



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ -1

К-Сад Тип 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
4.17/4	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным	150	169,72	4,16	5,62	22,55			7.17/4/1
4.4/13	батон с маслом	40	119,65	2,73	5,18	18,70			
4.12/10	Чай с молоком	150	61,56	1,90	2,03	7,69			
Итого завтрак:		340	350,93	8,79	12,83	48,94			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
2021/033/5	Сок 100г	100	46,00	0,50	0,10	10,10			
Итого второй завтрак		100	46,00	0,50	0,10	10,10			
ОБЕД									
4.4/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст. маслом	50	58,51	0,87	3,47	6,84			
4.18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	66,01	1,57	0,99	11,83			
7.368-2	Греча с овощами	150	173,18	4,35	5,67	27,22			
7.11/8/1-1	Гуляш из мяса свинины	60	181,08	11,25	11,54	3,72			
4.6/10	Компот из сухофруктов	150	57,62	0,45	0,03	13,08			
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		610	649,32	21,77	22,21	89,22			
ПОЛДНИК									
7.123/2	Омлет с зеленым горошком	120	146,16	8,68	8,26	5,74			
4.10/10	Чай с сахаром	150	28,43	0,00	0,00	7,48			
2021/103/2	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
7.308/6	Печенье	20	85,52	2,15	1,08	15,88			
Итого полдник:		320	349,39	14,50	10,04	46,68			
Всего за день		1370	1421,29	46,04	45,69	198,97			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 2

К. Сан. Чин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
7.н124с-4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	120	108	2,89	4,21	12,34			
7.035/9	батон с маслом	40	119,65	2,73	5,18	18,70			
2021/30/1	Чай с молоком	180	87,21	2,38	2,54	12,02			
Итого завтрак:		340	235,86	8,00	11,93	43,06			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
2021/033/5	Сок 100г	100	46,00	0,50	0,10	10,10			
Итого второй завтрак		100	46,00	0,50	0,10	10,10			
ОБЕД									
7.367-4	Огурец консервированный	40	5,20	0,30	0,04	0,91			
2021/6/5	Щи из свежей капусты со сметаной	150	44,82	1,09	1,94	5,64			
7.4/9	Плов из мяса куры	150	288,60	14,51	13,56	22,25			
4.6/10	Компот из сухофруктов	150	57,62	0,45	0,03	13,08			
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		540	496,74	99,83	16,11	64,44			
ПОЛДНИК									
7.н180/3	Рагу из овощей	120	141,18	3,82	4,32	20,40			
4.10/10	Чай с сахаром	200	49,76	0,00	0,00	11,81			
4/14	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
Итого полдник:		340	237,14	5,32	4,50	42,23			
Всего за день		1320	1015,74	113,65	32,64	159,83			

Ноговицына И.В.

ДЕНЬ - 3

К СанПин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
7.н162-3	Каша рисовая молочная со слив. маслом	150	144,32	3,51	5,27	18,34			
7.035/9	батон с маслом	40	119,65	2,73	5,18	18,70			
4.12/10	Чай с молоком	150	61,56	1,90	2,03	7,69			
Итого завтрак:		340	325,53	8,14	12,48	44,73			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
2021/033/5	Сок 100г	100	46,00	0,50	0,10	10,10			
Итого второй завтрак		100	46,00	0,50	0,10	10,10			
ОБЕД									
7.19/1/1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50	169,14	2,24	15,20	6,92			
4.34	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	150	82,02	1,46	3,38	10,98			7.н-282/1
4.36/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	150	256,77	11,51	10,77	23,49			
4.4/11	Соус молочный с овощами	20	100,64	1,90	6,07	7,37			
4.2/10	Компот из яблок и кураги	150	67,32	0,49	0,03	17,08			7.1/10/4
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		570	776,49	21,08	35,99	88,40			
ПОЛДНИК									
4.5/9	Запеканка творожная	150	340,25	18,31	24,15	13,46			
7.351	Сгущенное молоко	20	60,26	1,51	1,78	11,72			
4.10/10	Чай с сахаром	150	28,43	0,00	0,00	7,48			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
Итого полдник:		340	475,17	21,32	26,11	42,69			
Всего за день		1360	1623,19	51,04	74,68	185,92			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 4

К-СалТин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Вита мина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
7.186/2	Каша вязкая из гречи и пшена молочная «Дружба 1» со сливочным маслом	150	190,49	5,02	6,57	24,59			7.16/4/1 7.18/4/1
4.1/13	Хлеб с маслом	40	126,89	2,57	5,80	16,75			
4.14/10	Какао с молоком	150	115,35	2,82	2,68	17,97			
Итого завтрак:		340	432,73	10,41	15,05	59,31			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
7.346	Яблоко	100	39,60	0,35	0,35	10,38			7.187/1 2021/11
Итого второй завтрак		100	39,60	0,35	0,35	10,38			
ОБЕД									
2021/35/1	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растит. маслом	60	54,58	0,83	3,66	6,13			
7.106/1	Суп из овощей на курином бульоне	180	52,81	1,39	1,22	8,78			
4.5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	213,40	12,02	11,72	9,94			
7.179	Рис припущенный с овощами	100	163,00	3,54	5,28	28,23			
4.6/10	Компот из сухофруктов	150	57,62	0,45	0,03	13,08			
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		590	641,91	21,71	22,45	88,72			
ПОЛДНИК									
2022/550	Манник	130	251,99	4,67	6,40	39,95			
7.038	Омлет натуральный	100	294,00	11,49	14,84	3,77			
7.267	Кефир	130	72,58	3,63	5,30	72,58			
Итого полдник:		360	653,92	18,55	26,31	176,05			
Всего за день		1380	1768,16	51,02	64,16	334,46			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 5

