ГБДОУ № 1 "Башлам"с.Кенхи

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 2ECDE7C661206555FA7711987C3C12E3
Владелец: Халитова Заира Сайд-Алиевна
Действителен: с 26.06.2026 до 19.09.2027

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 1-3 лет 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,3	6,1	10,3	110,0
КУКУРУЗА	9,8	9,8	1	0,5	5,7	30,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81,4	81,4	2,3	2,5	3,7	47,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		2,0	9,0	13,4	142,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	26	26	2	0,8	13,4	68,1
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,4	46,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			5,3	**15,1**	**30,5**	**280,0**
II Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	12		0,9	1,2	8,9	50,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	1,2	8,9	50,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			1,4	**1,3**	**18,8**	**93,0**
Обед						
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150		1,4	4,3	5,8	68,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,8	42	0,8	0	1,9	11,4
МОРКОВЬ	6	4,8	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,5	0,5	0	0	0,1	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	13,33	10	0,2	0	1,6	7,5
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130		7,2	7,4	29,0	211,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32,5	23,4	4,2	4,2	0	54,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МОРКОВЬ	14,63	11,7	0,2	0	0,8	4,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,4	8,7	0,1	0	0,7	3,5

ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,3	5,3	0,3	0	1	5,2
КРУПА РИСОВАЯ	37,2	36,9	2,5	0,4	26,5	119,2
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ		30	0,5	3,1	2,8	41,0
СВЕКЛА	39,75	31,8	0,5	0	2,7	13,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ		150			21,6	86,6
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			11,8	**15,0**	**76,8**	**490,0**
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ		40/5	5,7	16,9	3,9	191,9
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 18% ЖИРНОСТИ	32,33	32,33	4,7	5,6	0,9	74,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,4	0	2,3	11,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1	0,1	0,1	0	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	22,1	22,1	0,6	4,3	0,8	44,1
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		180	3,9	15,9	10,7	202,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	127	127	3,6	4	5,8	73,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,6	75,6	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	14,9	14,9	0,1	11,9	0,1	108,2
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		170/7/3	0,1		11,8	48,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,7	26,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЛИМОН	7	4,2	0	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,3	146,3	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			12,8	**33,1**	**46,5**	**537,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**31,3**	**64,5**	**172,6**	**1 400,0**

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		150	3,4	4,4	12,9	105,1
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,3	19,2
ПШЕНО	6	5,94	0,7	0,2	4,1	20,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,2	41,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81,9	81,9	2,3	2,5	3,7	47,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35/5	1,6	4,3	13,6	98,8
ДЖЕМ	4,5	4,5	0	0	3,3	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,7	0	33,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,1	3,2	8,4	76,1
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	3	4,4	55,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81	81	0	0	0	0,0
			8,1	**11,9**	**34,9**	**280,0**
II Завтрак						
ВАФЛИ		12	0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ		100/5			6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			0,3	**0,4**	**16,2**	**70,0**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б		150	1,5	2,5	11,5	74,8
КАРТОФЕЛЬ	89,81	67,36	1,3	0,3	10,7	50,3
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
РЫБА ТУШЕНАЯ		50	4,4	4,0		53,9
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	29,6	28,48	4,5	0,2	0	19,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,6	11,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	5,0	7,0	32,0	211,2

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	46,7	46,7	4,9	0,6	31,9	153,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЗЕЛ. ГОРОШ.		30	0,4	3,8	2,1	44,5
МОРКОВЬ	36	28,8	0,4	0	1,9	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	2,8	1,8	0,1	0	0,1	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,4	0,2	15,8	74,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	31,5	31,5	2,4	0,2	15,8	74,6
			13,7	**17,5**	**69,1**	**490,0**
Уплотненный полдник						
ЙОГУРТ		200	5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ		180	6,3	21,5	18,8	295,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	164,6	164,6	4,7	5,1	7,5	95,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	20	20	0,1	16	0,2	145,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	13,3	13,17	1,6	0,4	7,3	39,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15			17,4	69,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ХЛЕБ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			14,6	**26,9**	**62,2**	**560,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**36,7**	**56,7**	**182,4**	**1 400,0**

