



Заведующий

Приказ № д6-ог

от 09.01. 2025 г.

Утверждаю:

Ударцева Н.А.

**УТВЕЖДЕННОЕ ПРИМЕРНОЕ
20-ДНЕВНОЕ БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ
НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД
МАДОУ-ДЕТСКИЙ САД №233**

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 1 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/16/4/	1	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200,00	3,76	3,98	29,73	210,84					
2021/7.104	2	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	3	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	457,00	5,28	4,16	48,83	294,94					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89 7.031	4	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
	5	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.33/1	6	Салат из отварного картофеля с морской капустой с растительным маслом	60,00	0,90	5,14	7,41	87,16					
7.086	7	Суп гороховый	200,00	3,90	3,48	15,70	115,90					
7.163	8	Котлета из говядины	80,00	12,48	11,54	3,50	185,27					
7.10/3/2	9	Морковь тушеная	130,00	1,80	5,98	13,62	118,04					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	720,00	22,38	26,74	74,75	653,73					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	12	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/1/3.	13	Картофель отварной	150,00	4,72	4,18	41,38	234,42					
7.328	14	Яйцо вареное	50,00	2,40	2,03	0,14	31,40					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	11,76	7,95	83,66	487,32					
		Итого за день	1 747,00	39,92	38,94	217,34	1 481,99					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 2 день

[illegible]

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 3 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.328	1	Яйцо вареное	50,00	2,40	2,03	0,14	31,40					
2021/43/4	2	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	3,70	4,49	30,14	208,32					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	440,00	7,62	6,70	49,38	323,82					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/32/2.	7	Салат из моркови с растительным маслом	60,00	2,09	8,12	15,05	145,91					
2021/13/6	8	Суп картофельный вегетарианский	200,00	1,72	1,72	7,52	51,70					
2021/1/8/	9	Мясо говядины отварное	75,00	28,63	22,97	0,85	358,74					
7.н76с	10	Тушеная капуста	150,00	2,93	4,82	13,94	108,77					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	735,00	38,67	38,23	71,88	812,48					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.4/4/4	14	Каша кукурузная	200,00	5,42	7,38	38,28	237,48					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	10,06	9,12	80,42	458,98					
		Итого за день	1 777,00	56,85	54,14	211,77	1 641,28					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 4 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/1/78	1	Рыба отварная	75,00	2,91	0,15	0,00	20,35					
2021/1/3/	2	Картофель отварной	75,00	2,36	2,10	20,69	117,15					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	390,00	6,79	2,43	39,79	221,60					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.27/1	7	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репч. лука и растительным маслом	50,00	0,95	3,09	7,91	69,21					
7.47с/2	8	Суп-лапша с мясом куры	200,00	9,66	2,84	11,04	115,34					
2021/5/9	9	Биточки (котлеты) из мяса кур	70,00	10,25	10,21	7,02	178,04					
7.16/3/2	10	Свекла тушенная	130,00	2,18	3,18	15,80	93,43					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	700,00	26,34	19,92	76,29	603,38					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/11/4.	14	Каша пшенная безмолочная с маслом растительным	200,00	4,32	5,56	27,84	227,78					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,96	7,30	69,98	449,28					
		Итого за день	1 660,00	42,59	29,74	196,16	1 320,26					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 5 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.328	1	Яйцо вареное	50,00	4,79	4,05	0,27	62,80					
2021/16/3/	2	Морковь тушеная	75,00	1,19	0,09	9,51	40,05					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	365,00	7,50	4,32	28,88	186,95					
		10:00										
7.346 7.183- 1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/42/1/	7	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит. маслом	60,00	0,45	0,05	1,30	7,80					
2021/2/2/	8	Борщ (безмолочное меню)	200,00	1,90	2,80	10,96	75,86					
7.5/8	9	Плов из отварного мяса говядины	200,00	15,06	15,94	30,78	348,28					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	710,00	20,71	19,39	77,56	579,30					
		Полдник										
2021/27/1	12	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.н047	13	Пюре розовое	150,00	2,79	4,77	18,38	135,39					
2021/7.104	14	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	420,00	7,43	6,51	60,52	356,89					
		Итого за день	1 595,00	36,14	30,32	177,06	1 169,14					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 6 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
в	1	Каша геркулесовая безмолочная с растительным маслом	200,00	3,72	6,36	25,16	212,39					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.185	2	Повидло	20,00	0,08	0,00	13,31	50,40					
		Итого за прием	440,00	5,24	6,54	44,26	296,49					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89 7.031	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
7.19/1	6	Салат из морской капусты, моркови с яйцом	60,00	1,35	9,19	4,15	101,54					
7.264	8	Суп крестьянский	200,00	1,90	1,25	11,62	102,96					
7.163	9	Котлета из говядины	80,00	12,48	11,54	3,50	185,27					
2021/32/3/	10	Рагу из овощей 150 гр	150,00	2,42	3,57	16,61	109,86					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	740,00	21,45	26,15	70,40	646,99					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/19/4	13	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	4,35	4,71	35,45	254,95					
2021/7.104	14	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	420,00	8,99	6,45	77,59	476,45					
		Итого за день	1 700,00	36,18	39,24	202,35	1 465,93					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 7 день