К. СанПиН 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Вита мина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
7.н123с4	Каша из овсяных хлопьев на молоке с маслом	120	136,60	3,97	5,36	17,35			
4.1/13	Хлеб с маслом	40	126,89	2,57	5,80	16,75			
2021/36/10	Какао с молоком	150	115,35	2,82	2,68	17,97			
Итого завтрак:		340	378,84	9,36	13,84	52,07			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
7.346	Яблоко	100	39,60	0,35	0,35	10,38			7.187/1 2021/11
Итого второй завтрак		100	39,60	0,35	0,35	10,38			
ОБЕД									
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	35,72	0,85	2,05	4,57			
7.12/2/2	Суп картофельный со сметаной	150	65,32	1,21	2,27	9,14			
4.43/3	Макаронные изделия отварные	80	167,42	4,26	3,75	30,59			
4.9/7	Биточки (котлеты) рыбные	70	94,40	9,50	1,54	5,71			
4.4/11	Соус молочный с овощами	20	100,64	1,90	6,07	7,37			
4.15/10	Напиток из шиповника	150	67,5	0,36	0,00	16,37			
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		590	631,50	21,56	16,22	96,31			
ПОЛДНИК									
7.148	Шанежка с картофелем	90	216,16	5,68	7,93	31,20			
7.79/5/1	Йогурт 125 г (стаканчик)	125	106,25	3,50	4,00	14,13			
4.10/10	Чай с сахаром	150	28,43	0,00	0,00	7,48			
Итого полдник:		365	350,84	9,18	11,93	52,81			
Всего за день		1395	1400,78	40,45	42,34	211,57			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 6

К-СалТин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
7.14/4/1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	199,70	5,30	5,06	29,87			
4.4/13	Батон с маслом и сыром	30	143,10	4,63	6,78	14,59			
4.14/10	Чай с молоком	150	61,56	1,90	2,03	7,69			
Итого завтрак:		330	404,36	11,83	13,87	52,15			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
2021/033/5	Сок 100г	100	46,00	0,50	0,10	10,10			
Итого второй завтрак		100	46,00	0,50	0,10	10,10			
ОБЕД									
2121/42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст. маслом	60	75,25	1,78	3,90	6,69			
2022/329	Бигус (со свининой)	200	249,88	18,72	13,30	11,04			
4.16/2	Суп картофельный с крупой	150	113,17	2,30	3,94	16,47			
4.2/10	Компот из яблок и кураги	150	67,32	0,49	0,03	17,08			
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		610	606,12	26,77	21,71	73,84			
ПОЛДНИК									
4.9/5	Запеканка творожная	120	340,25	18,31	24,15	13,46			
7.351	Сгущенное молоко	20	60,26	1,51	1,78	11,72			
4.10/10	Чай с сахаром	150	28,43	0,00	0,00	7,48			
4.8/13	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
Итого полдник:		320	504,57	21,80	26,29	49,53			
Всего за день		1360	1561,05	62,43	63,49	1			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 7

К. Сан. Чин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
4.1/4	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	150	172,17	5,04	5,67	24,77			
7.035/11	Батон с повидлом (джемом)	50	118,00	3,12	1,20	27,66			
4.14/10	Какао с молоком	150	61,56	1,90	2,03	7,69			
Итого завтрак:		350	351,73	10,06	8,90	60,12			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
2021/033/5	Сок 100г	100	46,00	0,50	0,10	10,10			
Итого второй завтрак		100	46,00	0,50	0,10	10,10			
ОБЕД									
2021/49/2	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с луком и соленым огурцом на раст. масле	60	63,01	0,85	3,26	6,69			
4.19/2	Уха из свежей рыбы	150	120,30	5,79	2,11	10,56			4.19/2
7.н047	Пюре розовое	120	100,97	2,23	3,10	14,72			
7.н114/1	Котлета из мяса куры	60	107,49	15,79	4,02	2,50			
2021/103/2	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4.6/10	Компот из сухофруктов	150	57,62	0,45	0,03	13,08			
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		590	486,88	28,59	13,03	70,11			
ПОЛДНИК									
7.43-2/3	Макаронные изделия отварные с сыром	160	244,45	7,46	6,48	34,80			
11	Чай с сахаром	150	28,43	0,00	0,00	7,48			7.354/4
4.9/13	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
Итого полдник:		330	319,08	8,96	6,66	52,30			
Всего за день		1370	1203,69	48,13	28,69	192,63			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 8