ГБДОУ № 1 "Башлам" с.Кенхи

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		150	5,0	3,6	24,0	149,0
ПШЕНО	30,15	29,85	3,3	0,8	20,4	101,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,4	46,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	58	58	1,6	1,8	2,6	33,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,3	1,3	0	1,1	0	9,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35/5	1,8	6,8	12,4	118,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7,4	7,4	0	6,1	0,1	55,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
ЧАЙ С САХАРОМ		150/7			3,2	12,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,1	51,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
			6,8	**10,4**	**39,6**	**280,0**
II Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ		12	0,9	1,2	8,9	50,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	1,2	8,9	50,0
СОК		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			1,4	**1,3**	**18,8**	**93,0**
Обед						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б		150	1,4	4,9	6,7	76,9
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,7	4,7	0,2	0	0,9	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,9	2,9	0	2,8	0	25,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,9	0,3	20,0
КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ		50	4,1	8,0	3,1	100,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,9	2,9	0,3	0	1,9	9,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,4	10,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	22	20	3,5	3,6	0	46,2
МОРКОВЬ	11,13	8,9	0,1	0	0,6	3,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	4,9	15,7	116,2
КАРТОФЕЛЬ	125,47	94,1	1,8	0,4	14,8	70,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,5	0,8	9,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ		30	0,3	2,8	1,1	30,6
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	15,2	14,4	0,2	0	0,5	3,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	11,3	10,5	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
КИСЕЛЬ		150			20,7	82,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			10,8	**20,8**	**64,9**	**490,0**
Уплотненный полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,8	8,5	25,3	192,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,6	32,6	3,4	0,4	22,1	105,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,69	1,69	0,2	0	1,2	5,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	10	10	0	8	0,1	72,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,85	0,85	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,25	14,25	0	0	0	0,0
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ		180	4,4	13,9	13,9	199,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	8,3	8,22	0,6	0,1	5,9	26,6
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12	12	0,1	9,6	0,1	87,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			12,6	50,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	12,6	50,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			11,3	**22,7**	**71,9**	**537,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**30,3**	**55,2**	**195,2**	**1 400,0**

ГБДОУ №1 "Башлам" с. Кенхи

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	155		3,5	2,5	20,6	118,1
КРУПА МАННАЯ	27	27	2,7	0,3	18,5	86,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27,7	27,7	0,8	0,9	1,3	16,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,8	90,8	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	2,5	2,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/5		2,6	4,4	10,8	93,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21	21	1,6	0,6	10,8	55,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	5	4,55	1,1	1,3	0	16,1
КАКАО С МОЛОКОМ	160		2,8	2,9	7,5	68,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,6	85,6	2,4	2,6	3,9	49,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3	0	0	0	0,0
			8,9	**9,8**	**38,9**	**280,0**
II Завтрак						
ВАФЛИ	12		0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ	100/5				6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			0,3	**0,4**	**16,2**	**70,0**
Обед						
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА М/Б	150		6,3	3,7	16,0	125,3
ФАСОЛЬ	28,8	28,2	5,7	0,6	12,9	81,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,8	11,4	0,2	0	0,9	4,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3	2,4	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,8	142,8	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	17,6	13,2	0,3	0,1	2,1	9,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ	130		11,2	10,3	22,0	225,2
ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50	9	7,8	0	105,7
КРУПА РИСОВАЯ	29,4	29,4	2	0,3	21,1	95,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,2	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	8,75	7	0,1	0	0,5	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		30	0,5	2,5	1,3	29,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,4	0	1,1	6,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,19	0	0	0,3	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			20,7	**16,7**	**63,7**	**490,0**
Уплотненный полдник						
БАНАН		150	2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ		150/30	14,0	26,4	11,7	343,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	68,3	68,3	11,9	5,9	1,9	111,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,03	14,03	1,5	0,2	9,5	45,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,9	0,5	0,4	0	5,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	24,8	24,8	0,1	19,9	0,2	179,9
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		185/15/7	0,1		17,9	72,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,2	27,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18,3	18,3	0	0	17,8	70,8
ЛИМОН	7,1	4,3	0	0	0,1	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			16,4	**27,2**	**61,1**	**560,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**46,3**	**54,1**	**179,9**	**1 400,0**

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	5,1	6,0	20,9	159,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	25	24,75	2,7	0,3	16,3	79,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58	58	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81,7	81,7	2,3	2,5	3,7	47,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35/5	2,0	4,9	13,4	105,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	26	26	2	0,8	13,4	68,1
ЧАЙ С САХАРОМ		150/7			3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
			7,1	**10,9**	**38,2**	**280,0**
II Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ		12	0,9	1,2	8,9	50,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	1,2	8,9	50,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
СОК		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			1,4	**1,3**	**18,8**	**93,0**
Обед						
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА К/Б		150	1,3	2,2	9,3	62,2
КАРТОФЕЛЬ	54,4	40,8	0,8	0,2	6,5	30,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	5,81	4,65	0,1	0	0,3	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПОДЛИВОЙ		50	4,1	5,3	2,5	74,4
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	29,7	21,4	3,8	3,8	0	49,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
КАРТОФЕЛЬ	17,04	12,78	0,3	0,1	2	9,5
МОРКОВЬ	4,69	3,75	0	0	0,3	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,4	2,8	0	0	0,2	1,1