	№ п/п	Наименование изделий (блюдо)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/1/78	1	Рыба отварная	75,00	2,91	0,15	0,00	20,35					
7.142/2	2	Каша перловая	100,00	3,05	3,69	23,25	145,34					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	415,00	7,48	4,02	42,35	249,79					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/16/2	7	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60,00	0,83	4,45	8,57	69,73					
7.044с-2	8	Суп овощной на курином бульоне	200,00	1,36	2,76	7,16	60,28					
7.6/9/2	9	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом - курицы с овощами	180,00	12,40	10,80	29,10	283,84					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	690,00	17,89	18,61	79,35	561,21					
		Уплотненный полдник										
2021/19/4/	12	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200,00	2,17	5,04	20,05	138,80					
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/7.104	14	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	6,81	6,78	62,19	360,30					
		Итого за день	1 675,00	32,68	29,51	193,99	1 217,30					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 8 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/15/4.	1	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200,00	4,69	5,65	29,86	244,13					
7.185	2	Повидло	20,00	0,08	0,00	13,31	50,40					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	460,00	6,29	5,83	62,27	378,63					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89 7.031	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.28/1	7	Салат из отвар. картофеля, моркови и репч. лука с раст.маслом	60,00	0,95	3,66	7,78	72,24					
7.264	8	Суп крестьянский	200,00	1,90	1,25	11,62	102,96					
2021/48/9	9	Голубцы ленивые	200,00	13,44	11,18	12,62	217,16					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	710,00	19,59	16,69	66,54	539,72					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	12	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/19/4	13	Каша безмолочная пшеничная с маслом растительным	200,00	4,32	4,67	28,85	222,04					
2021/7.104	14	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,96	6,41	70,99	443,54					
		Итого за день	1 740,00	35,34	29,03	209,90	1 407,89					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 9 день

		Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
	№ п/п		Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/1/78	1	Рыба отварная	75,00	2,91	0,15	0,00	20,35					
2021/1/3/	2	Картофель отварной	75,00	2,36	2,10	20,69	117,15					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	390,00	6,79	2,43	39,79	221,60					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/16/2	7	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60,00	0,83	4,45	8,57	69,73					
7.044с-2	8	Суп овощной на курином бульоне	200,00	1,44	3,28	7,27	66,38					
2021/1/10	9	Мясо кур отварное	70,00	15,05	19,29	3,57	276,35					
2021/46/4	10	Макаронные изделия отварные	150,00	5,01	3,21	34,78	199,92					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	730,00	25,63	30,83	88,71	759,74					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/19/4	14	Каша безмолочная гречневая с маслом растительным	200,00	4,06	5,52	28,71	203,55					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,70	7,26	70,85	425,05					
		Итого за день	1 690,00	41,62	40,62	209,45	1 452,39					

