

Утверждаю

«01»

июня

2020 г.



ПОНЕДЕЛЬНИК

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.11/4/2 7.11/4/1	Каша пшенная молочная со сливочным маслом	150	180	5/7	5/6	24/33	181/256
7.357/6	Батон с маслом и сыром	35/8/7	35/8/7	4/4	9/9	18/18	144/183
7.13/10/2 7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	150	180	2/2	2/2	11/13	80/102
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100	100				
ОБЕД							
7.30/1/3 7.30/1/1	Салат из отварного картофеля, моркови с реп. луком, сол. огурцом раст маслом	30	50	0/0	6/7	4/5	72/110
7.037с/3 7.037с	Рассольник «Ленинградский» с мясом со сметаной	150	200	5/6	7/10	10/14	135/196
7.151 7.151/1	Макаронные изделия отварные с овощами	120	130	13/11	14/14	9/12	227/252
7.11/8/3	Гуляш из мяса говядины	60	60	20/20	14/14		
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	0/0	0/0	13/19	59/89
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	1/1	0/0	8/11	34/49
7.048	Хлеб пшеничный	10	10	0/0	0/0	11/11	58/84
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
ПОЛДНИК							
7.н140с/5	Пудинг творожный с изюмом	100	100	11/13	15/18	14/17	254/336
7.354/1 7.354/6	Чай с сахаром	150	180	0	0	9/11	38/48
7.351	Сгущённое молоко	20	20	2/2	2/3	13/19	73/106

ВТОРНИК

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.8/4/2 7.8/4/1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	180	5/6	6/8	24/30	172/229
7.357/6	Батон с маслом и сыром	30/5/10	30/5/10	3/3	10/10	2/2	169/169
7.285 7.14/10/1	Какао с молоком	150	180	2/2	2/3	12/14	87/101
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100	100				
ОБЕД							
7.21/1/3 7.21/1/1	Салат из отварной свеклы и моркови с раст маслом	30	50	1/2	5/6	6/7	78
7.137	Щи с мясом со сметаной	150	200	5/7	6/8	10/14	123/251
7.14/7/3 7.14/7/2	Суфле из рыбы	50	60	8/10	2/3	2/2	81/96
7.64с/3 7.н64-1/1	Картофель пюре	110	130	2/2	3/4	16/19	104/129
7.4/10/2 7.4/10/1	Компот из кураги и изюма	150	180	0/0	0/0	14/17	60/71
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	1/1	0/0	4/4	18/18
7.048	Хлеб пшеничный	10	10	0/0	0/0	5/5	23/23
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
ПОЛДНИК							
7.150/1	Макароны отварные с сыром	80	80	4/4	6/6	40/40	257/257
	Кисломолочный продукт	150	180				
	Хлеб пшеничный						

СРЕДА

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.5/4/2 7.5/4/1	Каша манная молочная со сливочным маслом	150	180	4/5	6/8	21/24	183
7.357/6	Батон с маслом и сыром	35/8/7	35/8/7	4/4	9/9	22	182
7.12/10/2 7.12/10/1	Чай с молоком	150	180	3/4	3/4	14/16	101
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Фрукт	100	100				
ОБЕД							
7.275/2	Икра кабачковая	30	30	0/0	1/1	3/3	37/37
7.102	Свекольник с мясом со сметаной	150	200	1/1	3/4	6/8	60/76
7.31/8 7.31/8/1	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	130	150	7/10	7/10	5/7	125/175
7.115/1 7.6/10/1,	Компот из сухофруктов	150	180	1/1	0/0	13/18	58/81
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	1/1	0/0	4/4	18/18
7.048	Хлеб пшеничный	10	10	0/0	0/0	5/5	23/23
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
ПОЛДНИК							
7.н038/2 7.038/1	Омлет натуральный	80	100	6/9	9/11	2/2	125/160
7.048	Хлеб пшеничный	10	10	0/0	0/0	5/5	23/23
7.354/1 7354/6	Чай с сахаром	150	180	0	0	9/10	38/44
	Кондитерка	20	20				