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0

ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ		110	6,2	3,5	28,2	168,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,8	50,8	6,2	1,6	28,1	151,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ		30	0,3	2,0	1,0	23,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	12,7	12,57	0,1	0	0,5	2,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	11,3	10,5	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КИСЕЛЬ		150			19,7	78,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	17	17	0	0	13,1	52,5
САХАР ПЕСОК	6,8	6,8	0	0	6,6	26,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			14,6	**13,2**	**78,3**	**490,0**
Уплотненный полдник						
ОЛАДЬИ СО СМЕТАНОЙ		45/5	2,5	13,1	13,8	182,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,2	18,2	1,9	0,2	12,3	59,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,1	0,1	0	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,3	17,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,9	0,5	30,0
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		180	4,7	12,4	16,0	195,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	3,4	5	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,6	75,6	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,6	0,2	9,9	47,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11	11	0,1	8,8	0,1	79,8
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0	0	1,1	4,3
КОМПОТ		180			19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			9,9	**25,9**	**66,2**	**537,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**33,0**	**51,3**	**201,5**	**1 400,0**

ГБДОУ № 1 "Башлам" с.Кенхи

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		155	3,7	4,7	13,1	110,2
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,3	19,2
ПШЕНО	6	5,94	0,7	0,2	4,1	20,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	93,2	93,2	2,6	2,9	4,3	54,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35/5	1,6	4,3	13,8	100,0
ДЖЕМ	4	4	0	0	2,9	11,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,7	0	33,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21	21	1,6	0,6	10,8	55,0
КАКАО С МОЛОКОМ		160	2,7	2,8	8,1	69,8
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0	0	4,2	16,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	84	84	2,3	2,6	3,8	48,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	71,1	71,1	0	0	0	0,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
			8,0	**11,8**	**35,0**	**280,0**
II Завтрак						
ВАФЛИ		12	0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ		100/5			6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			0,3	**0,4**	**16,2**	**70,0**
Обед						
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б		150	1,3	3,7	5,7	62,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,6	0,3	16,0
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ		50	8,7	9,1	7,9	147,5

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9

МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,3	0,3	0,4	5,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,9	4,9	0,6	0	2,9	14,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГОВЯДИНА Б/К	43,8	39,4	7,1	6,1	0	83,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	4,0	2,9	25,5	144,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37,3	37,3	4	0,5	25,5	122,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ		30	0,3	2,3	2,0	30,0
СВЕКЛА	28,13	22,5	0,3	0	1,9	9,2
ЧЕСНОК	0,1	0,1	0	0	0	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3	0	2,3	0	20,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			5,8	23,2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			17,0	**18,2**	**64,5**	**490,0**
Уплотненный полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ		40	6,4	10,9	40,5	284,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	51,2	51,2	5,3	0,7	34,7	165,9
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0	0	2,6	10,5
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	8	8	0	6,4	0,1	57,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,6	0,3	0,3	0	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,5	1,5	0,2	0	0	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,6	20,6	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,6	0,1	0,1	0	0,9
КАРТОФЕЛЬ	17,81	13,36	0,3	0,1	2,1	10,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,5	3,8	0,1	0	0,3	1,6
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ		180	4,8	9,4	12,0	152,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,2	6,2	0	4,9	0	45,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8,1	8	1	0,3	4,5	23,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150/7/3	0,1		9,8	40,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,3	42,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,2	112,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	6,6	5,8	0,1	0	0,2	1,9
ХЛЕБ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			14,0	**20,7**	**79,3**	**560,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**39,3**	**51,1**	**195,0**	**1 400,0**