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ 10 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.328	1	Яйцо вареное	50,00	4,79	4,05	0,27	62,80					
2021/16/3/	2	Морковь тушеная	75,00	1,19	0,09	9,51	40,05					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	365,00	7,50	4,32	28,88	186,95					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/42/1/	7	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит. маслом	60,00	0,45	0,05	1,30	7,80					
7.258/1	8	Свекольник вегетарианский	200,00	1,78	4,10	13,76	101,02					
7.12/8/1	9	Гуляш из отварного мяса говядины	70,00	11,11	11,48	0,00	189,42					
2021/4/4	10	Картофельное пюре (без молока)	130,00	3,68	3,55	32,24	185,65					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	710,00	20,32	19,78	81,82	631,25					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/43/4	14	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	3,70	4,49	30,14	208,32					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	420,00	8,34	6,23	72,28	429,82					
		Итого за день	1 595,00	36,66	30,43	193,08	1 294,02					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 11 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/11/4.	1	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200,00	4,32	5,55	27,84	232,52					
2021/7.104	2	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	3	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	457,00	5,84	5,73	46,94	316,62					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	4	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	5	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.33/1	6	Салат из отварного картофеля, морской капусты, реп. лука, раст. мас.	60,00	0,90	5,15	7,41	87,16					
7.25/2	7	Суп-пюре из картофеля	200,00	2,42	2,82	12,90	92,30					
7.061/3	8	Бигус с мясом	200,00	10,16	9,66	14,54	189,58					
7.115/1	9	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	10	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	710,00	16,78	18,23	69,37	516,40					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	11	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.185	12	Повидло	20,00	0,08	0,00	13,31	50,40					
2021/19/4/	13	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200,00	2,17	5,04	20,05	138,80					
2021/7.104	14	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	490,00	6,89	6,78	75,50	410,70					
		Итого за день	1 757,00	30,01	30,84	201,91	1 289,72					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 12 день

