	160,00	160,00								
		масло слив.	4,00	4,00								
		сахар	4,00	4,00								
	Кофейный напиток с молоком					200						17
		Кофейный напиток	0,00	0,00								
		Сахар	0,00	0,00								
		Молоко	0,00	0,00								
							0,00	0,00	0,00	0,00		79
Печенье с маслом					32	1,70	2,30	17,10	95,70	0,51	6	
	печенье	25,00	25,00									
	Масло сл	7,00	7,00									
					432	7,44	7,12	33,02	225,62	0,95		
2 завтрак	Сок яблочный		150,00	150,00	150	0,08	0,00	15,15	63,33	3,00	83	
Обед	Суп пшённый на м/к бульоне				200	1,89	2,20	12,70	78,20	6,60	16	
		Картофель	80,00	64,00								
		Морковь	20,00	12,00								
		Лук репчатый	12,00	8,00								
		Крупа пшено	10,00	9,00								
		Масло сливочное	2,40	2,40								
		Бульон	152,00	152,00								
	запеканка из печенис картофельным пюре					200	23,00	11,00	32,00	320,00	228,83	22
		печень гов.	125,00	120,00								
		Картофель	200,00	170,00								
Лук репчатый		12,00	8,00									
яйцо		5,00	5,00									
	Масло сливочное	6,00	6,00									

	салат из огурцов консерв			60	0,51	3,06	1,56	35,88	20,97	54
	Огурец консерв	66,00	60,00	60						
	Лук репчатый	10,00	7,00							
	Масло растительное	3,00	3,00							
	Хлеб пшеничный	40,00	40,00	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	97
	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3
	Напиток из лимона				0,40	0,02	24,38	102,00	0,36	89
	Лимон	25,00	20,00							
	Вода	162,00	162,00							
	Сахар	10,00	10,00							
				710	28,86	16,38	80,07	554,36	256,76	
Уплотненный полдн	Омлет			90	9,00	13,00	2,00	164,00	0,92	35
	яйцо	60,00	60,00							
	молоко	40,00	40,00							
	масло сл	3,00	3,00							
	Соль	0,50	0,50							
	капуста тушеная				5,00	4,00	16,00	116,00		13
	капуста	170,00	150,00							
	Лук репчатый	20,00	15,00							
	морковь	25,00	20,00							
	масло раст	7,00	7,00							
	томат паста	7,00	7,00							
	Кисель.			200	0,00	0,00	10,00	3,80	0,40	66
	Кисель концентрированный	27,78	27,78							
	Сахар	3,33	3,33							
	Вода	200,00	200,00							
	Булочка « Домашняя »			60	5,09	8,76	37,74	250,60	0,00	61
	Мука пшеничная	45,00	45,00							
	Сахар	2,40	2,40							
	Масло сливочное	2,00	2,00							
	Яйца	2,40	2,40							
	Соль	0,70	0,70							
	Дрожжи (сухие)	1,50	1,50							
	Вода для замеса теста	18,06	18,06							
	Масса теста	69,00	69,00							
	Сахар для посыпки	2,00	2,00							

		Масло растительное для	1,50	1,50						
		Яйца для смазки булочки	0,20	0,20						
					350	19,09	25,76	65,74	534,40	1,32
					1642	55,47	49,26	193,98	1377,71	262,03

салат из моркови	масло сл	4,00	4,00							
				60	0,00	5,00	4,00	62,00	0,09	43
	морковь	75,00	55,00							
	Масло растительное	5,00	5,00							
Хлеб ржано-пшеничный		50,00	50,00	50	3,06	0,10	9,44	18,28	0,00	3
Компот из сушеных фруктов.				200	0,44	0,02	27,09	113,33	0,40	89
	Вода	200,00	200,00							
	Смесь сухофруктов	18,00	18,00							
	Сахар	5,00	5,00							
				730	34,87	17,98	81,87	601,21	43,16	
Уплотненный подд	Вареники из творога (отварные)			150	16,94	12,40	17,40	249,10	0,26	49
	Творог	110,00	100,00							
	Мука пшеничная	45,00	45,00							
	Сахар	6,00	6,00							
	Яйца	0,20	0,20							
	Соль	0,34	0,34							
	Масло сливочное или	4,00	4,00							
	Соус сметанный сладкий.			50	0,70	2,04	2,93	37,00	0,02	63
	Сметана	13,00	13,00							
	Мука пшеничная	4,00	4,00							
	молоко	40,00	40,00							
	Сахар	5,00	5,00							
Кефир		207,78	200,00	200	5,80	5,00	8,00	106,00	1,40	73
печенье	25,00	25,00	25	1,70	2,30	17,10	95,70	6	85	
Яблоко	Яблоко	110	100	100	0,4	0,4	9,8	47		47
				400	25,14	21,74	45,43	487,80	7,68	
				1725	67,77	52,90	172,95	1420,80	58,20	