К. Сантин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамин С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
4.5/4	Каша манная молочная с маслом	150	130,71	3,42	4,04	17,82			
4.4/13	Батон с маслом и сыром	30	143,10	4,63	6,78	14,59			
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	150	78,38	2,10	2,11	10,60			
Итого завтрак:		330	352,19	10,15	12,93	43,01			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
7.346	Яблоко	100	39,60	0,35	0,35	10,38			7.187/1 2021/11
Итого второй завтрак		100	39,60	0,35	0,35	10,38			
ОБЕД									
2021/16/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	38,20	0,56	2,14	4,25			
4.9/2	Рассольник со сметаной	150	58,60	1,08	2,15	7,90			
7.368-1	Гречка с овощами	120	138,54	3,49	4,52	21,79			
7.249	Печень по - строгановский	60	77,95	8,68	3,81	0,52			7.35/8/4 суфле из печени
2021/10/10	Компот из кураги и изюма	150	78,50	0,61	0,00	19,42			
2021/103/2	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4/14	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		570	492,29	17,90	13,16	76,44			
ПОЛДНИК									
2021/2/7	Омлет натуральный	130	208,21	12,64	14,18	2,22			
7.075	Кефир	150	83,86	4,18	4,78	6,14			
4/14	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
7.307	Пряник 40 гр.	40	140,00	1,92	1,12	31,08			
Итого полдник:		340	478,27	20,24	20,26	49,46			
Всего за день		1340	1362,35	48,64	46,70	179,29			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ

ДЕНЬ - 9

К. Сантин 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Витамина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
2021/08/1	Каша гречневая с молоком	150	146,03	5,56	3,42	23,60			7.1/4/1
4.1/13	Хлеб с маслом	40	126,89	2,57	5,80	16,75			
4.13/10	Кофейный напиток с молоком	150	78,38	2,10	2,11	10,60			
Итого завтрак:		340	351,3	10,23	11,33	55,79			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
2021/033/5	Сок 100г	100	46,00	0,50	0,10	10,10			
Итого второй завтрак		100	46,00	0,50	0,10	10,10			
ОБЕД									
4.20/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	63,01	0,83	4,45	6,34			
7.20/2/2	Суп-лапша на курином бульоне	150	80,06	1,59	2,76	10,97			
7.64С	Картофельное пюре	110	130,15	2,98	3,95	22,01			
7.Н114	Котлета из мяса куры	60	107,49	15,79	4,02	2,50			
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги	150	67,32	0,49	0,03	17,08			7.1/10/4
2021/103/2	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4/14	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		580	548,53	25,16	15,75	81,46			
ПОЛДНИК									
7.н180/3	Рагу из овощей	120	141,18	3,82	4,32	20,40			
7.6/12/1	Ватрушка со сметаной	80	55,61	0,56	0,49	14,23			
7.023	Йогурт питьевой	120	84,86	4,99	3,19	8,49			
Итого полдник:		320	281,65	9,37	8,00	43,12			
Всего за день		1340	1227,48	45,26	35,18	190,47			



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего

Ноговицына И.В.

ЯСЛИ ДЕНЬ - 10

К-Сад Тип 2.3/2.43590-20

№ рецептуры (ТК)	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергет ическая ценность	Пищевые вещества (грамм)			Вита мина С	Температура подачи блюда	Примечание (замена ТК)
				Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
8.11/4	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150	108,70	2,89	4,21	12,34			
4.1/13	Хлеб с маслом	40	126,89	2,57	5,80	16,75			
2021/36/10	Какао с молоком	150	115,35	2,82	2,68	17,97			
Итого завтрак:		310	350,94	8,28	12,69	47,06			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
7.346	Яблоко	100	39,60	0,35	0,35	10,38			7.187/1 2021/11
Итого второй завтрак		100	39,60	0,35	0,35	10,38			
ОБЕД									
7.367-4	Огурец консервированный	40	5,20	0,30	0,04	0,91			
4.29/2	Суп гороховый	150	104,31	3,51	3,13	104,31			
7.179	Рис припущенный с овощами	110	163,00	3,54	5,28	28,23			
7.149с-2	Тефтели рыбные	50	129,68	12,27	4,46	5,21			
4.15/10	Напиток из шиповника	150	67,5	0,36	0,00	16,37			
2021/103/2	Хлеб ржаной	30	54,30	1,98	0,36	12,54			
4/14	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
	Соль	3,00							
Итого обед:		560	566,64	23,53	13,45	176,75			
ПОЛДНИК									
4.10/10	Чай с сахаром	150	28,43	0,00	0,00	7,48			
4.4/11	Соус молочный с овощами	20	100,64	1,90	6,07	7,37			
7.65П	Котлета картофельная	130	193,83	4,62	5,89	32,14			
4/14	Хлеб пшеничный	20	46,20	1,50	0,18	10,02			
Итого полдник:		330	390,43	8,02	12,14	61,34			
Всего за день		1300	1347,61	40,18	38,63	295,53			