			сад					ясли				
№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/8/4/2	1	Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным	200,00	3,72	6,36	25,15	194,18					
2021/7.104	2	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	3	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	440,00	5,24	6,54	44,25	278,28					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	4	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	5	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100,00	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.29/1	6	Салат из отварного картофеля с репч. луком, сол. огурцом с раст. маслом, свеклы, моркови	60,00	0,89	2,79	6,87	60,50					
7.30/2/4	7	Уха рыбацкая	200,00	6,84	2,32	11,04	110,10					
7.190	8	Гуляш из мяса куры	80,00	7,24	7,91	2,33	121,15					
7.076	9	Каша гречневая рассыпчатая	130,00	6,12	6,04	37,66	221,89					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	720,00	24,39	19,66	92,42	661,00					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	12	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/1/3.	13	Картофель отварной	75,00	2,36	2,09	20,69	117,21					
2021/16/3/	14	Морковь тушеная	75,00	1,05	3,46	7,86	68,06					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	420,00	8,05	7,29	70,69	406,77					
		Итого за день	1 680,00	38,18	33,59	217,46	1 392,05					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 13 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/16/4/	1	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200,00	4,32	4,67	28,85	222,04					
2021/7.104	2	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	3	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.185	4	Повидло	20,00	0,08	0,00	13,31	50,40					
		Итого за прием	460,00	5,92	4,85	61,26	356,54					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/32/2.	7	Салат из моркови с раст. маслом	60,00	0,67	3,21	6,30	59,15					
7.086	8	Суп гороховый	200,00	3,90	3,48	15,70	115,90					
7.163	9	Котлета из говядины	80,00	12,48	11,54	3,50	185,27					
2021/4/3/1	10	Картофельное пюре (без молока)	150,00	1,95	3,70	12,76	92,46					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	740,00	22,30	22,53	72,78	600,14					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/19/4	14	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	4,35	4,71	35,45	254,95					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	420,00	8,99	6,45	77,59	476,45					
		Итого за день	1 777,00	37,71	33,93	221,73	1 479,13					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 14 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.61p/1	1	Суфле рыбное	80,00	16,64	8,98	2,2	152,4					
4.72	2	Овощи	100,00	1,44	4,48	6,90	77,52					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	420,00	19,60	13,64	28,20	314,02					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.30/1	7	Салат из отварного картофеля , моркови, сол. огурца с растительным маслом	60,00	1,04	8,03	6,92	114,37					
7.47с/2	8	Суп-лапша с мясом куры	200,00	9,66	2,84	11,04	115,34					
2021/5/9	9	Биточки (котлеты) из мяса кур	70,00	10,25	10,21	7,02	178,04					
7.16/3/2	10	Свекла тушенная	130,00	2,18	3,18	15,80	93,43					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	710,00	26,43	24,86	75,30	648,54					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/15/4.	14	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200,00	4,69	5,65	29,86	244,13					
2021/7.104	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	9,33	7,39	72,00	465,63					
		Итого за день	1 700,00	55,86	45,99	185,60	1 474,19					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 15 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.328	1	Яйцо вареное	50,00	4,79	4,05	0,27	62,80					
2021/16/3/	2	Морковь тушеная	75,00	1,19	0,09	9,51	40,05					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	365,00	7,50	4,32	28,88	186,95					
		10:00										
7.346 7.183- 1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
7.426	7	Кукуруза консервированная	60,00	1,18	1,65	8,83	52,33					
2021/2/2/	8	Борщ (безмолочное меню)	200,00	1,94	3,70	12,76	92,47					
7.154/4	9	Азу	200,00	14,38	8,90	20,30	285,18					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	710,00	20,80	14,85	76,41	577,34					
		Полдник										
2021/7.104	12	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.5/4/4	14	Каша манная	200,00	4,32	5,55	27,84	232,52					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,96	7,29	69,98	454,02					
		Итого за день	1 645,00	37,76	26,56	185,37	1 264,31					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 16 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/19/4/	1	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200,00	2,17	5,04	20,05	138,80					
2021/7.104	2	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	3	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.185	4	Повидло	20,00	0,08	0,00	13,31	50,40					
		Итого за прием	440,00	3,69	5,22	39,15	222,90					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 2020/89	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.33/1	7	Салат из отварного картофеля, морской капусты, реп. лука, раст. мас.	60,00	0,90	5,15	7,41	87,16					
7.170	8	Суп из овощей вегетарианский	200,00	1,64	4,14	9,82	87,80					
7.163	9	Котлета из говядины	80,00	12,48	11,54	3,50	185,27					
7.179	10	Рис припущенный с овощами	130,00	2,95	5,75	23,39	163,27					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	720,00	21,27	27,18	78,64	670,86					
		Уплотненный полдник										
2021/7.104	13	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	14	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
7.047	15	Пюре розовое	150,00	2,79	4,77	18,38	135,39					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	420,00	7,43	6,51	60,52	356,89					
		Итого за день	1 680,00	32,89	39,01	188,41	1 296,65					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 17 день