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	160		5,2	4,3	20,6	142,2
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24,73	24,48	2,7	0,3	16,1	78,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	88,1	88,1	2,5	2,7	4	51,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5	0	0	0,5	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		1,6	8,0	10,9	122,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	9	9	0	7,4	0,1	67,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21	21	1,6	0,6	10,8	55,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7				3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,8	157,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
			6,8	**12,3**	**35,4**	**280,0**
II Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	12		0,9	1,2	8,9	50,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	1,2	8,9	50,0
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			1,4	**1,3**	**18,8**	**93,0**
Обед						
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА К/Б	150		1,6	2,4	10,6	70,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7,8	7,8	0,9	0,1	5,3	25,6
КАРТОФЕЛЬ	33,75	25,31	0,5	0,1	4	18,9
МОРКОВЬ	7,71	6,17	0,1	0	0,4	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,8	127,8	0	0	0	0,0
КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ	50		4,0	8,1	3,1	101,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,75	2,75	0,3	0	1,8	8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,4	10,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	22	20	3,5	3,6	0	46,2
МОРКОВЬ	11,88	9,5	0,1	0	0,7	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	5,1	14,7	113,7

КАРТОФЕЛЬ	117,2	87,9	1,7	0,4	13,9	65,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,5	0,8	9,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,3	5,3	0	4,3	0	38,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВИНЕГРЕТ		40	0,5	3,0	3,3	42,2
КАРТОФЕЛЬ	12,51	9,38	0,2	0	1,5	7,0
СВЕКЛА	10,6	8,48	0,1	0	0,7	3,5
МОРКОВЬ	8	6,4	0,1	0	0,4	2,1
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	8	8	0,1	0	0,1	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КИСЕЛЬ		150			19,9	79,6
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	17	17	0	0	13,1	52,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			11,0	**18,8**	**69,2**	**490,0**
Уплотненный полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,9	8,5	30,8	214,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	33,4	33,4	3,5	0,4	22,6	108,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,75	1,75	0,2	0	1,2	5,6
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0	0	5,3	21,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	10	10	0	8	0,1	72,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,85	0,85	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,25	14,25	0	0	0	0,0
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ		180	4,3	10,7	12,9	165,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	4,2	6,1	78,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	7,3	7,2	0,5	0,1	5,1	23,3
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150	0,4	0,2	14,2	61,7
ЯБЛОКИ	34	29,92	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	35,2	30	0,2	0,1	3,1	15,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,5	8,5	0	0	8,2	32,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			11,7	**19,7**	**78,0**	**537,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**30,9**	**52,1**	**201,4**	**1 400,0**

ГБДОУ № 1 "Башлам" С.Кенхи

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		155	5,2	4,7	19,3	141,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	28,68	28,39	3,5	0,9	15,7	84,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58	58	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	61,7	61,7	1,7	1,9	2,8	35,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8	0	0	0,8	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35/5	3,0	2,2	12,9	83,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,3	4,82	1,1	1,4	0	17,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,2	2,3	6,5	55,8
КАКАО-ПОРОШОК	1,7	1,7	0,4	0,3	0,2	4,8
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	64,4	64,4	1,8	2	2,9	37,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,7	86,7	0	0	0	0,0
			10,4	**9,2**	**38,7**	**280,0**
II Завтрак						
ВАФЛИ		12	0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ		100/5			6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			0,3	**0,4**	**16,2**	**70,0**
Обед						
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА М/Б		150	1,9	3,2	13,4	90,4
КАРТОФЕЛЬ	81	60,75	1,2	0,2	9,6	45,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,2	4,2	0,4	0	2,7	12,8
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	14,2	12,5	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,3	158,3	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ		130	11,2	12,4	22,0	244,4
ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50	9	7,8	0	105,7
КРУПА РИСОВАЯ	29,4	29,4	2	0,3	21,1	95,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,2	0,1	0	0,4	2,0

МОРКОВЬ	8,75	7	0,1	0	0,5	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.		30	0,5	3,0	2,3	37,9
МОРКОВЬ	36	28,8	0,4	0	1,9	9,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7,7	5	0,2	0	0,3	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОМПОТ		150			8,6	34,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,9	8,9	0	0	8,6	34,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			16,3	**18,8**	**63,9**	**490,0**
Уплотненный полдник						
ЯБЛОКИ		95	0,4	0,4	9,6	46,0
ЯБЛОКИ	114	100,8	0,4	0,4	9,6	46,0
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ		160/20	17,5	31,2	25,0	453,1
ТВОРОГ ЖИРНЫЙ 18% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	14,8	17,8	2,8	233,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,23	16,23	1,7	0,2	11	52,6
САХАР ПЕСОК	7,4	7,4	0	0	7,2	28,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	7	0,9	0,8	0	10,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	15,5	15,5	0,1	12,4	0,1	112,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150/7/3	0,2		14,9	60,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,8	111,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ЛИМОН	7	4,2	0	0	0,1	1,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
			18,1	**31,6**	**49,5**	**560,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,1**	**60,0**	**168,3**	**1 400,0**