Утверждаю
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А.Кондратен

приказ № 82 от 06.08.2022г

8 день

Прием пищи	Наименование блюда			Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептуры	
					Б	Ж	У				
Завтрак	Каша "Дружба" молочная			200	5,56	6,00	24,00	169,00	0,91	28	
		Крупа рис	15,00	15,00							
		Крупа пшенная	11,00	11,00							
		Молоко	184,00	184,00							
		Вода	28,00	28,00							
		Масло сливочное	2,40	2,40							
		Сахар	6,40	6,40							
	Кофейный напиток с молоком				200	0,07	0,02	7,89	32,22	0,03	75
		Кофейный напиток	2,50	2,50							
		Сахар	10,00	10,00							
		Молоко	150,00	150,00							
		Вода	60,00	60,00							
	батон с маслом	батон	40,00	40,00		3,38	10,45	20,22	188,34		5
		масло сл	7,00	7,00							
				400	1,80	16,47	52,11	389,56	0,95		
2 завтрак	Сок яблочный	150,00	150,00	150	0,09	0,00	18,18	76,00	3,60	83	
Обед	Свекольник на м/к бульоне			200	1,63	4,21	1,28	210,50	4,65	12	
		Картофель	56,00	40,00							
		Морковь	20,00	12,00							
		Лук репчатый	12,00	8,00							
		свекла	40,00	32,00							
		говядина	15,00	15,00							
		томат	8,00	8,00							
		Масло растительное	2,00	2,00							
		Бульон или вода	140,00	140,00							
	сметана	10,00	10,00								
Ленивые голубцы			200	27,00	33,80	23,20	306,00	3,00	39		

Утверждаю:
 Заведующий МДОУ д/с №10
 И.А.Кондратен

Приказ № 87 от 01.08.2022

9 день

Прием пищи	Наименование блюда			Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Номер рецептуры	
					Б	Ж	У				
Завтрак	Каша манная молочная			200	5,48	5,04	16,10	131,80	1,13	66	
		манка	15,00	15,00							
		Молоко	180,00	180,00							
		Вода	20,00	20,00							
		Масло сливочное	4,00	4,00							
		Сахар	4,00	4,00							
	Какао на молоке				200	3,00	3,00	11,00	81,00	1,30	2
		Какао	1,50	1,50							
		Сахар	10,00	10,00							
		Молоко	200,00	200,00							
	Бутерброд с сыром				62	7,27	9,19	21,09	195,79	0,12	4
		Сыр российский	16,00	15,00							
		Масло сливочное	7,00	7,00							
Батон		40,00	40,00								
				462	15,75	17,23	48,19	408,59	2,55		
2 завтрак	Сок яблочный		95,83	95,00	150	1,00	0,33	14,00	64,00	6,67	83
Обед	Суп картофельный с клецками на м/б			200	1,65	2,48	10,06	69,80	4,60	8	
		Картофель	56,00	40,00							
		Морковь	20,00	16,00							
		Лук репчатый	12,00	8,00							
		Масло растительное	2,40	2,40							
		Бульон или вода	152,00	152,00							
		Клецки готовые	20,00	20,00							
		Мука пшеничная	6,40	6,40							
		Масло сливочное	0,80	0,80							
		Яйца	0,05	1,76							
	Вода или молоко	9,60	9,60								
	Биточки из мяса птицы				70	11,93	12,13	7,23	100,83	0,00	42
		мясо птицы	90,00	63,00							
		хлеб	15,00	15,00							
		яйцо	0,20	0,20							
Масло сливочное		2,00	2,00								

	молоко	20,00	20,00							
	масло растительное	6,00	6,00							
Картофельное пюре.				150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	23
	картофель	170,00	130,00							
	молоко	25,00	23,00							
	масло сл	6,00	6,00							
Салат из свежей капусты					0,84	3,04	5,19	105,30	3,33	71
	капуста	70,00	60,00							
	Морковь	10,00	6,00							
	Лук репчатый	10,00	8,00							
Компот из сушеных фруктов.	Масло растительное	3,00	3,00							
					0,44	0,02	27,09	113,33	0,40	89
	Вода	200,00	200,00							
	Смесь сухофруктов	18,00	18,00							
	Сахар	5,00	5,00							
				600	17,92	22,47	70,00	526,51	26,49	
Уплотненный полдн	Рыбное суфле			70	6,83	3,81	24,76	99,75		14
	рыба	100,00	46,00							
	хлеб	15,00	15,00							
	Лук репчатый	15,00	8,00							
	молоко	20,00	20,00							
	масло растительное	2,00	2,00							
	Масло сливочное	2,00	2,00							
	Яйцо	5,00	5,00							
	каша пшённая			140	5,7	3,99	33,10	181,50	0,05	29
	пшено	40,00	40,00							
	масло сливочное	4,00	4,00							
	соус красный			50	0,61	1,50	4,88	35,60	0,35	52
	Мука пшеничная	5,00	5,00							
	масло раст	3,00	3,00							
	томат	6,00	6,00							

				525	33,58	33,06	64,72	568,80	0,84	
				1774	92,58	80,84	239,38	1898,55	22,05	