		Наименование изделий (блюдо)	сад					ясли				
	№ п/п		Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.12/7/5	1	Тефтели рыбные с рисом	60,00	5,49	1,93	5,15	73,99					
2021/32/3/	2	Рагу из овощей 150 гр	150,00	2,42	3,57	16,61	109,86					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	240,00	1,52	0,18	19,10	84,10					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
2021/16/2	7	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60,00	0,83	4,45	8,57	69,73					
7.115/1	8	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
2021/6/2.	9	Щи из свежей капусты безмолочное меню	200,00	1,03	1,41	5,55	38,67					
2021/1/3.	10	Картофель отварной	150,00	4,72	4,18	41,38	234,42					
2021/1/10	11	Мясо кур отварное	70,00	15,05	19,29	3,57	276,35					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	730,00	24,93	29,93	93,59	766,53					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	13	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/8/4/2	14	Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным	200,00	3,72	6,36	25,15	194,18					
2021/7.104 4.23/12	15	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,36	8,10	67,29	415,68					
		Итого за день	1 540,00	35,31	38,31	190,08	1 312,31					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 18 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/15/4.	1	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200,00	4,69	5,65	29,86	244,13					
7.328	2	Яйцо вареное	50,00	2,40	2,03	0,14	31,40					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	490,00	8,60	7,86	49,09	359,63					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
4.28/1	7	Салат из отвар. картофеля, моркови и репч. лука с раст.маслом	60,00	0,95	3,66	7,78	72,24					
7.165-1/2	8	Рассольник "Ленинградский"	200,00	2,02	3,52	14,10	101,90					
2021/64/3.	9	Запеканка капустная	150,00	5,33	1,66	25,38	131,46					
7.115/1	10	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	11	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	660,00	11,60	9,44	81,78	452,96					
		Уплотненный полдник										
2021/27/1	12	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/16/4/	13	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200,00	4,32	4,67	28,85	222,04					
2021/7.104.	14	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
4.23/12	15	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,96	6,41	70,99	443,54					
		Итого за день	1 720,00	29,66	23,81	211,96	1 302,13					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 19 день

		Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
	№ п/п		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
2021/1/78	1	Рыба отварная	75,00	2,91	0,15	0,00	20,35					
2021/4/4	2	Картофельное пюре (без молока)	130,00	2,48	2,88	21,74	151,66					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	445,00	6,91	3,21	40,84	256,11					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
7.031	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
7.29/1/1	7	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы	60,00	0,95	3,66	7,78	72,24					
7.192-1	8	Суп с клецками с мясом курицы	200,00	2,02	3,52	14,10	101,90					
2021/5/9	9	Биточки (котлеты) из мяса курицы	70,00	10,25	10,21	7,02	178,04					
2021/32/3/	10	Рагу из овощей 150 гр	150,00	2,42	3,57	16,61	109,86					
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	730,00	18,94	21,56	80,03	609,40					
		Уплотненный полдник										
2021/7.104	13	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/11/4.	14	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200,00	4,32	5,55	27,84	232,52					
2021/27/1	15	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	8,96	7,29	69,98	454,02					
		Итого за день	1 745,00	35,31	32,16	200,95	1 365,53					

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 20 день

№ ТК	№ п/п	Наименование изделий (блюд)	сад					ясли				
			Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
		Завтрак										
7.328	1	Яйцо вареное	50,00	4,79	4,05	0,27	62,80					
2021/11/3.	2	Тушеная капуста	120,00	1,67	3,67	6,71	66,44					
2021/7.104	3	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	4	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
		Итого за прием	360,00	3,19	3,85	25,81	150,54					
		10:00										
7.346 7.183-1 7.090-1 7.031	5	Фрукты	100	0,00	0,00	0,00	0,00					
	6	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Итого за прием	100	0,50	0,10	10,10	46,00					
		Обед										
7.426	7	Кукуруза консервированная	60,00	1,18	1,65	8,83	52,33					
2021/16/6	8	Суп картофельный вегетарианский	200,00									
2021/9/8-2	9	Печень (безмолочное меню)	70,00									
2021/46/4	10	Макаронные изделия отварные	150,00									
7.115/1	11	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	13,62	56,86					
7.003-2	12	Хлеб ржаной	50,00	3,30	0,60	20,90	90,50					
		Итого за прием	730,00	4,48	2,25	43,35	199,69					
		Уплотненный полдник										
2021/7.104	13	Хлеб пшеничный	40,00	1,52	0,18	10,02	46,20					
2021/27/1	14	Чай	200,00	0,00	0,00	9,08	37,90					
2021/19/4/	15	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200,00	2,17	5,04	20,05	138,80					
4.23/12	16	Печенье	30,00	3,12	1,56	23,04	137,40					
		Итого за прием	470,00	6,81	6,78	62,19	360,30					
		Итого за день	1 660,00	14,98	12,98	141,45	756,53					

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075096

Владелец Ударцева Надежда Анатольевна

Действителен с 03.04.2025 по 03.04.2026