

ПОНЕДЕЛЬНИК, 17 апреля

	Выход в граммах	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность г
	Ясли/Сад				
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным	155/2	5,44	6,27	21,91	165,02
	180/3	6,3	7,2	25,5	191,7
Чай с сахара	160/180	0,04/0,04	0,01/0,01	7,46/8,38	29,87/33,6
Бутерброд с маслом	30/3	2,01	2,2	10,07	69,15
	37,5/5	2,54	3,52	12,61	93,5
2-й завтрак					
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	150/15	4,53	3,15	10,32	88,41
	180/25	6,78	4,48	12,44	118,02
Шницель рубленый	60/3	9,5	7,07	9,6	140
	70/4	10,88	8,08	10,99	160,12
Капуста тушеная	100/130	1,85/3,1	3,56/4,61	9,43/13,13	79/109,02
Салат из горошка консервированного	40/40	1,2/1,2	2,06/2,06	2,5/2,5	32,54/32,54
Компот из апельсинов	150/180	0,33/0,39	0,07/0,09	25,35/30,42	103,9/124/74
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2,0/2,5	0,3/0,37	12,1/15,08	57,04/71,3
ПОЛДНИК					
Сырники из творога с повидлом	75/20	14,01	9,5	8,55	175,5
	100/20	18,69	12,67	11,4	234
Бифидок	135/150	3,9/4,35	4,32/4,8	5,4/6	79,65/88,5

ВТОРНИК, 18 апреля

	Выход в граммах	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность г
	Ясли/Сад				
ЗАВТРАК					
Каша жидкая пшеничная	150/3	3,15	2,89	22,80	130
	180/5	3,78	3,47	27,36	156
Бутерброд с сыром	30/3/10	4,5	6,57	13,9	132,8
	40/5/15	6,85	7,82	19,77	176,9
Кофейный напиток с молоком	160/180	2,53/2,85	2,13/2,41	12,76/14,36	80,85/91
2-й завтрак					
Яблоко	120/120	0,48/0,48	0,48/0,48	11,76/11,76	52,8/52,8
ОБЕД					
Икра свекольная	50/60	1,62/1,39	2,9/3,48	6,16/7,39	56,8/68,16
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	6,24	4,72	9,68	108,94
	180/8	7,49	5,69	11,61	130,7
Голубцы с мясом говядины(ленивые)	120	10,61	6,81	15,04	164
	160	14,12	9,04	20,26	219
Соус сметанный	15/30	0,21/0,42	0,75/1,5	0,88/1,77	11,11/22,23
Кисель из повидла	150/180	0,06/0,07	0/0	16,7/20,03	67,05/80,46
Хлеб пшеничный	30/30	2,25/2,25	0,15/0,15	15/15	71,1/71,1
Хлеб ржано-пшеничный	30/37.5	2,0/2,5	0,3/0,37	12,115,08	57,0171,3
ПОЛДНИК					
Омлет натуральный	100/100	8,97/8,97	8,5/8,5	7,5/7,5	157/157
Чай с сахаром	150/180	0,040,04	0,01/0,01	6,998,38	28/33,6
Хлеб пшеничный	30/35	2,25/2,7	0,15/0,18	15/19,03	71,1/82,95