ГБДОУ № 1 "Башлам" с.Кенхи

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,6	7,3	10,7	123,7
КУКУРУЗА	9,7	9,7	1	0,5	5,6	30,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,4	48,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7	2,6	2,8	4,2	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5		1,9	9,0	12,4	137,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7				4,7	18,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
			5,5	**16,3**	**27,8**	**280,0**
II Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	12		0,9	1,2	8,9	50,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12	0,9	1,2	8,9	50,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
СОК	100		0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			1,4	**1,3**	**18,8**	**93,0**
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б	150		3,3	1,5	10,6	69,5
КАРТОФЕЛЬ	35,51	26,63	0,5	0,1	4,2	19,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	5,6	4,48	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	50		6,6	7,3	1,5	97,8
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,95	1,95	0,2	0	1,4	6,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	49	35,28	6,2	6,3	0	81,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		4,0	2,6	25,5	141,9

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37,3	37,3	4	0,5	25,5	122,3

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ		30	0,3	1,9	1,0	22,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	16,2	13,8	0,2	0	0,5	3,3
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	13,2	10,5	0,1	0	0,3	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,8	1,8	0	1,8	0	16,2
КИСЕЛЬ		150			18,9	75,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	17	17	0	0	13,1	52,5
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			16,9	**13,5**	**75,1**	**490,0**
Уплотненный полдник						
БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ		50	3,3	13,3	35,6	273,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25,1	25,1	2,6	0,3	17	81,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,7	0,5	0,4	0	5,6
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4	0	0	4,3	17,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	15,7	15,7	0,1	12,6	0,1	113,9
ДЖЕМ	20	20	0,1	0	14,2	55,1
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ		40	4,9	4,4	0,3	60,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,99 шт.	39,85	4,9	4,5	0,3	60,7
КОМПОТ		150	0,4	0,2	28,8	121,7
ЯБЛОКИ	43,3	38,1	0,2	0,2	3,6	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
ВИШНЯ	44,7	38	0,3	0,1	3,9	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	22	22	0	0	21,3	85,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			11,3	**18,3**	**81,7**	**537,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**35,1**	**49,4**	**203,4**	**1 400,0**

ГБДОУ № 1 "Башлам" С.Кенхи

Утверждаю
Заведующий
З.С-А. Халитова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ		155	4,2	2,9	20,1	122,5
КРУПА МАННАЯ	25,61	25,61	2,5	0,3	17,6	81,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	56,3	56,3	1,6	1,7	2,5	32,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35/5	1,2	4,3	11,2	87,8
ДЖЕМ	4,7	4,7	0	0	3,4	13,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,7	4,7	0	3,9	0	35,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
КАКАО С МОЛОКОМ		160	2,9	3,0	7,6	69,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	87,8	87,8	2,4	2,7	4	51,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	71,1	71,1	0	0	0	0,0
			8,3	**10,2**	**38,9**	**280,0**
II Завтрак						
ВАФЛИ		12	0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ		100/5			6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			0,3	**0,4**	**16,2**	**70,0**
Обед						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б		150	1,3	2,8	6,9	59,0
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	21	16,8	0,3	0	0,8	4,6
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	12,75	9,56	0,2	0	1,6	7,2
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ПОДЛИВОЙ		50	6,4	5,8	5,7	100,7
ГОВЯДИНА Б/К	35,2	31,6	5,7	4,9	0	66,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0	0	0	0,0

КРУПА РИСОВАЯ	4,05	4,01	0,3	0	2,9	13,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,9	9,1	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ		110	6,2	5,6	28,2	188,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,8	50,8	6,2	1,6	28,1	151,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.		40	0,6	2,4	3,0	36,4
МОРКОВЬ	51	40,8	0,5	0	2,7	13,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6,4	4,2	0,1	0	0,3	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			5,7	22,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,92	5,92	0	0	5,7	22,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			17,2	**16,8**	**67,1**	**490,0**
Уплотненный полдник						
ЙОГУРТ		200	10,0	6,4	17,0	174,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	10	6,4	17	174,0
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ		180	5,6	18,4	26,3	294,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	147,7	147,7	4,2	4,6	6,7	85,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	20,5	20,3	1,4	0,2	14,6	65,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	17	17	0,1	13,6	0,1	123,4
ХЛЕБ		45	3,0	0,4	19,1	91,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	45	3	0,4	19,1	91,8
			18,6	**25,2**	**62,4**	**560,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**44,4**	**52,6**	**184,6**	**1 400,0**