ЧЕТВЕРГ

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.4/4/2 7.4/4/1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	180	3/4	5/6	17/20	134/162
7.035-5	Батон с маслом	40/10	40/10	3/3	9/9	2/2	169/169
7.13/10/2 7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	150	180	2/2	2/2	10/13	78/94
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Фрукт	100	100				
ОБЕД							
7.4/1/3 7.4/1/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст маслом	30	30	0/0	2/3	4/7	37/58
7.н101-1	Суп картофельный с мясом птицы	150	200	2/2	1/1	8/10	51/66
7.н114/4 7.н114/2	Котлета из мяса куры	50	70	9/12	9/12	8/11	160/223
7.44/3/3 7.44/3/2	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	130	5/6	5/6	30/40	181/235
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	0/0	0/0	20/25	90/111
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	1/1	0/0	4/4	18/18
7.048	Гренки	15	15	0/0	0/0	5/5	23/23
ПОЛДНИК							
7.21/2/6 7.21/2/5	Суп молочный с лапшой	100	120	2/2	2/2	6/8	53/68
7.354/1 7.354/6	Чай с сахаром	150	180	0/0	0/0	9/11	38/44
	Кондитерка	20	20				

ПЯТНИЦА

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.7/4/2 7.7/4/1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	180	5/6	5/6	29/34	194/224
7.035-5	Батон с маслом	40/10	40/10	3/3	9/9	20/20	163/169
7.13/10/2 7.13/10/1	Кофейный напиток на молоке	150	180	3/2	3/2	11/13	88/94
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100	100				
ОБЕД							
7.10/1/3 7.10/1/1	Салат из моркови с раст маслом	30	50	3/4	5/6	20/23	98/101
7.274/7	Суп крестьянский с мясом со сметаной	150	200	3/5	5/6	8/9	96/129
7.35/8/3 7.35/8/1	Суфле из печени	50	70	11/16	4/6	1/2	98/137
7.8/3/4	Капуста тушеная	120	150	2/3	3/4	11/14	82/106
7.15/10/2 7.15/10/1	Напиток из шиповника	150	180	0/0	0/0	16/20	68/81
7.н003-3	Хлеб ржаной	30	30	0/0	0/0	4/4	18/18
7.048	Хлеб пшеничный	20	20	0/0	0/0	5/5	23/23
ПОЛДНИК							
7.38/3 7.38/3/1	Оладьи картофельные	100	130	2/3	4/5	19/26	111/144
	Кисломолочный продукт	150	180				
	Кондитерка	20	20				

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.091/1 7.091/2	Каша вязкая из пшена и риса молочная «Дружба 3» с маслом	150	180	7/8	9/10	31/35	273/310
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	30/5/10	6/6	8/8	22/22	182/182
7.285 7.14/10/1	Какао с молоком	150	180	3/3	3/4	16/18	122/134
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100	100				
ОБЕД							
7.375/3	Кукуруза консервированная	20	30	3/4	5/6	20/23	98/101
7.н086-2	Суп гороховый с мясом со сметаной	150	200	11/12	9/12	21/22	247/253
7.36/8/3 7.36/8/2	Запеканка картофельная с отварным мясом	150	180	21/25	20/22	30/35	475/482
4.1/11	Соус молочный для подачи к блюду	20	20	0	1/1	1/1	19/19
7.15/10/2 7.15/10/1	Напиток из шиповника	150	180	0	0	16/17	73/76
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	2/2	0/0	14/14	68/68
7.34/2/4	Гренки	15	15	3/3	0/0	22/22	116/116
ПОЛДНИК							
7.14/5/6 7.14/5	Запеканка из творога с рисом	80	100	12/12	14/18	14/16	226/282
7.354/2 7.354/6	Чай с сахаром	150	180	0	0	9/10	42/44

ВТОРНИК

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.н028	Каша из геркулеса и риса молочная «Дружба» со сливочным маслом	150	200	4/5	5/8	17/23	142/195
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	30/5/10	5/5	10/10	23/23	188/188
7.13/10/2 7.13/10/1	Кофейный напиток на молоке	150	180	3/4	3/3	10/13	78/94
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Фрукт	100	100				
ОБЕД							
7.055	Салат из белокочанной капусты и моркови с раст маслом	30	50	1/2	6/7	6/8	80/83
7.195	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом со сметаной	150	200	1/2	2/3	10/12	70/93
7.45/3/3 7.45/3/2	Каша рисовая рассыпчатая	100	130	2/3	3/4	20/26	120/156
7.149с 7.355/1	Биточки рыбные	50	70	8/9	5/6	4/5	102/110
7.1/11/1	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	20	0/0	1/1	1/1	22/22
7.115/1 7.6/10/1,	Компот из сухофруктов	150	180	1/1	0/0	18/20	88/90
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	100	2/2	0/0	14/14	68/68
7.34/2/4	Гренки	15	15	3/3	0/0	22/22	116/116
ПОЛДНИК							
7.103/1	Омлет натуральный	80	80	8/8	10/10	27/27	267/267
	Кисломолочный продукт	130	180				
	Хлеб пшеничный						
	Кондитерка						