СРЕДА, 19 апреля

	Выход в граммах	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность г
	Ясли/Сад				
ЗАВТРАК					
Каша вязкая «Дружба» с маслом сливочным	150/3	3,85	5,20	20,63	145,28
	180/5	4,62	6,24	24,75	174,33
Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	30/2,5/8	1,8	2,89	20,36	114,8
	37,5/3,5/13	2,1	3,3	23,04	131,8
Чай с молоком	160/180	2,82/3,18	2,45/2,79	12,03/13,57	81,92/92,4
2-й завтрак					
Ряженка	135/150	3,91/4,35	4,31/4,8	5,4/6	79,65/88,5
ОБЕД					
Икра морковная	50/70	1,1/1,54	4,0/5,6	5,58/7,8	64,5/90,3
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,06	3,38	8,98	78,75
	200/8	4,09	4,51	11,98	105
Суфле куриное с молочным соусом	55	9,4	9,48	1,84	130,34
	73	12,48	12,59	2,45	173,0
Макаронные изделия с маслом сливочным	70/1	2,6	0,35	14,56	73,78
	100/1,5	3,8	0,5	20,8	103,4
Компот из свежих яблок	150/180	0,12/0,14	0,12/0,14	12,91/13,5	52/54,82
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2,0/2,5	0,3/0,37	12,11/5,8	57,04/71,3
ПОЛДНИК					
Вареники ленивые с маслом сливочным	60/2	8,89	6,51	9,18	130,8
	80/4	11,86	8,68	12,24	174,4
Напиток из шиповника	150/180	0,51/0,61	0,21/0,25	16,22/19,67	79/95
Апельсин	95/6	0,86	0,19	14,33	66,04
	100/7	0,9	0,2	15,08	69,52
Чай с сахаром	180				
Хлеб ржано-пшеничный	37,5				

ЧЕТВЕРГ, 20 апреля

	Выход в граммах	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность г
	Ясли/Сад				
ЗАВТРАК					
Суп молочный с макаронными изделиями	150/180	4,26/5,11	3,9/4,68	14,1/16,92	108,9 130,68
Бутерброд с сыром	30/3/10	4,5	6,57	13,9	132,8
	40/5/15	6,58	7,82	19,77	176,9
Какао с молоком	160/180	3,36/3,67	2,9/3,19	13,82/15,82	94,93/107
2-й завтрак					
Йогурт питьевой фруктовый	135/150	3,9/4,35	4,32/4,8	5,4/6,0	79,65/88,5
ОБЕД					
Огурец соленый	40/40	0,32/0,32	0/0	0,98/0,98	8,6/8,6
Суп с рыбными консервами	150/200	5,1/6,8	5,1/6,8	8,55/11,4	100,35/133,8
Котлеты рыбные «Любительские»	60/2	8,36	2,92	6,78	87
	70/3	9,76	3,41	7,91	101,5
Рагу из овощей	100/150	1,62/2,39	8,68/12,81	9,13/13,47	121/198,61
Компот из сушеных фруктов (курага)	150	0,12	0,1	18,1	73,5
	180	0,03	0,01	25,02	101,7
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2,0/2,5	0,3/0,37	12,1/15,08	57,04/71,3
ПОЛДНИК					
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,87	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
Груша	120/120	0,5/0,5	0,5/0,5	12,36/12,36	55,2/55,2

ПЯТНИЦА, 21 апреля

	Выход в граммах	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность г
ЗАВТРАК					
	Ясли/Сад				
Каша молочная кукурузная жидкая	155/3	4,02	4,66	17,27	124,93
	200/5	5,19	6,02	22,29	161,2
Бутерброд с маслом	30/3	2,01	2,2	10,07	69,15
	37,5/5	2,54	3,52	12,61	93,5
Кофейный напиток с молоком	160/180	2,53/4,12	2,13/4,54	12,76/19,35	80,85/84
2-й завтрак					
Бифидок	135/150	3,9/4,35	4,32/4,8	6/14,4	79,65/88,5
ОБЕД					
Икра свекольная	50/50	1,16/1,16	2,9/2,9	6,16/6,16	56,8/56,8
Рассольник «Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	150/4	3,24	3,5	11,3	89,7
	180/5	3,89	4,20	13,55	107,64
Гуляш из отварного мяса	60/60	15,47/15,47	12,12/12,12	3,93/3,93	187,5/187,5
Пюре картофельное	70/110	1,4/2,24	2,4/3,84	8,4/13,25	66,2/104,13
Кисель из повидла	150/180	0,06/0,07	0/0	16,7/20,03	67,05/80,46
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2,0/2,5	0,3/0,37	12,1/15,08	57,04/71,3
ПОЛДНИК					
Пудинг из творога с яблоками	80/100	9,93/12,42	8,4/10,5	11,67/14,58	170,77/213,47
Соус молочный сладкий	20/20	0,39/0,39	0,9/0,9	2,65/2,65	20,3/20,3
Сок в ассортименте	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76