

9 день (Сад)						
	Выход (г)	Б	Ж	У	Энерг. ценность	Номер рецептуры
Завтрак						
Суп молочный с макаронами 1/2	200	4,6	7,6	21,8	171,1	548
Яйцо отварное	50	5,1	4,6	0,3	62,8	424
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
Кофейный напиток на 1/2 молока	180	0,1	0	6	25,4	1221
2 завтрак						
Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед						
Рассольник Ленинградский	200	2	4,1	16,1	105,3	297
Сметана	6	0,18	0,9	0,25	9,6	
Котлеты из птицы	80	12,9	9,5	12,9	186,9	667
Каша рассыпчатая гречневая	100	6	2,7	32,6	171,1	378
Соленья	30	0,2	0	0,5	4,2	
Горошек консервированный	40	1,3	0,1	2,6	16	
Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	20,1	95	
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,1	12,4	49,4	1113
Полдник						
Картофельное пюре	150	3,5	4,6	25,4	152,3	429
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	80	10,4	1,6	6,3	80,4	517
Соус томатный	20	0,3	1	1,9	18,7	1029
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	60,9	
Чай	180	0,1	0	6	25,4	1203
Ужин						
Молоко кипяченое	200	5,6	5	9,4	106	
Ватрушка с повидлом	50	3,6	3,5	31,7	164,9	1312\1322
9 день (ясли)						
	Выход (г)	Б	Ж	У	Энерг. ценность	Номер рецептуры
Завтрак						
Суп молочный с макаронами 1/2	150	3,4	5,5	16,6	127,7	548
Яйцо отварное	25	2,55	2,3	0,15	31,4	424
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
Кофейный напиток на 1/2 молока	180	2,2	1,9	8,53	60,5	1221
2 завтрак						
Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед						
Рассольник Ленинградский	150	1,2	3	12	79,1	297
Сметана	6	0,12	1	0,12	10	
Котлеты из птицы	60	9,7	7,3	9,7	141,9	667
Каша рассыпчатая гречневая	100	6	2,7	32,6	171,1	378
Соленья	15	0,1	0	0,5	2,3	
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Полдник						
Картофельное пюре	120	2,7	3,8	20,4	122,1	429
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	60	7,7	7,2	4	110,4	517
Соус томатный	30	0,4	2,7	1,8	33,1	1029
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
Чай	180	0	0	7,1	26,49	
Ужин						
Молоко кипяченое	150	4,2	3,8	7,1	79,5	1226
Ватрушка с повидлом	50	3,6	3,5	31,7	164,9	1312\1322

Заведующая

Номер

рецептуры

МБДОУ

"Огонек"

Л.И. Чаленко