СРЕДА

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.15/4/2 7.15/4/1	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150	180	4/5	5/6	24/29	173/208
7.4/13	Батон с маслом и сыром	30/5/10	30/5/10	6/6	8/8	22/22	182/182
7.13/10/2 7.13/10/1	Кофейный напиток на молоке	150	180	3/4	3/3	10/13	78/94
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Фрукт	100	100				
ОБЕД							
7.055	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с раст маслом	30	50	1/2	6/7	6/8	80/83
7.н39с/2 7.254	Борщ с мясом со сметаной	150	200	2/2	3/5	6/9	73/99
7.20/8/3 7.20/8/2	Тефтели из мясо говядины	60	70	8/10	9/10	2/3	140/164
7.368-2 7.368-1	Греча с овощами	100	130	7/8	7/9	44/45	287/290
7.115/1 7.6/10/1,	Компот из сухофруктов	150	180	1/1	0/0	18/20	57/80
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	2/2	0/0	14/14	68/68
7.048	Хлеб пшеничный	10	10	3/3	0/0	22/22	116/116
ПОЛДНИК							
7.н038/2	Картофель отварной	80	100	7/7	9/9	44/44	312/312
7.354/1 7.354/6	Чай с сахаром	150	180	0	0	9/10	42/44
	Зеленый горошек						

ЧЕТВЕРГ

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.14/4/2 7.14/4/1	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150	180	6/7	8/9	29/30	242/249
7.035	Батон с маслом	30	30	3/3	6/6	24/24	242/242
7.13/10/2 7.13/10/1	Кофейный напиток на молоке	150	180	3/3	3/3	18/18	140/140
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100	100				
ОБЕД							
7.12/1/3 7.12/1/1	Салат из моркови с изюмом и раст маслом	30	50	4/5	4/5	24/29	166/199
7.106	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	150	200	1/2	1/0	7/9	44/55
7.н070-2 7.н070-2/1	Жаркое из мясо кури	150	230	20/23	20/28	38/39	514/523
7.115/1 7.6/10/1,	Компот из сухофруктов	150	180	1/1	0/0	18/18	88/88
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	2/2	0/0	14/14	68/68
7.048	Хлеб пшеничный	10	10	3/3	0/0	22/22	116/116
ПОЛДНИК							
7.6/5	Сырники из творога	100	100	13/13	16/16	20/20	317/317
7.351	Сгущённое молоко	20	20	1/1	2/2	11/11	65/65
7.354/1 7.354/6	Чай с сахаром	150	180	0/0	0/0	9/9	42/42

ПЯТНИЦА

№ технологической карты	Наименование готового блюда	Выход готового блюда г.		Белки	Жиры	Углеводы	
		Ясли	Дети				
ЗАВТРАК							
7.19/4/2 7.19/4/1	Каша молочная ассорти (пшенично – кукурузная) с маслом сливочным	150	180	4/5	5/6	21/25	158/190
7.035-5	Батон с маслом	40/10	40/10	3/3	6/6	24/24	164/164
7.12/10/2 7.12/10/1	Чай с молоком	150	180	3/3	3/3	14/14	101/101
10 ч. ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Фрукт	100	100				
ОБЕД							
7.20/1/2 7.20/1/1	Салат из отварной свеклы с раст маслом	40	50	1/2	5/6	6/8	7880
7.423/2 7.423	Суп рыбный с крупой	150	200	13/14	6/7	24/26	282/290
7.н163/2 7.н163/1	Котлеты из говядины	60	70	11/12	10/11	2/3	156/186
7.173 7.64-1/1	Картофельное пюре	110	130	2/2	3/4	14/19	100/129
7.115/1 7.6/10/1,	Компот из сухофруктов	150	180	1/1	0/0	18/18	79/80
7.005	Аскорбиновая кислота в третье блюдо						
7.н003-3	Хлеб ржаной	10	10	2/2	0/0	14/14	68/68
7.34/2/4	Гренки	15	15	3/3	0/0	22/22	116/116
ПОЛДНИК							
	Кисломолочный продукт	150	180				
7.181	Запеканка морковная	90	60	7/7	11/11	36/36	289/289
	Хлеб пшеничный						